

Государственное общеобразовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат по адаптированным образовательным программам г.Балаково»

Согласовано:
Директор ГАПОУ СО
«Балаковский
медицинский колледж»
Е.В. Пуляева
«30» августа 2017



Утверждаю:
Директор ГБОУ СО
«Школа-интернат АОП
г.Балаково»
О.В. Седова
Приказ № 54 от
31.08.2017



*Рабочая программа по курсу внеурочной
деятельности*

«Академия здоровья»

Срок реализации: 1 год.

Принята на педагогическом совете

(протокол № 1 от 31.08.2017)



Балаково, 2017

КРАТКАЯ СПРАВКА ОБ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Дата создания: 1 сентября 1967 год.

Полное наименование образовательного учреждения:
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области "Школа-интернат для обучающихся по адаптированным образовательным программам г.Балаково"

Краткое наименование образовательного учреждения: ГБОУ СО "Школа-интернат АОП г.Балаково"

Тип образовательного учреждения (организации):
Общеобразовательная организация

Адрес: 413865, Саратовская область, г.Балаково, ул.20 лет ВЛКСМ, д.38.

Учебная нагрузка осуществляется в режиме 5-дневной рабочей недели. Для воспитанников интерната предусмотрено круглосуточное пребывание.

Образовательная деятельность в школе осуществляется в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 2587 от 05 апреля 2016 г. (копия прилагается).

О РЕАЛИЗУЕМЫХ УРОВНЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

№ п/п	Уровень (ступень) образовательной программы	Наименование образовательной программы	Нормативный срок освоения программы
1.	начальное общее образование	адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования	4 года
2.	основное общее образование	адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования	5 лет

В 2017-2018 уч.г. в школе-интернате обучаются 180 детей, из которых 74 человек находятся на ступени начального общего образования, 106 – на ступени основного общего образования. Контингент обучающихся составляют дети с легкой, умеренной умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра. Классы сформированы на основе вариантов обучения (I, II варианты). В учреждении обучаются 80 детей-инвалидов. На домашнем обучении находятся 16 детей.

Образовательно-воспитательную деятельность в ГБОУ СО «Школа-интернат АОП г.Балаково» осуществляют 32 педагога, из которых 1

человек имеет звание «заслуженный учитель России», 2 – «почетный работник общего образования», 1 – «отличник народного просвещения». 7 педагогов имеют высшую квалификационную категорию, 11- первую квалификационную категорию.

Материальная база в полной мере соответствует профилю учреждения. Необходимое количество оборудованных помещений способствует успешной адаптации, социализации и развитию обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В образовательном процессе используются:

- 6 учебных классов для начальной школы;
- 12 кабинетов: русского языка(2), математики (2), географии и истории(1), биологии(1), музыки и пения; педагога-психолога, социального педагога, логопеда, лечебной физкультуры, сенсорная комната, комната развития ребенка.

Для проведения практических занятий в школе-интернате имеются оснащённые современным оборудованием мастерские и кабинеты:

- швейная мастерская;
- столярная мастерская;
- штукатурно-малярная мастерская;
- кабинет декоративно – прикладного труда;
- кабинет социально-бытовой ориентировки.

С 1 сентября 2017 года в школе-интернате начала работать «Комната развития ребенка», в которой проводятся коррекционные, реабилитационные занятия с детьми-инвалидами. Такие занятия позволяют детям с умеренной умственной отсталостью, сложной структурой дефекта в игровой форме получить жизненно-важные компетенции, включая компетенции по здоровому образу жизни.

С марта 2015 года, в соответствии с приказом Министерства образования Саратовской области, на базе ГБОУ СО "Школа-интернат АОП г.Балаково" создан Ресурсный центр, целью которого является оказание методической помощи педагогам образовательных организаций города Балаково и Балаковского муниципального района, а также Духовницкого и Пугачёвского районов. В рамках Ресурсного центра:

➤ Организована работа консультативного пункта для педагогов общеобразовательных школ и родителей данной группы детей.

➤ Разработана Программа индивидуальных занятий с детьми массовых школ, нуждающихся в коррекционно-педагогической помощи.

➤ Разрабатываются индивидуальные образовательные маршруты для детей с ОВЗ (по запросу общеобразовательных школ).

➤ Расширены связи школы-интерната с другими общеобразовательными, ресурсными, медицинскими учреждениями, центрами дополнительного образования

Особое значение в современных условиях имеет подготовка детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе и детей-инвалидов, к самостоятельной жизни, связанной с их созидательной и преобразующей трудовой деятельностью, профессиональным самоопределением. Решение данных задач в нашей школе связано с реализацией программ «Я и современное общество», «Профессиональное самоопределение учащихся 5 – 9 классов», разработанных специалистами школы-интерната. Данные программы являются лауреатами конкурса областных социальных психолого-педагогических программ (2011 г.).

Познанию себя как личности, раскрытию собственного потенциала через познание природы способствует развивающая психолого-педагогическая программа «Гармония в природе – гармония в себе», реализуемая в школе с сентября 2016 г.

Также в образовательно-воспитательную практику введены такие проекты, как: «Город мастеров», «Здоровячок», «Светофорчик», «Вторая жизнь вещей», «Экологические проблемы и пути их решения».

С целью формирования у детей с ОВЗ культуры здорового образа жизни в школе реализуется программа «Здоровый ребенок», охватывающая обучающихся с 1 по 9 классы. С сентября 2017 г. во внеурочную деятельность внедрена программа «Академия здоровья», позволяющая на основе работы в различных «лабораториях» («лаборатория научных фактов», «опытно-экспериментальная лаборатория», «фитнес-лаборатория», «лаборатория инновационного оздоровления», «лаборатория анализа и мониторинга») воспитанникам и их родителям получить целостное представление о здоровье, факторах, влияющих на его состояние, сформировать у них базовые компетенции в области сохранения и укрепления здоровья.

В работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся особое место занимают технологии В.Базарного (экологическое панно, зрительные тренажеры, конторки), элементы дыхательной гимнастики А.Стрельниковой, занятия в сенсорной комнате и «комнате развития ребенка».

С 2016 г. в школе работает детская организация «Город детства», представляющая собой организацию соуправления детей и педагогов, между которыми сложились партнерские взаимоотношения. Службы «Города детства» (комитет «Образование», СМИ, «Медицинская служба», «Роспотребнадзор» и другие) организуют деятельность по своему направлению.

Педагогическим коллективом школы-интерната организовано сетевое партнерство с различными организациями города, конструирующее социальную среду для детей с различными образовательными потребностями.

Сотрудничество школы-интерната со службами, организациями города

№,	Служба, организация города	Охват участников
----	----------------------------	------------------

п/п		
1.	ПДН	180 обучающихся
2.	КДН и ЗП	3 обучающихся
3.	Управление опеки и попечительства	18 обучающихся
4.	Центр медицинской профилактики населения	180 обучающихся
5.	Общество инвалидов	61 обучающийся
6.	Бассейн «Альбатрос»	15 обучающихся
7.	ГУ СО СРЦ «Семья»	24 обучающихся
8.	Медицинский колледж	70 обучающихся
9.	Спортивная школа «Риф»	7 обучающихся
10.	Центр социальной защиты населения	180 обучающихся
11.	Театр юного зрителя	15 детей
12.	Городские и районные библиотеки	120 детей
13.	Спортивная школа «Олимпик»	20 детей
14.	Центр дополнительного образования	100 детей
15.	СГУ им. Н.Г. Чернышевского	25 детей
16.	Православный храм Пресвятой Троицы	20 детей

С целью раскрытия творческого потенциала обучающихся с ОВЗ, воспитания у них активной социальной позиции, формирования адаптивного поведения педагогами школы-интерната было организовано участие школьников в конкурсах, фестивалях, мероприятиях различного значения.

- Результативность участия в конкурсах, фестивалях, мероприятиях, спортивных турнирах различного значения**
- участие в муниципальном турнире по дворовому футболу (сентябрь 2016) – **участие;**
 - общероссийский конкурс «Ковчег детства» (ноябрь 2016) – **участие;**
 - региональный фестиваль детского творчества «Радуга» (октябрь-декабрь 2016) – **лауреаты в номинации «Вокальное пение», «Танец»;**
 - Всероссийский фестиваль-конкурс «Толерантность в современном мире» (г. Ростов-на-Дону) (январь 2017) – **участие;**
 - региональный конкурс «Здоровый образ жизни – это модно!» (февраль 2017) - **участие;**
 - XVII областная спартакиада «Награды сильнейшим! Здоровье всем!» (г. Петровск) (февраль 2017) - **II место;**
 - соревнования на лыжном гонкам в рамках XVII областной спартакиады «Награды сильнейшим! Здоровье всем!» (г. Петровск) (февраль 2017) – **II место;**
 - региональный конкурс «Неопалимая Купина» (февраль 2017) - **участие;**

- конкурс Приволжского федерального округа «Серафимовский учитель» (февраль 2017)- **лауреаты конкурса;**

- XVII областная спартакиада учащихся (март 2017) – **участие;**

- муниципальные соревнования по прыжкам в длину (март 2017) -

III место;

- международный открытый конкурс-фестиваль «Аленький цветочек» (март 2017) - **лауреаты в номинации «Танец»;**

- Всероссийский конкурс «Умната» (март 2017) - **II место;**

- региональный конкурс «Письмо ветерану пожарной охраны» (март 2017) - **участие;**

- муниципальный фестиваль детей с ОВЗ «Вместе мы сможем больше!» (апрель 2017) – **лауреаты фестиваля;**

- муниципальные соревнования по легкой атлетике (бег на 60 м.) (апрель 2017) - **I место;**

- Всероссийский конкурс «Соцветие талантов» (май 2017) - **I место.**



Министерство образования Саратовской области

как исполнительный лицензирующий орган

ЛИЦЕНЗИЯ

№ 2587 от « 05 » апреля 20 16 г.

на осуществление образовательной деятельности

Настоящая лицензия предоставлена государственному бюджетному
образовательному учреждению Саратовской области

«Школа-интернат для обучающихся по адаптированным
образовательным программам г. Балаково»

(указываются полное и (в случае его наличия) сокращенное наименование (в том числе

фирменное наименование), организационно-правовая форма юридического лица,

ГБОУ СО «Школа-интернат АОП г. Балаково»
фамилия, имя и (в случае его наличия) отчество индивидуального предпринимателя,
учреждение

наименование и реквизиты документа, удостоверяющего его личность)

на право оказывать образовательные услуги по реализации образовательных программ по видам образования, по уровням образования, по профессиям, специальностям, направлениям подготовки (для профессионального образования), по подвидам дополнительного образования, указанным в приложении к настоящей лицензии

Основной государственный регистрационный номер юридического лица
(индивидуального предпринимателя) (ОГРН) 1066439000088

Идентификационный номер налогоплательщика 6439060462

Серия 64Л01

№ 0002313

М.П. МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ. Форма № 01-05/01-16/04.

