

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Полезные навыки»
для обучающихся с легкой умственной отсталостью (Вариант I)
направление внеурочной деятельности
«Спортивно – оздоровительная деятельность»**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Полезные навыки» для обучающихся с легкой умственной отсталостью, составлена на основе требований к результатам освоения АООП ООО МКОУ «Зябинская СОШ».

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА **Личностные результаты ФГОС АООП ООО:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
 - сформированность основ российской, гражданской идентичности;
 - определять и высказывать правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
 - в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.
 - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
 - ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
 - оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
 - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты ФГОС АООП ООО:

- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях;
 - умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
 - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
 - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
 - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
 - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

▪ умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

Планируемые результаты освоения программы

В результате изучения курса обучающиеся получают возможность:

- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- узнать об инструкциях и правилах прочтения;
- научиться различать рискованные ситуации и избегать их;
- определять связь поступков и решений;
- объяснять шаги принятия решений;
- узнать об опасностях употребления вредных веществ;
- узнать о факторах, влияющих на здоровье;
- получить представление о признаках здорового человека⁴
- научиться оценивать поступки сверстников и свои;
- приобрести навыки позитивного общения;
- учиться преодолевать стеснительность;
- узнать, как избежать зависимости.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5-6 класс

Введение в курс. Я и мои поступки. Ответственность. Что такое психоактивное вещество? Кто и почему употребляет психоактивные вещества? Правила безопасного поведения. Давление, влияние, ситуации... Мое здоровье. Итоговое занятие.

7-9 класс

Вводное занятие. Я и мои поступки. Самооценка и самовоспитание. Как преодолеть стеснительность. Ответственность. Зависимость или свобода. Интернет-зависимость. Вперед к здоровью. Итоговое занятие.

Описание форм организации и видов деятельности

Занятия проводятся в форме бесед, групповых занятий и дискуссий.

КАЛЕНДАРНО ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов
5-6 класс		
1.	Введение в курс.	1
2.	Я и мои поступки	1
3.	Ответственность	1

4.	Что такое психоактивное вещество?	1
5.	Кто и почему употребляет психоактивные вещества?	1
6.	Правила безопасного поведения.	1
7.	Давление, влияние, ситуации...	1
8.	Мое здоровье.	1
9.	Итоговое занятие	1
7-9 класс		
1.	Вводное занятие	1
2.	Я и мои поступки	1
3.	Самооценка и самовоспитание	1
4.	Как преодолеть стеснительность	1
5.	Ответственность	1
6.	Зависимость или свобода	1
7.	Интернет-зависимость	1
8.	Вперед к здоровью	1
9.	Итоговое занятие	1