

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми  
«Специальная (коррекционная) школа № 40» г. Сыктывкара.

Рассмотрено: Методическим объединением Протокол № 1 от «31» августа 2023 г.	Рекомендовано: Педагогическим советом Протокол № 1 от «31» августа 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ. Директор ГОУ РК «С(К)Ш № 40» г. Сыктывкара
--	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**НАПРАВЛЕНИЯ «ОБЩЕИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ»**  
**«Познаю себя»**

Срок реализации программы	1 год
Адресат	8а
Составитель программы	Кузьмина Т.А., учитель ГОУ РК «С(К)Ш №40» г. Сыктывкара

Сыктывкар  
2023г.

## 2. Пояснительная записка.

Внеурочная деятельность понимается как образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от урочной, и направленная на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ основного общего образования.

С детства каждого ребенка окружает множество привычных вещей. Но откуда они появились? Когда были созданы? Кто дал им название? На эти и многие другие вопросы призвана дать ответы программа внеурочной деятельности «Познаю себя».

Предлагаемая программа объединяет знания, входящие в предметные области истории, биологии, основ социальной жизни.

Развитие познавательных процессов необходимо в любом возрасте. Возможность ученика «переносить» учебное умение, сформированное на конкретном материале какого-либо предмета на более широкую область, может быть использована при изучении других предметов. Развитие ученика происходит только в процессе деятельности, причем, чем активнее деятельность, тем быстрее развитие.

### Нормативно-правовая база.

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (статья 75).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 19.12.2014г. № 1599.
3. Приказ Министерства образования Республики Коми «Об обеспечении введения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 26.05.2015г. № 103.

Ведущее **направление** развития личности, в рамках которого разработана рабочая программа – общекультурное.

**Актуальность программы.** Программа «Познаю себя» педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удаётся рассмотреть на уроке; развитию у детей интереса к различным видам деятельности, желанию участвовать в продуктивной деятельности, умению самостоятельно организовать своё свободное время. Познавательно-творческая внеурочная деятельность обогащает опыт коллективного взаимодействия школьников, что в своей совокупности даёт большой воспитательный эффект. Программа рассчитана на любого ученика, независимо от его предварительной подготовки, уровня интеллектуального развития и способностей.

### Адресат программы

Данная программа рассчитана на обучающихся 8а класса с легкой умственной отсталостью (в соответствии с ФГОС вариант 1).

**Цель:** создание условий для расширения творческо-интеллектуальных возможностей обучающихся средствами познавательной деятельности.

### Задачи:

- ✓ Выявлять интересы, склонности, способности, возможности учащихся к различным видам деятельности.
- ✓ Создавать условия для индивидуального развития ребенка в избранной сфере внеурочной деятельности.
- ✓ Формировать систему знаний, умений, навыков в избранном направлении деятельности, расширять общий кругозор.
- ✓ Развивать опыт творческой деятельности, творческих способностей.

- ✓ Создавать условия для реализации приобретенных знаний, умений и навыков.

**Принципы, на которые ориентирована программа**

- Принцип гуманистической направленности
- Принцип доступности
- Принцип системности
- Принцип добровольности

**Объем программы**

34 часа в год

**Методы и формы организации учебно-воспитательного процесса.**

**Планируемые формы занятий:**

- оформление рисунков по выбранной теме;
- практические работы;
- экскурсии;
- познавательные коллективные игры.

**Формы обучения и воспитания:**

- индивидуальные
- групповые
- работа в малых группах (элементы проектной деятельности).

**Методы обучения и воспитания:**

- словесные (рассказ, беседа);
- наглядные (наблюдение, показ);
- проблемно-поисковые (исследовательская деятельность);
- игровые.

**Срок освоения программы**

1 год.

**Периодичность**

1 раз в неделю.

**Продолжительность занятия**

40 минут.

**3. Содержание программы.**

Знакомство. Анкетирование. Обсуждение и принятие правил группы

Кто я такой. Игры на сплочение класса.

Что такое самооценка. Беседа «Что такое самооценка». Тест на определение самооценки

Что значит мое имя. Что в имени тебе моем.

Что такое чувства

Угадай эмоцию Игра «Угадай эмоцию», Игра «Изобрази эмоцию»

Эмоции и цвет. Упражнение «Фигуры эмоций»

Мой темперамент. Беседа «Темперамент». Тест на определение темперамента.

Здоровье и его признаки. Беседа «Здоровье и его признаки».