Содержание

1.	Паспорт программы	3
2.	Актуальность программы	5
3.	Цели и задачи программы	6
4.	Научные и методологические основания программы	7
5.	Принципы реализации программы	7
6.	Контингент участников программы	8
7.	Описание места Программы в системе образовательно-воспитательной деятельности школы.....	8
8.	Структура программы	8
9.	Организация занятий по программе	9
10.	Содержание программы	10
11.	Ожидаемые результаты реализации программы	15
12.	Список использованных источников	17

Паспорт программы

Программа «Академия здоровья» представляет собой нормативно-управленческий документ, характеризующий проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, основные тенденции, цели, задачи и направления здоровьесберегающей деятельности школы, развития обучающихся с ОВЗ, особенности организации кадрового и методического обеспечения психолого-педагогической работы и инновационных преобразований учебно-воспитательной системы, критерии эффективности, планируемые конечные результаты.

Полное наименование программы	Программа «Академия здоровья»
<i>Основопологающие документы для принятия решения о разработке программы</i>	<ul style="list-style-type: none">➤ Конвенция ООН о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989 г.).➤ Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».➤ Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».➤ Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599.➤ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года утверждена 29 мая 2015 г. № 996-р.➤ Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» от 21 января 2010 г.➤ СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".➤ Основная адаптированная образовательная программа государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской

	<p>области «Школа-интернат по адаптированным образовательным программам г.Балаково» на 2017-2018 уч.г.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Типовое положение о специальном коррекционном учреждении для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья. ➤ Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Школа-интернат по адаптированным образовательным программам г. Балаково»
<i>Разработчики программы</i>	<p>Программа разработана авторским коллективом:</p> <p>Седова О.В., директор школы-интерната; Старицкая Ю.А., учитель высшей квалификационной категории; Бусыгина Ж.М., учитель высшей квалификационной категории; Кутина М.А., учитель высшей квалификационной категории; Техтелева Е.А., учитель высшей квалификационной категории; Курмышова Т.М., учитель первой квалификационной категории; Петрова С.Ю., учитель первой квалификационной категории; Воробьева Ю.В., учитель; Макарова Э.П., учитель; Логунова И.В., воспитатель; Крючкова Е.В., педагог дополнительного образования первой квалификационной категории.</p>
<i>Исполнители программы</i>	Администрация, педагогический коллектив школы
<i>Социальные партнеры программы</i>	ГАПОУ СО «Балаковский медицинский колледж»; Центр «Здоровье»
<i>Сроки реализации программы</i>	Сентябрь 2017 – май 2018
<i>Этапы реализации программы</i>	<p>Реализация программы носила поэтапный характер.</p> <p>I этап – ориентировочный: изучение социального запроса, выявление имеющихся резервов, формирование «банка методических идей», разработка программы - 01.08 – 10.08.2017</p> <p>II этап – практический: реализация основных</p>

	направлений программы, достижение ее целей и задач - 01.09.2017 – 22.05.2018 III этап – итоговый: оценка эффективности программы, обобщение методической документации, определение дальнейших проблем и перспектив – 22.05. 2017– 28.05.2018
Порядок управления реализацией программы	Управление реализацией программы осуществляется педагогическим советом ГБОУ СО «Школа-интернат АОП г. Балаково»

Актуальность программы

В последние годы имеет место значительное ухудшение всех показателей состояния здоровья детей и молодежи. Причинами заболеваний являются ухудшение социально-экономической обстановки, обострение проблем рационального питания, снижение уровня здоровья родителей, наследственность. У обучающихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к собственному здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

Основной контингент воспитанников школы-интерната АОП составляют дети и подростки с умственной отсталостью. Структура психических нарушений легкой умственной отсталости складывается из особенностей недоразвития и качественного своеобразия практически всех психических проявлений, физического развития. По итогам ежегодной диспансеризации в школе было выявлено: более 50 % обучающихся с умственной отсталостью имеют различные отклонения здоровья, сопутствующие основному диагнозу, которые связаны с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, нарушением зрения, заболеваниями органов дыхания. Все это оказывает негативное влияние на результативность обучения, формирование механизмов социальной адаптации и социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

В Законе РФ «Об образовании» (2012 г.) четко обозначена ответственность образовательного учреждения за жизнь и сохранность детей [3]. Однако существующие программы и практики ориентированы на ученика массовой школы. Они в недостаточной степени учитывают особенности психического развития умственно отсталого ребенка и его семьи. Значительные трудности педагоги школы испытывают при организации работы, отборе эффективного инструментария по сохранению и укреплению здоровья детей с умеренной умственной отсталостью, детей-инвалидов, работе с их семьями.

Все вышеперечисленные факты обуславливают актуальность разработки специальной программы, позволяющей включить в процесс по сохранению и укреплению здоровья весь континент школы, обучающихся

с различными видами нарушений развития, провести отбор инструментария и оздоровительных технологий, эффективного в работе с данным контингентом детей и подростков.

Объектом программы «Академия здоровья» является здоровье детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, обучающимися в школе-интернате; **предмет** определен нами как педагогический инструментарий, технологии по укреплению здоровья, оптимальные в педагогической практике с детьми и подростками с ОВЗ.

Цели и задачи программы

Цель программы: формировать у детей с ОВЗ целостное восприятие и представление о человеке, здоровом образе жизни, фактах окружающей действительности, влияющих на здоровье, позитивное отношение к себе, окружающим людям и окружающему миру на основе эмоционально-чувственного и эмпирического опыта.

Методическая цель программы: поиск и апробация наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание благоприятных условий для формирования у школьников с ОВЗ отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цель и основная идея программы реализовывались нами посредством решения комплекса задач.

Задачи программы:

Образовательный блок задач:

- познакомить обучающихся с понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», факторами, влияющими на состояние здоровья;
- расширить опыт познания окружающего мира;
- формировать способы и методы познания на основе использования современных образовательных и оздоровительных технологий.

Развивающий блок задач:

- создать условия для первичного интереса для дальнейшей поисковой деятельности;
- развивать у детей поисково-познавательную, интеллектуальную активность путем включения их в опытно-экспериментальные, мыслительные, моделирующие и преобразующие действия;
- развивать и укреплять все основные мышечные группы;
- укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы, способствовать улучшению обменных процессов в организме;
- улучшать физические способности - координацию движений, силы, выносливости, скорости;
- развивать основные жизненно-важные двигательные умения и навыки;

➤ формировать коммуникативную компетентность: умение анализировать, обобщать, делать выводы, доказывать своё мнение, убеждать.

Воспитательный блок задач:

- воспитывать социальную ответственность и компетентность;
- воспитывать интерес к деятельности по улучшению здоровья, культуру здорового образа жизни;
- предупреждать появление вредных привычек, неправильного питания, нездорового образа жизни.

Научные и методологические основания программы

Теоретическими основами программы «*Академия здоровья*» являются Теория отношения и «лечебного перевоспитания личности» В.Н. Мясищева; Общенаучные положения системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов (Л.С. Выготский, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.).

Принципы реализации программы

Программа базируется на следующих **принципах**:

- ***принцип научности***, заключающийся в том, что в процессе реализации программы воспитанники овладевали научно-достоверными знаниями, отвечающими современному уровню развития науки, раскрытия ее современных достижений и перспектив развития в дальнейшем, а также, чтобы в процессе воспитания подростки знакомились с научными методами исследования;
- ***принцип системно-деятельностного подхода***, позволяющего создать условия, в которых дети выступают активными участниками образовательной деятельности, учатся самостоятельно добывать знания и применять их на практике;
- ***принцип компетентностного подхода***, предполагающий, что главная задача образования – научить ребенка пользоваться усвоенными знаниями для решения различных проблем в жизни;
- ***принцип личностно-значимой деятельности***, предполагающий участие воспитанников в различных формах деятельности в соответствии с личностными смыслами и жизненными установками;
- ***принцип дифференциации воспитания*** как учета групповых особенностей воспитанников, в том числе создания дополнительных условий для социализации подростков с особыми потребностями в обучении и ограниченными возможностями;
- ***принцип целостности***, обеспечивающий системность, преемственность воспитания, взаимосвязанность всех его компонентов: целей, содержания, воспитывающей и организационной деятельности, результатов воспитания, установление связи между субъектами

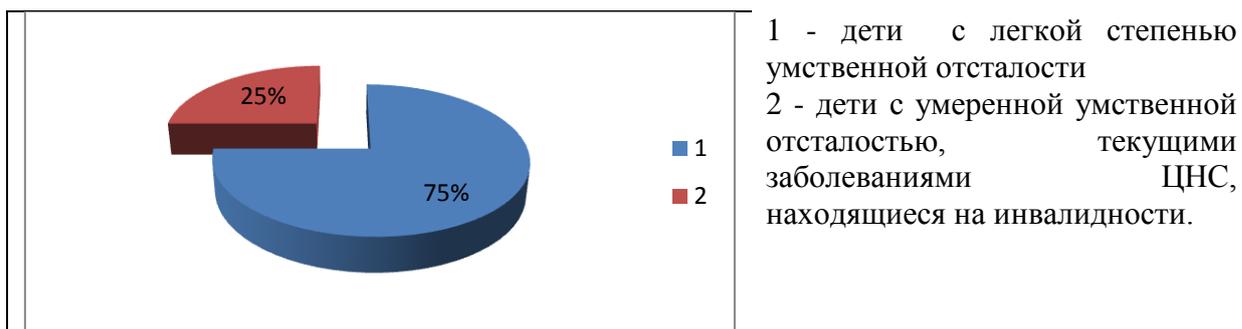
внеучебной деятельности по взаимодействию в реализации комплексной развивающей программы, а также в проведении конкретных мероприятий;

➤ **принцип результатной ориентации** как направленности социального воспитания на создание опыта социально позитивных и лично-поддерживающих общения, взаимодействия, деятельности воспитанников, проявляющегося в наращивании социальных компетенций, ценностных отношений и инициативных социальных действиях.

Контингент участников программы

Участниками программы являются обучающиеся 2 - 9 классов государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Школа-интернат по адаптированным образовательным программам г. Балаково». Всего в реализации программы принимают участие 140 детей с ОВЗ в возрасте 8-17 лет. Состав участников программы является инклюзивным: 75 % - дети с легкой степенью умственной отсталости, 25 % - дети с умеренной умственной отсталостью, текущими заболеваниями ЦНС, находящиеся на инвалидности.

Диаграмма. Контингент участников программы



Описание места Программы в системе образовательно-воспитательной деятельности школы

Программа «Академия здоровья» реализует **межпредметные и метапредметные** связи. Она предполагает связь со следующими **учебными предметами**: чтение, русский язык, математика, изобразительное искусство, физическая культура, декоративно-прикладной труд, музыка и пение, музыка и движение, география, история, ритмика, а также **со всеми видами внеурочной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья** (режимными моментами, воспитательными занятиями, мероприятиями, праздниками и развлечениями, занятиями в системе дополнительного образования и т.д.).

