

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
учителей начальных
классов
Протокол № 1
от «30» 08 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Педагог-организатор
ГБОУ школы-интерната №3
г.о. Тольятти
М.В. Терентьева
«30» 08 2022г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ школы-
интерната №3 г.о. Тольятти
О.П. Степанова
«31» 08 2022г.

Рабочая программа

по внеурочной деятельности

«Я сам»

Учебный год: 2022-2023

Класс: 2 «Д»

Количество часов в неделю: 1 час; **в год:** 34 часа

Программа составлена на основе: адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБОУ школы- интерната №3 г.о. Тольятти

Рабочую программу составил: учитель Рогозина Н.В.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

- у детей развивается важнейшее социальное чувство принадлежности к группе;
- дети учатся слушать друг друга и давать друг другу пространство в рамках занятия;
- учатся говорить о том, что они считают важным;
- дети учатся поддерживать и понимать друг друга;
- решаются проблемы дисциплины и внимания.

Формируемые БУД

Личностные:

Учиться оценивать поступки людей с различных точек зрения, давать оценку своим личностным качествам, осознавать себя членом общества, учиться рефлексии, выстраивать толерантное отношение к другому, формировать активную жизненную позицию в общественной жизни,

Учиться выбирать стиль поведения с точки зрения безопасного образа жизни и сохранения здоровья.

Учиться анализировать свои поступки в различных ситуациях, развивать самопознание и самосовершенствование, соблюдать правила жизни в обществе, воспитывать чувство патриотизма, любви к родине.

Регулятивные:

Определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий.

Осуществлять самооценку и коррекцию знаний.

Определять уровень овладения умениями, навыками, компетентностями.

Учиться оценивать свою деятельность.

Познавательные :

Работать с иллюстративным материалом.

Развивать социальный кругозор и формировать познавательный интерес.

Строить логические рассуждения.

Коммуникативные:

Учиться работать в группе, понимать позицию других, учиться договариваться друг с другом, согласуя интересы и взгляды.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Навыки, связанные с гигиеной тела.

Научить детей показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы. Уметь пользоваться носовым платком. Уметь причесываться и следить за аккуратностью волос. Закрепление умения показывать и называть части тела. Уметь показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец). Прививать детям основные гигиенические правила в отношении зубов и полости рта. Навыки и правила утренней зарядки. Уметь следить за чистотой рук; мыть руки без напоминания после пользования туалетом и всякого загрязнения. Уметь чистить зубы, полоскать рот.

Уметь самостоятельно, без помощи взрослого выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета (умывание, причесывание, чистка зубов).

Навыки одевания и раздевания.

Закрепление ранее приобретенных навыков. Уметь следить за своим внешним видом: заправлять рубашку в штаны, застегивать рубашку и штаны на все пуговицы, натягивать колготки. Знать, в каком порядке надевать разные части одежды. Учить различать лицевую сторону от изнанки, застегивать и расстегивать пуговицы, различать обувь для правой и левой ноги. Уметь шнуровать ботинки. Аккуратно, без напоминания взрослого складывать и убирать, снятые с себя предметы одежды.

Навыки, связанные с приемом пищи.

Закрепление ранее приобретенных навыков. Введение дежурств. Помощь в сервировке стола, его уборка после еды. Уметь различать и называть основные продукты питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар и т.д.). Без напоминания мыть руки перед едой

Навыки, связанные с уходом за одеждой, обувью, постелью.

Вытирать ноги, входя в помещение со двора, стряхивать снег с одежды. Уметь следить за чистотой своей одежды и обуви, чистить загрязнившиеся вещи щеткой. Уметь различать, все ли пуговицы на месте. Уметь выстирать мелкие вещи: воротники, платки, носки и т.д.

Навыки поведения и самообслуживания.

Уметь содержать в чистоте и опрятном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности. Уметь накрывать на стол, прибирать посуду после еды, вытереть стол, накрывать стол скатертью. Без напоминания прибирать за собой после еды, занятий. Помогать младшим детям при совершении туалета.

Принимать участие в дежурствах по уборке класса, столовой.

Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды воспитанников

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема занятия	Колич. часов	Дата
Я и школа		
1. Я - школьник	1	01.09
2.Школьные принадлежности. Игра «Собери портфель»	1	08.09
3.Правила поведения в школе	1	15.09
Кто я? Какой я?		
4.Назови свое имя	1	22.09
5.Я и мои одноклассники, их имена	1	29.09
Я и семья		
6.Моя семья. Семейный альбом	1	06.10
7.Рассказ о папе, маме	1	13.10
8.Ролевая игра «Дочки - матери»	1	20.10
Я среди людей		
9. Мои обязанности	1	27.10
10.Мой труд	1	10.11
11.Я учусь дружить	1	17.11
12.Знаю добрые слова	1	24.11
13.Я одеваюсь сам	1	01.12
14.Сюжетно - ролевая игра «Покупатель – продавец»	1	08.12
15. Мой город.	1	15.12
16. Покупки в аптеке	1	22.12
17.У меня зазвонил телефон	1	12.01
18.Имена моих друзей	1	19.01
19.Что такое хорошо и что такое плохо	1	26.01
20.Учимся вежливо разговаривать	1	02.02
Я и улица		
21. Мы- пешеходы	1	09.02
22. Мы- пассажиры	1	16.02
23.Идем по переходу	1	02.03
24.Внимание! Красный свет	1	09.03
25.Общественный транспорт	1	16.03
26.ПДД. Я и моя жизнь	1	30.03
27.Ролевая игра «Твой друг – светофор»	1	06.04
Я и мое здоровье		
28.Гигиена полости рта	1	13.04
3.29.Вредные микробы	1	20.04
30.Питание. Вредно - полезно	1	27.04
31.Витамины	1	04.05
32. Правильно моем руки	1	11.05
33.Ролевая игра «Оказание первой помощи»	1	18.05
34.Итоговое занятие «Я знаю. Я умею»	1	25.05