Государственное казённое общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Лужская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»

«Рассмотрена» на заседании ШМО учителей Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.	«Согласована» зам. директора по УР ГКОУ ЛО «Лужская школа-интернат» Хорошева Ю. В.(ФИО) «31»августа 2020	Приложение к АООП, утвержденной приказом № 486 от «31» августа 2016 г.

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Полезные привычки»

для 5 класса

Разработчик программы: учитель ГКОУ ЛО «Лужская школа-интернат»
Квасова Татьяна Борисовна

Срок реализации рабочей программы: _1 год_

г. Луга
2020

1. **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Полезные привычки».**

В результате реализации программы внеурочной деятельности должно обеспечиваться достижение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

- воспитательных результатов — нравственных приобретений, которые обучающийся получил вследствие участия в той или иной деятельности;
- эффекта — последствия результата, того, к чему привело достижение результата (развитие обучающегося как личности, формирование его социальной компетентности и т. д.).

Основные возможные результаты внеурочной деятельности:

- любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;
- трудолюбие;
- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- бережное отношение к окружающей среде;
- выполнение этических норм поведения в повседневной жизни;
- развитие элементарных навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- принятие и освоение различных социальных ролей;
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни.

Развитие речи как средства общения в контексте познания окружающего мира и личного опыта ребенка.

· Понимание слов, обозначающих объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека.

· Умение использовать усвоенный лексико-грамматический материал в учебных и коммуникативных целях.

Овладение доступными средствами коммуникации и общения – вербальными и невербальными.

· Понимание обращенной речи.

·Ответ на вопрос доступным средством коммуникации.

Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике

экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих житейских задач.

· Мотивы коммуникации: познавательные интересы, общение и взаимодействие в

разнообразных видах детской деятельности.

· Умение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя невербальные и вербальные средства.

2. Содержание программы курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»

Привычка быть вежливым

Привычка быть приветливым, доброжелательным. Различать «хорошие» и «плохие» поступки. Навыки общения со сверстниками. Оценивать свои поступки. Иметь свое отношение к поступкам сверстников. Развитие коммуникативных качеств, в процессе специально организованной деятельности.

Правила поведения в общественных местах

Поведение на уроке (соблюдать тишину, не ходить по классу, поднимать руку при ответе, слушать учителя, смотреть на учителя, отвечать на вопросы, выполнять инструкцию). Поведение в столовой (эстетика приема пищи, уборка посуды). Поведение в школе, бережное отношение к имуществу.

Здоровый образ жизни

Режим дня (подъем, завтра...). Зарядка, как основа закаливания организма. Профилактика простудных заболеваний. Полезные и вредные продукты. Польза и вред продуктов для человека. Основы правильного питания для поддержания здоровья. Разминка для пальцев. Применение пальчиковой гимнастики.

Гигиена тела и внешнего вида

Мытье рук (открывание вентиля крана, регулирования напора воды, мытье рук, закрывание вентиля крана). Чистка зубов. Правила чистки зубов. Использование зеркала в жизни. Правила умывания. Уход за одеждой и обувью. Применение средств для чистки одежды и обуви. Осанка. Правила правильной посадки за рабочим местом.

Негативные привычки

Нарушение правил гигиены (есть грязными руками, не мыть руки после еды, работы и т.п.). Неправильное питание (употребление вредных продуктов, переедание). Вред, наносимый негативными привычками человеку.

Бережное отношение к природе и жилищу

Правила поведения в лесу (не уносить животных домой, не срывать растения, не разжигать огонь и т.п.). Посадка комнатных растений. Правила посадки. Домашний уход за комнатными растениями, его значение. Уход за домашними животными, его значение.

Основы безопасности жизнедеятельности

Профилактика перенапряжения глаз. Гимнастика для глаз. Соблюдение правил при пользовании электроприборами (электрический чайник, утюг). Правила безопасного нахождения дома без родителей. Общение с незнакомыми людьми. Правила безопасности при общении с незнакомыми людьми на улице, в подъезде. Правила перехода через дорогу. Значение сигналов светофора, пешеходного перехода, дорожных знаков при переходе через дорогу. Правила безопасных игр на улице. Техника безопасности на летних каникулах

Виды внеурочной деятельности: досугово - развлекательная, социальное творчество.
Формы организации внеурочной деятельности: экскурсии, праздники, общественно полезные практики, конкурсы, викторины, беседы, культпоходы в театр, фестивали, игры (сюжетно-ролевые т. п) и т. п.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Полезные привычки» 5 класс (1 ч. в неделю - 34 ч. в год)

№	Раздел	Часы
1	Привычка быть вежливым	3
2	Правила поведения в общественных местах	3
3	Здоровый образ жизни	7
4	Гигиена тела и внешнего вида	7
5	Негативные привычки	2
6	Бережное отношение к природе и жилищу	4
7	Основы безопасности жизнедеятельности	8
Итого:		34