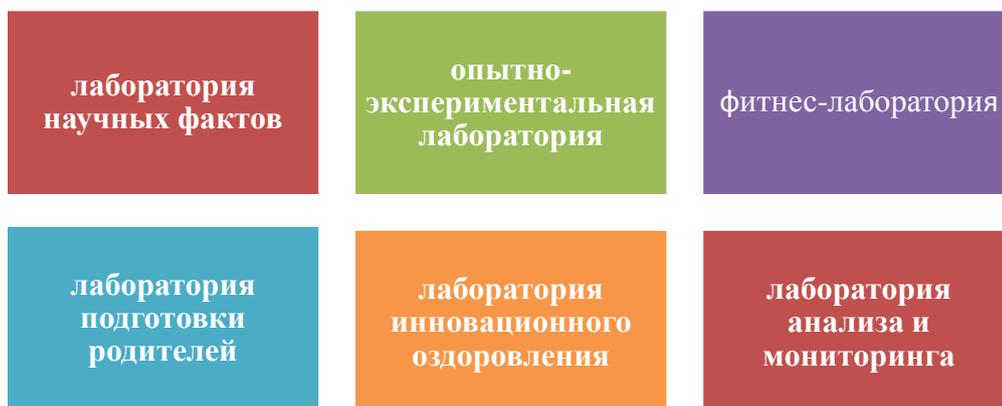
Структура программы

Одним из важных элементов предметно-пространственной развивающей среды для школьников является **лаборатория**. Работа детей в лабораториях направлена на развитие познавательного интереса, инициативы в исследовательской деятельности, она способствует

формированию научного мировоззрения. Кроме того, лаборатория – это база для специфической игровой деятельности (работа здесь превращает детей в «ученых», которые проводят опыты, эксперименты, наблюдения).

Работа в рамках программы «Академия здоровья» предусматривает деятельность детей с ОВЗ, включая детей-инвалидов, в различных лабораториях. Руководят деятельностью лабораторий педагоги школы.

Лаборатории программы «Академия здоровья»



Организация занятий по программе

Для обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (I вариант программы) проводятся занятия в **лаборатории научных фактов, опытно-экспериментальной лаборатории, фитнес-лаборатории, лаборатории инновационного оздоровления** ежедневно. Для каждого класса разработан свой график занятий.

Для обучающихся с умеренной умственной отсталостью, текущими заболеваниями ЦНС (дети-инвалиды, обучающиеся по II варианту программы) занятия проводятся в **лаборатории инновационного оздоровления, фитнес-лаборатории** 3 раза в неделю.

Лаборатория анализа и мониторинга координирует представление результатов работы каждой лабораторией, исследует и обобщает опыт работы над Программой.

Содержание программы

Лаборатория научных фактов

Цель: сформировать систему знаний о здоровье, факторах влияющих на его состояние.

Задачи:

- познакомить обучающихся с понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», факторами, влияющими на состояние здоровья;
- создать условия для первичного интереса для дальнейшей поисковой деятельности;
- формировать позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

- расширять знания и навыки по гигиенической культуре;
- предупреждать появление вредных привычек, неправильное питание, нездоровый образ жизни.

Виды деятельности: творческий, информационный. **Формы обучения:** фронтальная, групповая и индивидуальная. К проведению занятий в рамках данной лаборатории привлечены специалисты Балаковского медицинского колледжа, центра «Здоровье».

Темы занятий в «Лаборатории научных фактов» для обучающихся начальных и старших классов размещены в Приложении 1.

Опытно-экспериментальная лаборатория

Цель: практическое внедрение детского экспериментирования как средства развития познавательной активности, формирование ключевых компетентностей ребенка.

Задачи, решаемые в лаборатории экспериментов:

- формировать у детей целостное восприятие и представление о человеке, здоровом образе жизни, фактах окружающей действительности, влияющих на здоровье, позитивного отношение к себе, окружающим людям и окружающему миру на основе эмоционально-чувственного и эмпирического опыта;

- ✓ **развивающие:** развивать познавательный интерес и творческую деятельность учащихся в практической деятельности, направленной на изучение человека и факторов, влияющих на его здоровье, сохранность здоровья;

- ✓ **воспитательные:** воспитывать интерес к деятельности по улучшению здоровья, воспитывать культуру здорового образа жизни.

- ✓ **формировать коммуникативную компетентность:** умение анализировать, обобщать, делать выводы, доказывать своё мнение, убеждать.

Виды деятельности: опытно-экспериментальный, творческий, информационный, прикладной. **Формы обучения:** фронтальная, групповая и индивидуальная.

Темы занятий в «Опытно-экспериментальной лаборатории» для обучающихся начальных и старших классов размещены в Приложении 2.

Фитнес-лаборатория

Детский фитнес – это универсальная система оздоровления ребенка, способствующая его нравственному развитию, усилению иммунитета, исправлению нарушений осанки, способствует укреплению растущего организма, развитию физического потенциала и интереса к спорту.

Цель: сформировать у детей с ОВЗ устойчивые мотивы и потребности бережного отношения к собственному здоровью, физической красоте, душевной физической гармонии.

Задачи:

- повышать сопротивляемости организма; укреплять опорно-двигательный аппарат; формировать правильную осанку;
- развивать и укреплять все основные мышечные группы;
- содействовать повышению функциональных возможностей вегетативных органов;
- укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшать обменные процессы в организме;
- улучшать физические способности - координацию движений, силу, выносливость, скорость;
- формировать основные жизненно-важные двигательные умения и навыки; развивать психические качества: внимание, память, воображение;
- развивать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.

Для обучающихся младших классов используется программа по **стретчингу и футболу**. **Упражнения стретчинга** выполняются в сочетании с элементами релаксации и правильным дыханием, что позволяет без вреда, используя защитные силы организма, предупредить многие заболевания, т. к. благодаря правильному воздействию на позвоночник, внутренние органы, мышцы, железы внутренней секреции, дыхательную и нервную систему вырабатывается естественная сопротивляемость организма. **Упражнения на футболе** – это единственный вид фитнеса, где в выполнение физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что в геометрической прогрессии усиливает положительный эффект от занятий.

Для обучающихся старших классов используется программа по **шейпингу и пилатесу**. **Шейпинг-юни** - оздоровительная гимнастика с динамическими видами нагрузок с преимущественным воздействием на мышечный корсет, для профилактики нарушения осанки, улучшения координации и гармоничного развития в преддверии и в период полового созревания. **Пилатес** - один из самых безопасных видов занятий, все тренировки проводятся спокойно и размеренно. Занятия повышают тонус, улучшают мышечный баланс и учат контролировать собственное тело. Развивают гибкость суставов, эластичность связок, грацию и пластику движений, укрепляют мышцы, но не допускают мышечного дисбаланса.

Занятия с детьми-инвалидами предусматривают использование **лечебной физкультуры**. Лечебная гимнастика способствует созданию физиологичных предпосылок для восстановления правильного положения тела, развитию и постепенному увеличению силовой выносливости мышц, исправлению в возможных границах существующего дефекта, воспитанию и закреплению навыка правильной осанки, нормализации функциональных возможностей важных систем

организма, улучшению нервно-психического состояния и коррекции психических процессов, повышению защитных сил организма ребенка.

Темы занятий в «Фитнес-лаборатории» для обучающихся начальных и старших классов, детей-инвалидов размещены в Приложении 3.

Лаборатория подготовки родителей

Деятельность Лаборатории подготовки родителей направлена на просвещение семей детей с ОВЗ в области сохранения и укрепления здоровья, их обучения методам оздоровления детей.

В рамках работы данной лаборатории организуются **Дни открытых дверей для родителей, их консультирование, участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях.**

Лаборатория инновационного оздоровления

Данная программа разработана для **обучающихся с умеренной умственной отсталостью младшего и среднего звена.** Программа лаборатории инновационного оздоровления включает в себя четыре основных направления:

- I. Элементы песочной терапии.
- II. Элементы фитотерапии.
- III. Элементы дыхательной гимнастики по методике А. Стрельниковой.
- IV. Элементы офтальмологической методики В. Базарного.

Цель песочной терапии – развить координацию мелкой моторики рук.

Задачи: воздействовать на тонус речевого аппарата посредством влияния на тонус кистей рук;

повышать работоспособность головного мозга; корригировать отклонения в поведении обучающихся (агрессия, самоагрессия); формировать сенсорную чувствительность.

Песочная терапия проводится в сенсорной комнате образовательного учреждения на специальном оборудовании: юнгианской песочнице и подсвечиваемом песочном столе.

Фитотерапия - метод оздоровления с использованием лекарственных трав и препаратов из них, соков фруктов и овощей. Они представляют собой природные лекарственные средства.

Цель фитотерапии – предупредить заболеваемость органов дыхания и повысить тем самым эффективность учебы.

Задачи фитотерапии: укреплять общее состояние здоровья; предупреждать различные хронические заболевания, связанные с заболеваниями лор-органов; укреплять иммунитет; предупреждать утомления детского организма в весенний и осенний периоды.

Фитотерапия проводится в осенний и весенний периоды в школьной столовой.

Дыхательная гимнастика А. Стрельниковой в настоящее время применяется очень широко: ее рекомендуют выполнять не только при заболеваниях дыхательной системы, но и при различных сердечно - сосудистых болезнях, вегето-сосудистой дистонии.

Цель дыхательной гимнастики – провести профилактику заболеваемости органов дыхания, сердечно – сосудистых заболеваний.

Задачи дыхательной гимнастики: создать оптимальные условия для поступления кислорода в ткани; развить дыхательные мышцы; укреплять голосовые связки; улучшить общее состояния обучающихся (придает бодрость, улучшает настроение).

Дыхательная гимнастика проводится на улице, если температура воздуха не ниже 10 градусов и без резких ветреных порывов, либо – в кабинете лфк, предварительно хорошо проветренном.

Офтальмологическая методика Базарного - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на активизацию деятельности организма и сохранение здоровья ребенка.

Цель офтальмологической методики Базарного – предупредить снижение качества зрения и улучшить состояние обучающихся, у которых уже имеются различные офтальмологические нарушения.

Задачи методики Базарного: развивать зрительную координацию; поддерживать физическую, психическую, умственную сферы; развивать координацию всех органов (зрительно – ручная, телесно – координаторная, психоэмоциональная).

Офтальмологическая методика В.Базарного проводится в развивающей комнате.

Темы занятий в «Лаборатории инновационного оздоровления» для детей-инвалидов размещены в Приложении 4.

Лаборатория анализа и мониторинга

Цель: отследить ход и промежуточные результаты здоровьесберегающей деятельности школы, создать динамический банк данных по уровню здоровья, позволяющих оценить эффективность **оздоровительной** работы и вносить коррективы в индивидуальные оздоровительные программы.

Задачи: собрать и накопить фактический материал о состоянии здоровьесберегающей деятельности школы-интерната; оценить состояние физического, психологического и нравственного здоровья участников программы; создать «банк методических идей» по проблемам сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

План мероприятий Лаборатории анализа и мониторинга представлен в Приложении 5.

Ожидаемые результаты реализации программы

В связи с тем, что состав участников программы является инклюзивным, нами предусмотрен дифференцированный подход к ожидаемым результатам от ее реализации. Для подростков с легкой степенью умственной отсталостью определен достаточный уровень, с умеренной умственной отсталостью и текущими заболеваниями со стороны ЦНС - минимальный уровень достижений.

