

Приложение
к адаптированной основной
общеобразовательной
программе образования обучающихся
с умеренной, тяжёлой и глубокой
умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями),
ТМНР (вариант 2 ФГОС ОО УО)
ГБОУ ЛО
«Лесобиржская школа-интернат»

Рабочая программа
по спортивно-оздоровительному направлению
внеурочной деятельности
«Тропа здоровья»
(2 ступень обучения)

Разработала и реализует
программу воспитатель
Денисова Е.Э.

г. Кингисепп
2022 г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ТРОПА ЗДОРОВЬЯ»

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учётом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. Требования к результатам освоения АООП (вариант 2) представляют собой описание возможных результатов образования и конкретизированы для каждого обучающегося в специальной индивидуальной программе развития (СИПР).

Возможные личностные результаты образования

Обучающийся получит возможность

«Уверенность в себе»

- осознавать, что может, а что ему пока не удастся;

«Чувства, желания, взгляды»

- понимать эмоциональные состояния других людей;

- понимать язык эмоций (позы, мимика, жесты);

- проявлять собственные чувства;

«Социальные навыки»

- устанавливать и поддерживать контакты с помощью жестов, мимики, прикосновений;

- избегать конфликтных ситуаций;

- пользоваться речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;

- участвовать в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, экскурсиях, подвижных играх, походах);

Мотивационно – личностный блок

- испытывать потребность в новых знаниях;

- сообщать об изменениях в организме

Экологическая ответственность

- не ломать деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимать и наблюдать за окружающими предметами и явлениями;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимать участие в коллективных делах и играх;

- принимать помощь.

Возможные предметные результаты освоения программы

Обучающийся научится:

- Принимать участие в подвижных, сюжетных играх.
- Проявлять интерес к окружающему миру природы.
- Одеваться и раздеваться в определенной последовательности, используя помощь учителя.
- Проявлять навыки опрятности (замечать беспорядок в одежде, устранять его при небольшой помощи взрослых).
- Совместно с учителем отбирать картинки с изображением осени, зимы, весны.
- Проводить наблюдения за изменениями в природе совместно с учителем.
- Использовать знаково - символические средства (пиктограммы) для обозначения режима дня.
- Рассматривать иллюстрации, слушать и подражать.
- Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, держа дистанцию.
- Брать, держать, переносить, класть, бросать, катать, пинать, метать мяч.
- Ползать, подлезать под натянутую верёвку на четвереньках.
- Ходить в затылок друг за другом (держась рукой за канат).
- Ходить парами, держась за руки.

Содержание программы внеурочной деятельности «Тропа здоровья»

Программа рассчитана на 66 часов.

Игровые двигательные упражнения – 23 часа.

Ходьба, бег, прыжки, работа с мячом, хождение по веревочке, перешагивание предметов, работа в паре/в группе.

Подвижные игры – 25 часов.

Детские спортивные игры.

Целевые прогулки - 18 часов.

Признаки времен года. Опасности на улице. Правила дорожного движения. Дорожные знаки. Узнавание знака «Пешеходный переход». Светофор. Сигналы светофора.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Планируемые результаты	Характеристика деятельности обучающихся
Игровые упражнения				
1	«Оденем куклу на прогулку».	1	Принимать участие в подвижных, сюжетных играх. Проявлять интерес к окружающему миру природы. Одеваться и раздеваться в определенной последовательности, используя помощь учителя при выполнении простейших движений. Научить обучающихся находить свое место в игре, ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять действия по сигналу воспитателя, взаимодействовать с участниками игровых упражнений. Развивать у обучающихся умение выполнять действия по сигналу, быстро строиться в пары.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Участие в игровых упражнениях ✓ Взаимодействие с участниками игровых упражнений ✓ Выполнение ходьбы, бега по образцу вслед за педагогом. ✓ Выполнение прыжков по образцу вслед за педагогом. ✓ Разучивание игровых действий, выполнение по подражанию. ✓ Выполнение упражнений с мячом по образцу, с помощью педагога.
2	Ходьба между предметами (деревьями) на опушке.	1		
3	Ходьба стайкой за педагогом с одновременным собиранием маленьких мячей в корзину.	1		
4	Ходьба с перешагиванием через предметы, выложенные на дорожке.	1		
5	Ходьба и бег в рассыпную по стадиону, не наталкиваясь друг на друга.	1		
6	Ходьба за педагогом по периметру зала (во время ходьбы дети кладут мячики - красный, жёлтый,	1		

	зелёный в корзины, стоящие на пути).			
7	Ходьба друг за другом с перестроением в пары.	1		
8	Ходьба по дорожке между двумя шнурами (ширина 40 см, длина -2 м).	1		
9	Ходьба стайкой (во время ходьбы дети собирают камушки). Бег вокруг кубика.	1		
10	Эстафетный бег с палочкой.	2		
11	Прыжки на всей ступне на месте. Перекатывание с пяточки на носочек.	1		
12	Прыжки на носочках на месте. Ходьба на носочках. Ходьба на пяточках.	1		
13	Прыжки на всей ступне с продвижением вперед, назад, вправо, влево.	1		
14	Бег друг за другом с широкими махами руками (имитация взмаха крыльев).	1		
15	Бег врассыпную, друг за другом по звуковому сигналу.	1		
16	Катание мяча двумя руками с проговариванием стихотворения А. Барто «Мячик».	1		
17	Метание мяча одной рукой в даль.	1		