Что такое стресс. Беседа «Что такое стресс». Общие принципы борьбы со стрессом. Способы быстрого снятия стресса.

Я и мое тело. Беседа с обсуждением «Что мы делаем со своим телом»

Отношение к себе

Мои сильные стороны Самооценка. Упражнение «Повтори движение».

Мои слабые стороны. Беседа.

Мои представления о будущей профессии. Упражнение «Самая-самая» Упражнения «Профессия на букву»

Я и мои желания

Теория потребностей А. Маслоу

Каким я хочу быть. Упражнение «Каким я хочу быть»

Мир вокруг меня

Я в конфликтных ситуациях  
 Стили поведения в конфликтных ситуациях  
 Слышать и слушать  
 Мои творческие способности  
 Упражнение «Печатная машинка»  
 Беседа «Конфликт и стили поведения в конфликтных ситуациях»  
 Что такое креативность. Беседа «Что такое креативность». Мой творческий потенциал.

### Тематическое планирование 8а класс

№	Тема/раздел	Количество часов
1	Познаю себя	24
2	Мое здоровье	10
	ИТОГО:	34 часа

### Учебно-тематический план.

8а класс (всего 34 часа)

№ п/п	№ п/п	Раздел	Тема занятия
1	1	Познаю себя	Знакомство
2	2		Кто я такой
3	3		Что такое самооценка
4	4		Что значит мое имя
5	5		Что такое чувства
6	6		Угадай эмоцию
7	7		Эмоции и цвет
8	8		Мой темперамент
9	9		Здоровье и его признаки
10	10		Что такое стресс
11	11		Я и мое тело
12	12		Отношение к себе
13	13		Мои сильные стороны
14	14		Мои слабые стороны
15	15		Мои представления о будущей профессии
16	16		Я и мои желания
17	17		Теория потребностей А.Маслоу
18	18		Каким я хочу быть
19	19		Мир вокруг меня
20	20		Я в конфликтных ситуациях
21	21		Стили поведения в конфликтных ситуациях
22	22		Слышать и слушать
23	23		Мои творческие способности
24	24		Что такое креативность
25	1	Мое здоровье	Из чего складывается здоровье человека
26	2		Как не навредить себе
27	3		Витамины: вред или польза

28	4		Питание и наше здоровье
29	5		Спорт и наше здоровье
30	6		Полезные и вредные привычки
31	7		Режим дня
32	8		Влияние фастфуда на организм ребенка
33	9		Укрепим свое здоровье
34	10		Как сделать лето безопасным

#### 4. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

##### Личностные результаты:

- ✓ формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества (человек, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом;
- ✓ формирование коммуникативной, этической, социальной компетентности школьников.

##### Предметные результаты:

Обучающийся научится:

- способность обучающегося принимать и сохранять учебную цель и задачи;
- умение контролировать и оценивать свои действия, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- способность к осуществлению логических операций сравнения, анализа; установлению аналогий, отнесению к известным понятиям;
- умение сотрудничать педагогом и сверстникам при решении различных задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий;
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- любознательность, активность и заинтересованность в познании мира.

Обучающийся получит возможность научиться:

- 1) проводить простейшие наблюдения;
- 2) систематизировать и обобщать разные виды информации;
- 3) соблюдать правила применения препаратов бытовой химии;

#### 5. Учебный план

Внеурочная деятельность			
Направление	Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Общекультурное	8а	1	34

#### 6. Условия реализации программы

Занятия проводятся в классе, а также предусмотрены посещение школьной библиотеки, а также выход в библиотеки города Сыктывкар, прогулки в природу, экскурсии.

### **7. Формы контроля**

- контроль и самооценка учащимися выполняемых заданий;
- взаимооценка учащимися работ друг друга или работ, выполненных в группах;
- текущая оценка педагогом деятельности учащихся;
- итоговый контроль проводится в конце каждого направления в форме игры, викторины.

### **8. Методические материалы**

Мультимедиа презентации и раздаточный материал по темам.

### **9. Список литературы для учителя**

1. Ликум, А. Все обо всем. Популярная энциклопедия для детей [Текст] /А. Ликум.- М.: Компания «Ключ С», том 1, том 5, 1997.
2. Ликум, А. Все обо всем. Популярная энциклопедия для детей [Текст] /А. Ликум. - М.: Компания «Ключ С» Филологическое общество «Слово» АСТ, том 3, 1995.
3. Интернет ресурсы