компонент	Уровень достижений	
	Достаточный	Минимальный
Образовательный	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Наличие опыта познания окружающего мира. ➤ Целостное восприятие и представление о человеке, здоровом образе жизни, фактах окружающей действительности. ➤ Активное использование способов и методов познания. ➤ Владение понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», факторами, влияющими на состояние здоровья. ➤ Соблюдение правил безопасности. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Совместное с педагогом использование способов и методов познания. ➤ Владение простейшими гигиеническими навыками. ➤ Соблюдение правил безопасности под контролем педагогов.
Развивающий	<p>Поисково-познавательная, интеллектуальная активность</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Активное коммуникативное взаимодействие на основе организации совместной деятельности. ➤ Проявления рефлексии в большинстве видов деятельности. ➤ Улучшение внимания, памяти, воображения. ➤ Улучшение физического состояния здоровья. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Способность совместно с педагогом производить простейший анализ. ➤ Коммуникативное взаимодействие на основе организации совместной деятельности под руководством педагога. ➤ Проявления рефлексии в эмоционально окрашенных видах деятельности. ➤ Улучшение внимания, памяти, воображения. ➤ Улучшение физического состояния здоровья.

<p>Воспитательный</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ценностное отношение детей к себе как к личности. ➤ Проявление личностного и творческого потенциала в различных видах деятельности. ➤ Проявление в коллективных творческих делах социальной ответственности и компетентности. ➤ Отсутствие вредных привычек. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Наличие самоуважения. ➤ Участие (совместно с педагогами) в посильных видах деятельности. ➤ Заботливое отношение к окружающим. ➤ Отсутствие вредных привычек.
------------------------------	---	---

Список использованных источников

Нормативно-правовая литература

1. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года"
<https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html>
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. [приказом](#) Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599)
ГАРАНТ.РУ: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/>
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в редакции с изменениями от 01.05.2017 года. Документы РФ <https://dokumenty24.ru/zakony-rf/zakon-ob-obrazovanii-v-rf.html>

Учебно-методическая литература

1. Базарный, В. Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде. Истоки, подходы к профилактике. / В.Ф. Базарный. - Сергиев Посад, 1995. 41 с.
2. Грабенко, Т.М., Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. - СПб.: Речь, 2005 – 340с.
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д., Нисневич, Л.А. Как помочь «особому ребенку: Книга для педагогов и родителей. 2-е издание / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.А. Нисневич. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2000. – 96с.
4. Иванова, И.А. Естественно - научные наблюдения и эксперименты. Человек. / И.А. Иванова.- М.: ТЦ Сфера, 2004. – 224 с.
5. Ковалько, В.И. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы» / В.И. Ковалько. - М.: Вако. 2004. 296с.
6. Лурье, Н.Б. Коррекционно-воспитательная работа с умственно отсталыми детьми школы / Н.Б. Лурье. – М.: Просвещение, 1998. – 299 с.
7. Пиль, А. Мое тело (Все обо всем). /А. Пиль. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 184 с.
8. Савенков, А.И. Методика исследовательского обучения дошкольников / А.И. Савенков. – Самара: «Учебная литература»: «Федоров», 2010. – 128с.
9. Семенова, Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой в Школе здоровья Н. Семеновой "Надежда" /Н. Семенова.- Москва, 2007. - 128 с.
10. Худенко, Е.Д. Организация воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе-интернате, детском доме /Е.Д. Худенко. – М.:АРКТИ, 2005. – 312 с.

Приложение 1

Темы занятий «Лаборатории научных фактов»

Младшие классы

№	Тема занятий	Форма организации деятельности детей	Место проведения
1 блок «Здоровый человек»			
1	Чистота - залог, здоровья	беседа, просмотр иллюстраций, практикум	Класс
2	Наши легкие.	просмотр видеофильма, беседа	Класс
3	К. Чуковский «Федорино горе»	ролевая игра	музыкальный кабинет
4	Мой внешний вид	беседа, ситуационная игра	Класс
5	Личная гигиена	беседа	Класс
6	К. Чуковский « Мойдодыр»	ролевая игра	Музыкальный кабинет
7	Измерение роста и веса	практическое занятие	Медицинский кабинет
8	«Как сохранить и укрепить зрение»	просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма	кабинет
9	«Тренировка дыхания через систему физических упражнений»	разучивание комплекса упражнений	Спортивный зал
10	Формирование правильной осанки	разучивание комплекса упражнений	Спортивный зал
11	Уход за зубами	просмотр видеофильма	Класс
12	Поделись улыбкою своей	ситуационная игра	Класс
13	Здоровая чистота	беседа о вреде пыли	Класс
2 блок «Окружающая среда и здоровье»			
1	Значение воды для человека	беседа. Игра- путешествие	Класс
2	Природа- источник здоровья	экскурсия	Городской парк
3	Знакомство с витаминами и продуктами их содержащими	моделированная ситуация	Школьная столовая
4	Положительное влияние спорта на организм человека	День здоровья	Сенсорная комната
3 блок «Времена года и здоровье»			
1	Как заботится о своём здоровье зимой. Как правильно одеваться на улицу.	практическое занятие, беседа	Класс
2	Как заботится о своём здоровье весной. Как правильно одеваться на улицу.	беседа, ролевая игра	Класс
3	Как заботится о своём здоровье летом. . Как правильно выбрать одежду по сезону.	моделирование ситуации	Класс
4	Сезонные изменения в природе	игра - путешествие	Класс

5	У природы нет плохой погоды	просмотр тематического видеофильма	Класс
6	Как заботится о своём здоровье осенью? Экскурсия в парк	выпуск газеты	Экскурсия, класс
4 блок «Химические элементы и здоровье»			
1	Полезные и вредные продукты	беседа	Класс
2	Умеете ли вы вести здоровый образ жизни?	ролевая игра	Класс
3	Мир моих увлечений	игра - путешествие	Класс
4	Грипп и его профилактика. Способности лука при его лечении	просмотр видеофильма	Класс
5	Лекарственные средства. Польза и вред.	беседа	Медицинский кабинет
6	Вкусная и невкусная пища	ситуационная игра	Школьная столовая
7	Лекарственные растения	беседа	Класс
8	Ядовитые растения	конкурс рисунков	Класс
9	Все о молоке и молочных продуктах.	беседа с элементами игры	Класс
10	Вредные привычки	просмотр видеофильма	Класс
11	В здоровом теле здоровый дух	спортивные игры	Спортивный зал
12	Быть здоровым - значит быть счастливым.	видеодемонстрация	Класс

Старшие классы			
№	Тема занятий	Форма организации деятельности детей	Место проведения
1 блок «Здоровый человек»			
1	Скелет человека.	демонстрация	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
2	Наши легкие.	беседа - практикум	Кабинет
3	Еще одна причина быстрее бросить курить.	видеопказ эксперимент	Кабинет
4	Почему не нужно забывать двигаться?	Спортивное занятие	Спортивный зал
5	Подвижная мимика	беседа с элементами игры	Кабинет
6	«Птичья» генетика («жаворонок», «сова»)	презентация	Сенсорная комната
7	Опасность стресса для зубов.	презентация, беседа - практикум	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
8	Факторы, замедляющие старение.	видеопросмотр	Кабинет
9	Органы чувств (зрение, слух, обоняние, вкус, осязание).	беседа - практикум	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
10	Одно из пяти чувств, доступных человеку (зрение). Оптика.	беседа-практикум	Сенсорная комната
11	Влияние звука на слух и мозг человека.	беседа - практикум	Сенсорная комната

12	Актуальные цифры и факты об аллергии.	беседа – практикум видеопросмотр	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
13	Что мы знаем о пыли?	беседа - практикум	Кабинет
14	О важности здорового и полноценного сна.	презентация беседа	Медицинский кабинет
2 блок «Окружающая среда и здоровье»			
1	Взгляд на H ₂ O с медицинской точки зрения.	эксперимент	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
2	Интересные факты о воздухе.	беседа	Экскурсия в природу
3	Качество быстрой еды, которая набирает популярность.	видеопокaз	Школьная столовая
4	Экология человека: в поисках гармонии с окружающим миром.	беседа - игра	Экскурсия в природу
3 блок «Времена года и здоровье»			
1	Как заботится о своём здоровье зимой?	презентация сюжетная игра	Кабинет
2	Закаливание.	беседа - практикум	Сенсорная комната
3	Источник жизни – солнце. Влияние солнечного света на физическое и психическое здоровье человека.	беседа - практикум	Экскурсия в природу
4	Волосы осенью	беседа - практикум	кабинет
5	10 продуктов для хорошей памяти	беседа - практикум презентация	кабинет
4 блок «Химические элементы и здоровье»			
1	15 интересных фактов о соли.	презентация	кабинет
2	Строительный материал крови человека (сода).	презентация беседа – практикум	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
3	«vital amines» то есть «амины жизни» (витамины).	презентация	кабинет
4	Способности лука при лечении.	презентация беседа	кабинет
5	Лекарственные средства. Польза и вред.	презентация беседа	кабинет
6	Дрожжи – грибы невидимки.	презентация эксперимент	ГАОУ СПО «Балаковский медицинский колледж»
7	Что стоит за желанием есть мел?	беседа - игра	кабинет
8	Неизвестные факты о молоке.	презентация беседа – практикум (эксперимент)	кабинет
9	Шоколад замедляет старение	презентация беседа	кабинет
10	Как сделать «глаза» в сыре?	видеодемонстрация обсуждение	кабинет
11	Радиация. Где применяется?	видеодемонстрация	кабинет

Приложение 2

Темы занятий «Опытно-экспериментальной лаборатории»

Младшие классы

№	Тема занятий	Форма организации деятельности детей	Место проведения
1 блок «Здоровый человек»			
1	Береги глаз как алмаз	занятие с элементами игры	Кабинет биологии
2	Чтобы уши слышали.	практикум	Кабинет биологии
3	Чтобы зубы были здоровыми.	эксперименты	Стоматологический кабинет
4	Сон – лучшее лекарство	практикум	Класс
5	Если кожа повреждена	практикум	Класс
6	Слух. Факторы ухудшающие слух.	занятие с элементами игры	Кабинет биологии
7	Обоняние. Значение запахов в жизни человека	занятие с элементами игры	Кабинет биологии
8	Осязание. Кожа – экран здоровья	видеодемонстрация с опытами	Кабинет биологии
2 блок «Окружающая среда и здоровье»			
1	Какую воду мы пьем?	научно-экспериментальная лаборатория	Столовая школы
2	Каким воздухом мы дышим?	экскурсия с опытами	Парковая зона школы
3	Были о пыли?	научный практикум	Класс
4	Чистота на моей улице. Что я могу сделать с мусором?	трудовая акция	Пришкольная территория
5	Как рождается снежинка?	презентация с опытами	Пришкольная территория
6	Есть ли в воздухе вода?	научный практикум	Парковая зона школы
7	Ощущение окружающего мира органами чувств	презентация с опытами	Класс
3 блок «Времена года и здоровье»			
1	Как природа помогает нам здоровыми быть?	видеолекторий, опыты	Класс
2	Солнце. Его значение для здоровья человека	видеозанятие, опыты	Класс
3	Эмоциональное восприятие природы как фактор влияния на здоровье человека	беседа с практическими занятиями.	Парковая зона школы
4	Времена года и здоровье человека	видеозанятие, опыты	Парковая зона школы
5	Польза и вред солнца	беседа с практическими занятиями.	Класс
6	Влияние моды на здоровье	видеозанятие	Класс
4 блок «Химические элементы и здоровье»			
1	Содержание питательных веществ в разных продуктах питания	квест-игра	Кабинеты школы
2	Витамины-это жизнь	ролевая игра	Класс
3	Лимонад-пить или не пить?	видеолекторий, опыты	Класс
4	Любимые чипсы и кола	эмпирическая деятельность	Кабинет биологии
5	Почему скисает молоко?	экспериментальная	Столовая школы