18	Упражнение «Прокати мяч под стойку»	1		
19	Упражнение «Проползи под стойкой».	1		
20	Упражнение на равновесие «Пройди по веревочке».	1		
21	Перешагивание через предмет («лужи», вырезанные из картона).	1		
22	Развитие способности пинать мяч ногой. «Футбол»	1		
Подвижные игры				
23	«Догонялки»	2	<p>Принимать участие в подвижных, сюжетных играх. Научить детей находить свое место в игре, ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять действия по сигналу воспитателя. Развивать у детей умение выполнять действия по сигналу, быстро строиться в пары. Воспитание ловкости, выработка умения ориентироваться в пространстве, наблюдательности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Участие в подвижных играх ✓ Взаимодействие с участниками игр ✓ Разучивание игровых действий, выполнение по подражанию. ✓ Прогулка с педагогом, нахождение примет осени. ✓ Выполнение упражнений с мячом по образцу, с помощью педагога. ✓ Выполнение упражнений с мячом по образцу, с помощью педагога
24	«Горячая картошка»	2		
25	«Тише едешь-дальше будешь»	2		
26	«Вышибалы»	2		
27	«Море волнуется раз»	2		
28	«Съедобное-несъедобное»	2		
29	«Казачьи разбойники»	2		
30	«Удочка»	2		
31	«Солнышко и дождик»	1		
32	«По тропинке мы пойдём».	1		
33	«По дорожке пойдём и мы лужу обойдём».	1		
34	«Мышеловка»	1		
35	«Прыгай к флажку».	1		
36	«Трамвай»	1		
37	«Листочки»	1		
38	«Птички, летите ко мне»	1		
39	«Ножки»	1		

Целевые прогулки				
40	«Порадуемся солнышку».	1	Совместно с учителем отбирать картинки с изображением осени, зимы, весны. Проводить наблюдения за изменениями в природе совместно с учителем. Воспитывать эстетические чувства, любовь к родному краю, эмоциональную отзывчивость. Закрепление знаний обучающихся о правилах дорожного движения.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Знакомство с дорожными знаками. ✓ Узнавание дорожных знаков в практической деятельности. ✓ Выполнение команд и инструкций учителя. ✓ Выполнение ходьбы, прыжков, бега, наклонов по инструкции педагога. ✓ Прогулка с педагогом, нахождение примет осени.
41	«Моя школа» - прогулка по территории школы.	1		
42	«Фруктовый сад» - прогулка к яблоневому саду на территории школы.	1		
43	«Признаки осени»	2		
44	«Признаки зимы»	2		
45	«Признаки весны»	2		
46	«Деревья - наши друзья».	1		
47	Опасности на улице. Знакомство с дорожными знаками.	2		
48	Дорожные знаки. Узнавание знака «Пешеходный переход» (знак «зебра»). Экскурсия к пешеходному переходу.	2		
49	Светофора. Узнавание сигналов светофора. Экскурсия к пешеходному переходу.	2		
50	Переход улицы группой (с флажком) по пешеходному переходу.	2		
Итого: 66 часов				

• **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Для реализации программы воспитательной работы в 7 классе используются следующие объекты и средства материально-технического обеспечения:

1.1.	<p>Учебно-методические комплекты (программы, учебники, рабочие тетради, хрестоматии и т.п.).</p> <p>Программа: Е.Д. Худенко, Г.Ф. Гаврилычева, Е.Ю. Селиванова, В.В. Титова Организация и планирование воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе – интернате, детском доме.</p>
1.2.	<p>Научно-популярные, художественные книги для внеклассного чтения (в соответствии с содержанием обучения).</p>
1.3.	<p>Методические пособия для воспитателя:</p> <p>Русский язык - Э.В.Якубовская., Н.Г.Галунчикова. Издательство «Просвещение»; Чтение «Москва» «Просвещение 2016 год.».</p> <p>О.Я Горбатенко «Система экологического воспитания в дошкольных учреждениях»</p> <p>Н. М. Гончарова, Л. С. Дыбань, В. Д. Иманова, Г. П. Попова</p>
2. Печатная продукция	
1.2.	<p>«Знаки дорожного движения», «Таблица умножения».</p>
3. Цифровые образовательные ресурсы	
3.4.	<p>Коррекционные игры http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html:// HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"www HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html". HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"maam HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html". HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"ru HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"/ HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"detskijsad HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"/ HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"korekcionye HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"- HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"igry HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html". HYPERLINK "http://www.maam.ru/detskijsad/korekcionye-igry.html"html</p> <p>Pedportal.net</p> <p>Социальная сеть работников образования: nsportal.ru..</p>
6. Натуральные объекты	
1	<p>Кроссворды, загадки, ребусы.</p>

2.	Настольные игры: шахматы, шашки, домино, паззлы, картины из страз, викторина, продовольственный магазин, изучаем мир, хоккей, моя семья.
7. Технические средства обучения	
1.	Компьютер, интерактивная доска, принтер.