		деятельность	
6	Откуда в хлебе столько дырочек	эксперимент	Столовая школы
7	Чудесные превращения, или Что такое сыр?	видеодемонстрация	Столовая школы
8	Что у нас в солонке и в сахарнице?	эксперимент	Столовая школы
9	Плесень — это тоже гриб!	видеодемонстрация с опытами	Столовая школы
10	Полезны или вредны дрожжи?	видеодемонстрация с опытами	Столовая школы
11	Шоколад – вред или польза.	видеолекторий	Столовая школы
12	Продукты. Пищевые добавки	презентация с опытами	Кабинет биологии

Старшие классы

№	Тема занятий лаборатории экспериментов	Форма организации деятельности детей	Место проведения
1 блок «Здоровый человек»			
1	Скелет человека.	практикум	Кабинет биологии
2	Наши легкие	видеодемонстрация, опыты	Кабинет биологии
3	О курении	презентация, опыты	Кабинет психолога
4	Движение и здоровье	спортивный тренинг	Спортивный зал
5	Давайте улыбаться чаще. Положительные эмоции	психологическое занятие с элементами тренинга	Кабинет психолога
6	Здоровый сон	практикум	Сенсорная комната
7	Опасность стресса для зубов	эксперименты	Класс
8	Факторы, замедляющие старение	видеодемонстрация с опытами	Класс
9	Органы чувств	занятие с элементами игры	Кабинет биологии
10	Глаза. Оптика	занятие с элементами игры	Кабинет биологии
11	Влияние звука на слух и мозг человека	практикум	Кабинет биологии
12	Аллергены и аллергия	демонстрация с опытами	Класс
13	Пыль и наше здоровье	викторина с применением компьютерных технологий.	Кабинеты школы
2 блок «Окружающая среда и здоровье»			
1	Вода и здоровье	видеодемонстрация с опытами	Класс
2	Воздух и здоровье	видеодемонстрация с опытами	Парковая зона школы
3	Пища и здоровье	викторина с применением ИКТ	Класс
4	Экология и здоровье	научно-экспериментальная лаборатория	Класс
3 блок «Времена года и здоровье»			
1	Как заботится о своём здоровье зимой?	видеокруиз, эксперимент	Класс
2	Как заботится о своём здоровье весной?	видеокруиз, эксперимент	Класс

3	Как заботится о своём здоровье летом?	видеокруиз эксперимент	Класс
4	Солнце – главный источник энергии.	экскурсия опыты	Парк ГЭС
5	Положительное и отрицательное влияние солнца на человека	викторина с применением ИКТ	Парковая зона школы
6	Как заботится о своём здоровье осенью?	видеокруиз	Класс
4 блок «Химические элементы и здоровье»			
1	Фокусница соль	эмпирическая деятельность	Столовая школы
2	Сода	презентация с опытами	Столовая школы
3	Витамины	ролевая игра	Столовая школы
4	Почему от лука плачут?	проблемная игра	Столовая школы
5	Волшебник лимон	эксперимент	Столовая школы
6	Дрожжи – грибы невидимки	видеодемонстрация с опытами	Столовая школы
7	Подземные богатства земли. Уголь, мел.	видеодемонстрация с опытами	Кабинет географии
8	Полезные свойства молока	экспериментальная деятельность	Столовая школы
9	Белки и углеводы	презентация с опытами	Столовая школы
10	Как сделать дырки в сыре?	видеодемонстрация с опытами	Столовая школы
11	Влияние радиации на человека	видеодемонстрация	Класс

Приложение 3
Темы занятий «Фитнес-лаборатории»

Младшие классы

№ п/п	Тема занятия	Форма организа-ции	Место проведения
1	Вводная часть. Правила поведения.	инструктаж	Кабинет ЛФК
2	Мониторинг Тестирование на подвижность	тестовые задания	
3	Ориентировка в пространстве	подвижные игры	
4-5	Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног	комплекс упражнений	
6-7	Укрепление мышцы спины и брюшного пресса путём прогиба назад и вперед. Укрепление поясничной области позвоночника.	комплекс упражнений	
8-9	Растяжка мышц спины и ног. Укрепление и развитие мышц стоп.	комплекс упражнений	
10-11	Укрепление поясничной области позвоночника	комплекс упражнений	
12	Укрепление мышц плечевого пояса	комплекс упражнений	
13-14	Развитие подвижности суставов ног с целью профилактики плоскостопия	комплекс упражнений	
15-16	Улучшение осанки, пластичность движений	комплекс упражнений	
17-18	Регулирование работы вестибулярного аппарата. Развитие гибкости, грациозности и ловкости	комплекс упражнений	
19	Мониторинг Тестирование на подвижность	тестовые задания	
20-21	Упражнения на дыхание	урок-сказка	
22-23	Обучение базовым положениям при выполнении упражнений с фитболом в исходном положении (сидя, лежа, стоя на коленях).	комплекс упражнений	
23-24	Обучение сохранению правильной осанки и тренировка равновесия и координации.	комплекс упражнений	
25-28	Выполнение упражнений на растягивание с использованием фитбола.	комплекс упражнений	
29-30	Выполнение упражнений в расслаблении мышц на фитболе	комплекс упражнений	
31	Совершенствование качества выполнения упражнений в	комплекс упражнений	

	равновесии.		
32	Совершенствование техники выполнения упражнений в разных исходных положениях.	игровое задание	
33-34	Комплекс ОРУ с использованием футбола в едином для всей группы темпе.	комплекс упражнений	
35	Фитбол-гимнастика Упражнения на дыхание	гимнастический комплекс	

Старшие классы

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Место проведения
1	Вводная часть. Правила поведения. Беседы по темам: «Личная гигиена», «Профилактика вредных привычек».	инструктаж, беседа	Кабинет ЛФК
2	Мониторинг Тестирование на подвижность и физическую подготовку	двигательные задания	
3	Разучивание комплекса упражнений для разминки.	комплекс упражнений	
3-4	Закрепление упражнений на разминку Упражнения на развитие силовых способностей	комплекс упражнений	
5-6	Разучивание упражнений на развитие гибкости. Круговая тренировка (сила-гибкость)	комплекс упражнений	
7-8	Упражнения на формирование осанки. Круговая тренировка (сила-гибкость)	комплекс упражнений	
9-10	Закрепление комплекса упражнений разминки. Изучение упражнений комплекса «Шейпинг-класс»	комплекс упражнений	
11-12	Комплекс упражнений "Шейпинг –класс»	комплекс упражнений	
13-14	Упражнения на развитие силовых способностей. «Шейпинг-класс»	комплекс упражнений	
15-16	Упражнения на развитие равновесия. Разучивание упражнений пилатеса Упражнения на дыхание	комплекс упражнений	
17-18	Упражнения пилатес на гибкость и координацию	комплекс упражнений	
19-20	Корректирующие упражнения на осанку из	комплекс упражнений	

	различных положений: лёжа на спине, животе, сидя на пятках, стоя на четвереньках		
	Растяжка мышц спины и ног. Пилатес. Укрепление и развитие мышц стоп.	комплекс упражнений	
23-24	Регулирование работы вестибулярного аппарата. Развитие гибкости, грациозности и ловкости по системе Пилатеса	комплекс упражнений	
25-26	Разминка. Суставная гимнастика. Растяжка. Гимнастика для развития ощущений, внимания;	гимнастика	
27-28	Укрепление мышцы спины и брюшного пресса путём прогиба назад и вперед. Укрепление поясничной области позвоночника. Пилатес.	комплекс упражнений	
29-30	Улучшение осанки, пластичность движений посредством упражнений пилатеса. Разучивание упражнений йоги.	комплекс упражнений	
31	Разогрев мышц и подготовки их к основной части занятия пилатесом, включая элементы йоги.	комплекс упражнений	
32	Проработка глубоких мышц рук, ног упражнениями пилатеса.	комплекс упражнений	
33	Проработка глубоких мышц спины, ягодиц. Пилатес с элементами йоги.	комплекс упражнений	
34	Проработка глубоких мышц брюшного пресса. Шейпинг с элементами пилатеса.	комплекс упражнений	
35	Упражнения на растягивание с использованием спортивного инвентаря, гимн. палок, фитболов.	комплекс упражнений	

Темы занятий ЛФК для детей-инвалидов

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	
1	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках ЛФК. Специальные упражнения на	инструктаж, беседа, комплекс упражнений	Зал для ЛФК

	коррекцию расслабления. Дыхательные упражнения.		
2-3	Построение в шеренгу, колонну, упражнения на формирование правильной осанки, комплекс ОРУ, дыхательные упражнения	спортивное занятия с элементами игры	
4-5	Упражнение на равновесие, упражнения на дыхание, коррекционные упражнения, беседа о пользе физических упражнений	комплекс упражнений	
6	Упражнения для развития силы и гибкости плечевого пояса стоя. Коррекционные упражнения. Игра «Донеси предмет».	комплекс упражнений	
7-8	Виды ходьбы с различным положением рук, ходьба по перешагиванию через предметы, коррекционные упражнения	спортивное занятие	
9	Коррекционные упражнения, Упражнения для развития силы и гибкости мышц спины и брюшного пресса стоя. Дыхательные упражнения	комплексы упражнений	
10	Прокатывание среднего мяча в парах и учителю лежа на животе. Коррекционные упражнения	комплекс упражнений	
11	Броски среднего мяча в парах и учителю лежа на животе. Коррекционные упражнения. Дыхательные упражнения	комплекс упражнений	
12	Комплекс упражнений «Мы – физкультурники»; упражнения для рук и плечевого пояса, подвижная игра «Сохрани осанку».	комплекс упражнений, спортивная игра	
13-14	Специальные упражнения на тренажерах Дыхательные упражнения. Коррекционные упражнения	комплекс упражнений	
15	Ползание по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягивая себя руками. Дыхательные упражнения	комплекс упражнений	
16-17	Лазание по гимнастической скамейке на четвереньках. Подвижная игра «Раки», переползание через обруч.	комплекс упражнений, подвижная игра	
18	Специальные упражнения для развития силы и гибкости мышц спины и брюшного пресса лежа. Роль правильного дыхания	комплекс упражнений, беседа	

19-20	Лазание и висы на гимнастической стенке. Дыхательные упражнения. Упражнения на расслабление. Подвижная игра с удержанием осанки «Гуси-лебеди»	комплекс упражнений, подвижная игра
21	Ходьба с различным положением рук, перестроение в колонну. Медленный бег в сочетании с ходьбой. Игра с лазанием «Перелет птиц». Дыхательные упражнения. Упражнения на расслабление	спортивное занятие
22-23	Повторный инструктаж по технике безопасности на уроках ЛФК. Подвижные игры. Дыхательные упражнения. Упражнения на развитие гибкости плечевого сустава.	инструктаж, комплекс упражнений, подвижные игры
24	Упражнения на формирование правильной осанки. Коррекционные упражнения.	комплекс упражнений
25	Пролезание на четвереньках между воротиками, обручами. Упражнения на дыхание	комплекс упражнений, спортивная игра
26	Специальные упражнения со средним мячом стоя. Коррекционные упражнения. Дыхательные упражнения	комплекс упражнений
27	Специальные упражнения со средним мячом лежа на животе, спине, упражнение на формирование правильной осанки	комплекс упражнений
28	Специальные упражнения на мячах -фитболах. Дыхательные упражнения. Развитие координации движений. Упражнения на коррекцию осанки и плоскостопия	комплекс упражнений
29	Ходьба с изменением направления движения по сигналу. Дыхательные упражнения. Специальные упражнения на развитие мелкой моторики	занятие
30	Специальные упражнения с гимнастической палкой стоя. Дыхательные упражнения	комплекс упражнений
31	Ходьба с остановками и поворотами по сигналу,	спортивное занятие

	дыхательные упражнения, подвижная игра «Увернись от мяча».		
32- 33	Специальные упражнения с гимнастической палкой сидя и лежа. Коррекционные упражнения	комплекс упражнений	
34- 35	Специальные упражнения со средним мячом лежа на полу	комплекс упражнений	

Приложение 4
Темы занятий «Лаборатории инновационного оздоровления»

№ п/п	Тема занятия	Форма работы	Основные виды деятельности	Место проведения
1	«Волшебная песочная страна! И чудесна, и светла»	наблюдение, игра-практикум.	Знакомство с правилами безопасности при игре с песком в игровой форме. Пересыпание песка из рук в руки, с помощью ложки, пересыпание из емкости в емкость.	Сенсорная комната
2	«Запасаем сами травы мы для чая»	занятие-практикум	Подготовка и посадка семян в вазоны (мелиссы, мяты, шалфея, розмарина).	столовая школы
3	«Вместе с Мишей дышим-дышим»	занятие – практикум, художественно-ролевая игра	Знакомство сказочным персонажем Мишей обучающихся с правилами дыхательной гимнастики и основными упражнениями.	Территория школы /зал ЛФК
4	«Найдем героя сказки, тренируя наши глазки»	квест-игра	Поиск сказочных персонажей, размещенных в различных уголках комнаты.	Развивающая комната
5	«Вот песочные следы, кто оставил? «Посмотри!»»	игра-наблюдение	Оставление следов на песке, рассматривание их, сопоставление предмета и следа.	Сенсорная комната
6	«Запасаем сами травы мы для чая»	занятие-наблюдение	Наблюдение и уход за первыми ростками лекарственных растений: полив, рыхление.	Класс
7	«Вместе с Мишей дышим-дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
	Мы играем: «Взгляд вперед, вверх, вниз, влево, поворот».	квест-игра	Знакомство с тренажерами по Базарнову. Проведение игр с сигнальными карточками.	Развивающая комната
8	«Нарисуем дорожки, по ним пойдут наши ножки»	занятие-практикум	Рисование на песке дорожек, прохождение пальчиками по песочным дорожкам.	Сенсорная комната
9	«Травы для чая уже подрастают!»	занятие-наблюдение, беседа	Уход за подрастающими лекарственными растениями, беседа о пользе фиточая.	класс

10	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
11	«Я найду кружочек, ты – где огонечек? мы дружнее станем, весело играя»	квест-игра	Знакомство с тренажером «Бегущие огоньки», игры с сигнальными карточками.	Развивающая комната
12	«Наша песочная башня всех башен выше и краше»	занятие-практикум	Выстраивание башни из песка, украшение башни цветными камнями.	Сенсорная комната
12	«Сбор урожая уже начинаем!»	занятие-практикум	Сбор листьев мяты для фиточая, засушивание, подготовка к употреблению	Класс
13	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
14	«Волшебный мешочек, а в нем все, что хочешь!»	квест-игра	Игра с волшебным мешочком. Поиск аналогичного предмета из мешочка - в комнате (в виде сигнальных карточек, расположенных в разных частях комнаты).	Развивающая комната
15	«Пирожки, оладушки как у нашей бабушки»	занятие-практикум	Изготовление оладий и пирожков из песка и воды по показу учителя.	Сенсорная комната
16	«Сбор урожая вновь продолжаем»	занятие-практикум	Сбор листьев мяты для фиточая, засушивание, подготовка к употреблению	Столовая
17	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы
18	«Играют в песочные прятки льята, мышата и зайки»	квест-игра	Обучение поиску, и умению прятать фигурок в песке.	Сенсорная комната
19	«Фиточай готовим сами»	занятие-практикум	Из заранее заготовленных мяты и мелиссы заваривание травяного чая.	учебная комната
20	«Вместе с Мишей	занятие-практикум,	Проведение сказочным	территория

	дружно дышим»	художественно-ролевая игра	персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	школы /зал ЛФК
21	«Тренируем глазки, Будет все у нас в порядке!»	квест-игра	Занятия на тренажерах Базарного, игра с сигнальными карточками	Развивающая комната
22	«Строим мы песочный дом, хорошо жить будет в нем»	занятие-практикум	Построение песочного домика для зверят.	Сенсорная комната
23	«Мелисса и мята, нет лучше аромата»	чаепитие, беседа о пользе трав	Заваривание фиточая, чаепитие.	столовая
24	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
25	«Взгляд – налево, взгляд – направо, тренировка и забава».	занятие-практикум	Занятия на тренажерах Базарного, игры с сигнальными карточками	Развивающая комната
26	«Построим гараж для машины большой, удобный и красивый»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Построение гаража из песка. Игры в машины и песочный гараж.	Сенсорная комната
27	«Самый вкусный чай у нас! Заготовим про запас»	занятие-практикум	Сбор шалфея и розмарина, засушивание, приготовление и употребления чая из уже собранных трав.	Столовая
28	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
29	«Ближе, дальше и кругом. Тренируем дружно взор»	занятие-практикум	Занятия на тренажерах Базарного, различные игры с сигнальными карточками.	Развивающая комната
30	«Нарисуем мы цветок, рядом травку и грибок»	занятие-практикум	Рисование на подсвечивающемся песочном столе пальчиками.	Сенсорная комната
31	«Ароматный вкусный чай Не болей, и не скучай»	занятие-практикум	Приготовление чая, выбор для заваривания из имеющегося, чаепитие.	Столовая
32	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-	Проведение сказочным персонажем Мишей	Территория школы

		ролевая игра	общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	/зал ЛФК
33	«Вот волшебный сундучок, посмотри: «Кто в нем живет?»»	квест-игра	Занятия на тренажерах Базарного, различные игры с сигнальными карточками. Затем обучающимся предлагается найти спрятанных жителей сундучка.	Развивающая комната
34	«Море, солнце, радуга! Вот картина славная»	занятие-практикум	Рисование на подсвечивающемся песочном столе пальчиками.	Сенсорная комната
35	«Ароматный вкусный чай - Не болей, и не скучай»	занятие-практикум	Приготовление чая, выбор трав для заваривания, чаепитие.	Класс
36	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы
37	«Волшебные краски Радуют глазки»	квест-игра	Занятия на тренажерах Базарного, различные игры с сигнальными карточками. Затем обучающимся предлагается игра в цвета.	Развивающая комната
38	«Витамины прямо с грядки Со здоровьем все в порядке»	беседа-практикум	Беседа о полезности овощей для правильного питания, приготовление простых овощных салатов, употребление.	Столовая
39	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
40	«Взгляд – налево, взгляд – направо, тренировка и забава».	занятие-практикум	Занятия на тренажерах Базарного, игры с сигнальными карточками	Развивающая комната
41	«Нарисуем сказку из песка: здесь и заяц, и лиса»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Рисование на подсвечивающемся песочном столе палочками героев сказок.	Сенсорная комната
42	«Попробуем, ребята фруктового салата»	занятие-практикум	Приготовление фруктовых салатов, употребление.	Столовая
43	«Вместе с Мишей	занятие-практикум,	Проведение сказочным	Территория

	дружно дышим»	художественно-ролевая игра	персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	школы /зал ЛФК
44	«Ближе, дальше и кругом. Тренируем дружно взор».	занятие-практикум	Занятия на тренажерах Базарного, различные игры с сигнальными карточками.	Развивающая комната
45	«В песочной стране Мы художники все!»	занятие-практикум	Рисование на подсвечивающемся песочном столе палочками героев сказок.	Сенсорная комната
46	«Вместе с Мишей дружно дышим»	занятие-практикум, художественно-ролевая игра	Проведение сказочным персонажем Мишей общеукрепляющей гимнастики, затем повторение основных упражнений дыхательной гимнастики.	Территория школы /зал ЛФК
47	«Мелисса и мята, нет лучше аромата»	чаепитие, беседа о полезности трав	Приготовление чая, чаепитие.	Столовая
48	«Играют в прятки наши глазки»	квест-игра	Занятия на тренажерах Базарного, игры с сигнальными карточками	Развивающая комната
49	«Наш песочный теремок Очень крепок и высок!»	занятие-практикум	Построение теремка из песка для лесных жителей в юнгианской песочнице.	Сенсорная комната
50	«Фиточай наливай! Не болей, и не скучай!»	занятие-практикум	Приготовление чая, выбор для заваривания из имеющегося набора выращенных трав, чаепитие.	столовая

Приложение 5
План мероприятий «Лаборатории анализа и мониторинга»

№ п/п	Название мероприятия	Форма работы	Время проведения	Место проведения
1	Констатирующий мониторинг здоровья	экспертная оценка	04.09-11.09.2017	Учебные классы
2	Презентация программы и деятельности лабораторий	общешкольная линейка	11.09.2017	Актный зал
3	Освещение деятельности лабораторий посредством размещения в школьных СМИ	выпуск газет	Каждую четверть	Пресс-центр школы
4	«Устный журнал» лабораторий	общешкольная линейка	Каждую четверть	Актный зал
5	Диспансеризация обучающихся	медицинское обследование	Сентябрь-октябрь 2017	Мед. кабинет, детская поликлиника
6	Дообследование детей по результатам диспансеризации	медицинское обследование	Ноябрь-декабрь 2017	Мед. кабинет, детская поликлиника
7	Промежуточный мониторинг здоровья	экспертная оценка	15.01-22.01.2018	Учебные классы
8	Размещение материалов по программе на сайте школы	статьи, пресс-релизы	Декабрь 2017, апрель 2018	Сайт школы
9	Посещение занятий в лабораториях	посещение, анализ	февраль	Учебные классы
10	Конкурс на лучшую методическую разработку занятия, мероприятия в рамках Программы	конкурс	Март 2018	Методи-ческий кабинет
11	Контрольный мониторинг здоровья	экспертная оценка	07.05 – 11.05.2018	Учебные классы
12	Выступление участников программы на общешкольном родительском собрании	презентация	18.05.2018	Актный зал
13	Анализ работы лабораторий	отчет и анализ	До 18.05.2018	Учебные классы
14	Представление результатов работы над Программой на педагогическом совете школы	презентация	30.05.2018	Класс

Приложение 6

Игры и упражнения, используемые при реализации программы «Академия здоровья»

Игры на развитие дыхания

1. "Забей гол Дракоше"

Цель: развитие сильного непрерывного выдоха, развитие губных мышц.

Оборудование: легкий шарик от настольного тенниса (поролоновый шарик и другое), игрушка дракона.

Ход игры: Сегодня мы с тобой будем футболистами и тебе нужно забить как можно больше голов Дракоше.

Вытягиваем губы трубочкой и плавно дуем на шарик, загоняя его в ворота Дракоше. При этом педагог своей рукой может передвигать дракона тем самым создавая трудность в забивании гола.

Внимание! Следить, чтобы ребенок не надувал щеки. При необходимости их можно придерживать пальцами.

2. "Кто загонит мяч в ворота"

Цель: развитие сильного плавного выдоха.

Оборудование: шарик от настольного тенниса или ватный шарик, ворота из стаканчика из-под йогурта.

Ход игры: - Сегодня ребята, мы проводим соревнование кто загонит мяч в ворота. Итак, мы начинаем. Участники, улыбнитесь, положите широкий язык на нижнюю губу (упражнение "Лопаточка") и плавно, со звуком [Ф], дуем на шарик.

Вниманию! Следить за щеками ребенка и чтобы он произносил [Ф], а не [Х], то есть чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

3. "Самый быстрый карандаш"

Цель: развитие длинного и плавного выдоха.

Оборудование: цветные карандаши с гладкой или ребристой поверхностью.

Ход игры: перед ребенком сидящим за столом на расстоянии 20 см кладем карандаш. Сначала сами показываем ребенку как дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный край стола. Можно поиграть в эту игру вдвоем сидя друг напротив друга и перекачивать карандаш друг другу.

4. "Волшебные бабочки"

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха.

Оборудование: искусственный цветок (бумажный цветок, нарисованный цветок) разноцветные (однотонные) бумажные бабочки.

Ход игры: - Посмотри какой у меня есть красивый, волшебный цветок. А ты знаешь, что на нем живут бабочки? Вот только беда злой волшебник заколдовал их и они разучились летать! Давай с тобой расколдуем их, чтобы они снова запорхали в небо. Посмотри, как это сделаю я (педагог дует на бабочек). А теперь твоя очередь!

5. "Бабочки порхают"

Цель: развитие длительного плавного выдоха.

Оборудование: коробка из под обуви оформленная в виде летней полянке, бумажные бабочки привязанные на нити.

Ход игры: - наступило прекрасное, теплое утро, солнышко вошло высоко в небо. Вот проснулись и запели птички, зайчики поскакали искать себе пищу. Ах, посмотрите в небо запорхали бабочки. Покажи, как?

6. "Горячий чай"

Цель: развитие сильного плавного и продолжительного выдоха.

Оборудование: стаканчики из цветного картона.

Ход игры: - Здравствуйте, девчонки и мальчишки! Сегодня гости вы мои и горячим чаем всех я угощаю, а чтобы не обжечься вам - дуть я предлагаю!

7. "Снег кружится, летает, летает"

Цель: развитие сильного плавного выдоха.

Оборудование: коробка из - под обуви оформленная зимним мотивом, бумажные снежинки свисают вниз на нити.

Ход игры: Наступила зима и с неба посыпал снег. Ребенок дует на снежинки.

Гимнастика для глаз

Ах, как долго мы писали

Ах, как долго мы писали,

Глазки у ребят устали.

(Поморгать глазами.)

Посмотрите все в окно,

(Посмотреть влево-вправо.)

Ах, как солнце высоко.

(Посмотреть вверх.)

Мы глаза сейчас закроем,

(Закрывать глаза ладошками.)

В классе радугу построим,

Вверх по радуге пойдем,

(Посмотреть по дуге вверх-вправо и вверх-влево.)

Вправо, влево повернем,

А потом скатимся вниз,

(Посмотреть вниз.)

Жмурься сильно, но держись.

(Зажмурить глаза, открыть и поморгать ими.)

«Бабочка»

Спал цветок

(Закрывать глаза, расслабиться, помассировать веки, слегка надавливая на них по часовой стрелке и против нее.)

И вдруг проснулся,

(Поморгать глазами.)

Больше спать не захотел,

(Руки поднять вверх (вдох). Посмотреть на руки.)

Встрепенулся, потянулся,

(Руки согнуты в стороны (выдох).)

Взвился вверх и полетел.

(Потрясти кистями, посмотреть вправо-влево.)

«Волшебный сон»

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко...

Ровно... глубоко...

Наши руки отдыхают...

Отдыхают... Засыпают...

Шея не напряжена

И расслаблена...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется...

Дышится легко... ровно... глубоко...

(Пауза.)

Мы спокойно отдыхаем...

Сном волшебным засыпаем...

(Громче, быстрее, энергичней.)

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем.

Их повыше поднимаем.

Потянулись! Улыбнулись!

Всем открыть глаза и встать!

Комплекс зрительной гимнастики “Весёлая неделька”

Он поможет деткам не только запомнить дни недели, но и способствует профилактике глазных заболеваний.

Всю неделю по порядку,

Глазки делают зарядку.

В **понедельник**, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся,

Вниз посмотрят на траву

И обратно в высоту.

(Поднять глаза вверх; опустить их вниз, голова неподвижна)

Во **вторник** часики-глаза,

Водят взгляд туда – сюда,

Ходят влево, ходят вправо

Не устанут никогда.

(Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна)

В **среду** в жмурки мы играем,

Крепко глазки закрываем.

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем глазки открывать.

Жмуримся и открываем

Так игру мы продолжаем.

(Плотно закрыть глаза, досчитать до пяти и широко открыть глазки)

По **четвергам** мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль,

Что вблизи и что вдали

Глазки рассмотреть должны.

(Смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см от глаз, перевести взгляд на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку)

В **пятницу** мы не зевали

Глаза по кругу побежали.

Остановка, и опять

В другую сторону бежать.

(Поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх)

Хоть в **субботу** выходной,

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

(Посмотреть взглядом в верхний правый угол, затем — в нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый)

В **воскресенье** будем спать,

А потом пойдём гулять,

Чтобы глазки закалялись

Нужно воздухом дышать.

(Закрывать веки, массировать их с помощью круговых движений пальцев: верхнее веко от носа к наружному краю глаз, нижнее веко от наружного края к носу, затем наоборот)

Упражнения для развития мелкой моторики

Занятие. Влажный песок.

Цели.

1. Стимуляция кинестетических ощущений и развитие их на основе пальцевого осязания.
2. Коррекция зрительно-слухового внимания на основе сосредоточения на речи и действиях взрослого.
3. Воспитывать чувство радости от совместной деятельности.

Материалы: емкость с сухим песком, бутылка с водой, набор для игры с песком.

Ход занятия.

1. Массаж кистей и пальцев рук. Действия в соответствии с текстом.

Чтоб чисты ладони были,	Чтоб здоров был пальчик наш,
Славно их намылим мылом.	Сделаем ему массаж.
Три ладонями, давай	Посильнее разотрем
Их от грязи оттирай.	И к другому перейдем.

2. Игры с песком.

Насыпать сухой песок в емкость слоем 7 – 10 см. Предложить ребенку поиграть с песком. Взять песок в руки, высыпать его сквозь пальцы, помять пальцами.

— Это сухой песок. Давай возьмем бутылку с водой и намочим песок.

Из бутылки с дыркой в горлышке предложить ребенку полить песок. Педагог помогает смочить песок равномерно.

— Теперь песок влажный. Давай поиграем с влажным песком.

Ребенок хлопает ладошками по песку, водит пальчиками, втыкает пальчики в песок, «топит» руки в песке. Педагог комментирует действия ребенка.

— Посмотри, какие следы оставили ладошки, как они похожи на цветочки. Можно пальчиком рисовать на песке: вот линии прямые и кривые, а это кружочки, точки, дырочки. Можно лепить из влажного песка пирожки, куличики.

Месим, месим тесто,

Есть в печи место.

Будут-будут из печи

Булочки и калачи.

Берем формочки из набора для песка. Педагог показывает, как сделать с их помощью куличики

Берем ситечко из набора, сеем сквозь него песок. Набираем в емкости песок и высыпаем.

— Влажный песок не сыпется, как сухой, он слипается, поэтому можно из него лепить, оставлять на нем следы.

3. Итог.

— Можно играть с сухим песком и с влажным. С каким песочком тебе понравилось играть? Как ты играл?

Занятие. Баночки.

Цели.

1. Формирование ручных умений в откручивании и закручивании крышек баночек.
2. Коррекция зрительно-моторной координации на основе практических действий с предметами.

3. Воспитывать терпение.

Материалы: 3-4 разных баночек из-под косметических средств с разными предметами внутри: пуговица, камешек, орех, конфета.

Ход занятия.

1. Массаж кистей и пальцев рук.

Раз, два, три, четыре (Дети сжимают и разжимают кулачки.)

Мы посуду перемыли. (Трут одной ладошкой о другую.)

Чайник, чашку, ковшик, ложку

И большую поварёшку. (Загибают пальчики, начиная с большого пальчика.)

Мы посуду перемыли, (Опять трут одной ладошкой о другую.)

Только чашку мы разбили, (Загибают пальчики, начиная с мизинца.)

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбилась,

Ложку мы чуть-чуть сломали. (Сжимают и разжимают кулачки.)

Так посуду мы помыли.

1. Раскручивание и закручивание баночек.

Педагог расставляет на столе баночки из-под косметических средств. Дает возможность ребенку рассмотреть их, подержать в руках, потрясти.

— Какие разные баночки, приятно пахнут, бренчат. Интересно, а что там внутри? Посмотрим? Чтобы посмотреть, что внутри, возьми баночку и открути крышку.

Ребенок берет баночку в одну руку, а пальцами другой руки откручивает крышку, при необходимости педагог помогает. Содержимое баночки выкладывается на стол, рассматривается, называется предмет. Баночка с конфетой берется последней и представляется как приз, за правильно выполненное задание.

— Молодец! Открутил все баночки и нашел конфетку. Конфету оставим тебе, ты сможешь ее съесть, но сначала надо сложить предметы в баночки и закрутить их.

Ребенок закручивает баночки.

Занятие. Водичка.

Цели.

1. Стимуляция кинестетических ощущений и развитие их на основе пальцевого осязания.
2. Коррекция зрительно-моторной координации на основе практических действий.
3. Воспитывать интерес к новому виду деятельности.

Материалы: емкость с теплой водой высотой 15 – 20 см, небольшие камешки, ракушки, игрушки рыбок.

Ход занятия.

1. Массаж кистей и пальцев рук.

Ребром ладони имитируем «пиление» по всем направлениям кисти рук.

Пили, пила, пили, пили!

Зима холодная пришла.

Напили нам дров скорее,

Печь истопим, всех согреем!

Похлопывают по внутренней стороне ладони кончиками пальцев другой руки.

Вот веселые цыплятки

В огород пришли на грядку.

Они радостно идут,

Быстро зернышки клюют.

2. Упражнение с водой.

Перед ребенком ставится емкость с водой.

Педагог берет руки ребенка и опускает их в воду всю ладонь.

— Вода теплая чистая прозрачная, сквозь нее видно наши ручки.

Водит ладонями по воде, то опускает, то поднимает их, разворачивает, прихлопывает.

Набирает воду в ладони и выливает в емкость.

Знаем, знаем, да-да-да,

Где тут прячется вода.

Ай, лады-лады-лады,

Не боимся мы воды!

После этого педагог вместе с ребенком опускает на дно водоема небольшие камешки, ракушки, игрушки рыбок. Ребенок наблюдает, как опускаются предметы на дно их хорошо видно, педагог поясняет, что вода прозрачная.

Затем предлагает ребенку самостоятельно выловить игрушки из емкости.

3. Итог.

Тебе понравилось играть с водичкой? Как ты играл с водичкой? Молодец!

Приложение 7
Технологическая карта занятия в «Лаборатории научных фактов»

Тема:	«Всё о молоке и молочных продуктах».
Цель:	раскрыть значение о молоке и молочных продуктах
Задачи	<ul style="list-style-type: none">· формировать осознанное отношение к здоровому питанию.· расширять кругозор детей о молоке и молочных продуктах.· выявить пользу молока и молочных продуктов.· способствовать социальной адаптации детей с ОВЗ.· формировать у детей исследовательские навыки (поиск информации в различных источниках).· развивать познавательный интерес к <u>исследовательской деятельности</u>, желание познать новое.· воспитывать умение работать в коллективе, желание делиться информацией, участвовать в совместной опытно-экспериментальной деятельности.· привлечь родителей к проведению классного часа.

Тип урока:	Урок общеметодологической направленности
Цель:	<p><u>Деятельностная цель:</u> формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания, формирование способности учащихся к новому способу действия, связанному с построением структуры изученных понятий и алгоритмов.</p> <p><u>Содержательная цель:</u> построение обобщенных деятельностных норм и выявление теоретических основ развития содержательно-методических линий курсов, выявление теоретических основ построения содержательно-методических линий.</p>
Основные понятия	молоко, молочные продукты, эксперты, свойства молока, состав молока, агенты по рекламе, торговые представители, коктейль, дегустация.

Этап урока Цель этапа	Содержание учебного материала	деятельность обучающихся
1) этап мотивации	<p>Добрый день, уважаемые гости и ребята! Настало время нашего классного часа. Я улыбнусь вам, а вы улыбнетесь друг другу. Давайте сегодняшнее занятие проведем с улыбкой. Главная задача – быть внимательными, активными, находчивыми. Показать, что мы знаем и как умеем работать. Пусть девизом нашего занятия будут слова:</p> <p>«Узнал сам – расскажи другому»</p> <p>Разрешите представить вам участников нашего занятия:</p> <p>1 группа – торговые представители: (Елизавета, Дмитрий, Никита); 2 группа – эксперты: (Ангелина, Никита, Максим, Денис); 3 группа – агенты по рекламе (Александр, Николай, Дмитрий, Нина, Денис);</p>	слушают учителя
2) Этап актуализации и	Занятие является заключительным этапом нашего проекта в рамках общешкольной	

<p>фиксирования индивидуального затруднения в пробном учебном действии.</p>	<p>программы «Здоровый ребенок». Эта программа реализуется в школе с 2012 года. Проект длился две недели. Проведена большая, совместная работа учителя, детей и их родителей. Все были активными участниками этого проекта. Собрано много материала о молоке.</p> <p>Отсюда и тема нашего занятия: «Всё о молоке и молочных продуктах»</p> <p>Слайд 1. Цель нашей встречи – раскрыть значение молока и молочных продуктов для правильного питания младшего школьника.</p> <p>Слайд 2.</p> <p>Молоко – продукт особый, Просто замечательный! Рассказать о нем мы сможем Очень увлекательно!</p> <p style="text-align: right;">Никита</p> <p>Родителям, учителям хочется видеть своих детей весёлыми, бодрыми, счастливыми, а главное здоровыми! Добиться этого можно, если вести здоровый образ жизни и правильно питаться.</p> <p>Слайд 3.</p> <p>Группа из нашего класса совместно с классным руководителем провели анкетирование, по результатам которого выяснили, что из 74 обучающихся начальной школы 49 назвали молоко среди своих любимых напитков, остальные дети отдают предпочтение газированным напиткам, чаю, компотам (ребенок)</p> <p>Хотелось бы в ходе нашего занятия убедить ребят из нашего класса, а также и гостей, детей из других классов, о пользе молока и молочных продуктов. (о присут.детях)</p>	<p>чтение стихотворения</p> <p>рассказ ученика</p>
<p>3) Этап закрепления с проговариванием во</p>	<p>Молоко сельскохозяйственных животных – ценный пищевой продукт. Молочные продукты просто необходимы для питания человека во все периоды его жизни, особенно</p>	

<p>внешней речи.</p>	<p>для детей.</p> <p>- Молоко, каких же животных употребляет человек в пищу?</p> <p>Слайд 4.</p> <p>Самое известное в мире животное, которое дает молоко – это корова. В Индии она считается священным животным. В Аравийских пустынях молоко берут от верблюдов. На севере - от северного оленя. Во многих странах молоко людям дает коза. Также употребляют в пищу лошадиное молоко (кумыс).</p> <p>Обратимся к столу, где у нас работают эксперты. Они продемонстрируют нам опыты с молоком.</p> <p>Слайд 5.</p> <p>Опыт 1.</p> <p>Изучение свойства молока:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состояние - вкус - запах - прозрачность <p>Слайд 6.</p> <p>Вывод: Молоко – это непрозрачная, белая, вкусная жидкость, с легким приятным запахом.</p> <p>Опыт 2.</p> <p>Определение качества молока.</p> <p>Для выявления наличия в молоке «посторонних» добавок проще всего добавить в него несколько капель йода. Молоко с добавками должно посинеть, а чистое молоко -</p>	<p>ответы детей</p> <p>слушают учителя</p> <p>проводят опыты</p>
----------------------	--	--

	<p>пожелтеть.</p> <p>Слайд 7.</p> <p><i>Опыт с молоком (с добавками). Результат опыта – молоко сине-серого цвета.</i></p> <p><i>Опыт (с качественным молоком). Результат опыта – молоко желтого цвета.</i></p> <p>Слайд 8.</p> <p>Составляющие молока: В молоке есть все, что нужно ребенку: в нем есть вода, молочный жир, сахар, белок, минеральные соли и витамины.</p> <p>В молоке есть витамины, Оно полезно и любимо. Настроенье повышает И здоровье укрепляет Дарит бороду, усы, Исполняет все мечты! Вот как выпьешь молоко, Жить становится легко.</p> <p style="text-align: right;">Саша.</p> <p>- Витамины, витамины А и В и С и Д В жизни нам необходимы и хранятся в молоке. (Выходят витамины) Витамин А: Чтобы были вы красивы, чтобы были не плаксивы. Витамин В: Чтоб в руках любое дело дружно спорилось, кипело. Витамин С: Чтобы громче пелись песни, жить чтоб было интересней. Витамин Д: Пейте, пейте молоко, будет на душе легко!</p> <p>Слайд 9. - Из молока делают разные продукты, которые мы все прекрасно знаем. Ребята, вы,</p>	<p>делают выводы</p> <p>читает стихотворение</p> <p>читают стихотворения</p>
--	---	--

наверное, заметили, что у вас на каждом стульчике находится белый волшебный, молочный шарик. Мы сейчас поиграем с ними: кого я назову, тот встает, дотрагивается до волшебного шарика и называет любой молочный продукт.

Слайд 10.

В магазине, на витрине

Завязался разговор.

Что нужнее? Что вкуснее?

Разгорелся жаркий спор.

Сыр головастый

Перед всеми хвастал:

«Я запашистый,

Твёрдый, душистый,

С кругленькими дырами,

Нет вкуснее сыра!

Я не то, что молоко,

Ведь его разлить легко».

(сообщение о сыре) - Денис.

Слайд 11.

Сыр принадлежит к натуральным продуктам. Это питательный продукт, постоянное употребление в пищу различных сортов обеспечивает организм всеми необходимыми питательными элементами.

А сметана белая

Вдруг тоже стала смелая:

«Я, послушайте, ребята,

Разливаюсь по салатам,

По супам и овощам,

Запеканкам и борщам.

Без меня и торты —

Все второго сорта.

Я нужнее молока,

Я послаще творожка».

инсценировка
стихотворения

(сообщение о сметане) – Нина.

Слайд 12.

Сметана – это русский молочный продукт, который готовится из сливок. Она отлично усваивается, повышает аппетит, улучшает пищеварение, поднимает настроение и используется для косметических масок.

Тут вмешался творог:

«Вот из нас-то прок.

Уваженье к творогам:

Мы — начинка к пирогам.

Я нужнее молока

И сметаны... Ну, слегка».

(сообщение о твороге)- Дима.

Слайд 13.

Творог (от слова «творить») – кисломолочный продукт, получаемый в результате сквашивания молока. Один из древнейших продуктов, известных человечеству.

Творог способствуют формированию и укреплению костей, зубов.

Масло тоже не молчало,

Очень громко всем сказало:

«Чтобы сделать бутерброд,

К хлебу масло надо. Вот.

Без меня блины и кашу

Есть никто не будет даже.

Я жирнее молока,

Сыра, сливок, творожка».

(сообщение о масле) – Коля.

Слайд 14.

Сливочное масло — продукт, получаемый из коровьего молока. Легко усваивается организмом, сразу дает человеку энергию. Вот почему бутерброд со сливочным маслом считается отличным завтраком. Он дает нам силы и укрепляет организм.

Тут и мороженое

Воскликнуло восторженно:

	<p>«А меня-то, а меня-то Очень любят все ребята: И с клубникой, и с печеньем, И с орехом, и с вареньем». (сообщение о мороженом) - Саша.</p> <p style="text-align: right;">Слайд 15.</p> <p>Мороженое - очень древнее лакомство. Основу его составляет молоко. Это- освежающий, прохладительный, аппетитный, вкусный, да еще питательный продукт. Он содержит в большом количестве кальций, фосфор и некоторые другие минералы.</p> <p>Помолчало молоко, Повздыхало глубоко: «Глупые продукты, Как же вы забыли, Что коровьим молоком Все когда-то были? Сделан сыр из молока, И творог — из молока, И сметана с маслом — Это детям ясно!»</p> <p style="text-align: center;">Дима</p> <p style="text-align: center;">физминутка</p> <p>Слайд 16.</p>	<p>движения под музыку</p>
<p>4)) Этап включения изученного в систему знаний.</p>	<p>Слайд 17. А сейчас предоставим слово нашим торговым представителям, которые представят продукцию своих молочных комбинатов, которые находятся в Саратовской области: (Лиза, Дмитрий и Никита выходят с подписанными корзинками, в которых продукты) (Никита) Здравствуйте! Меня зовут Никита. Я являюсь торговым представителем Гормолзавода «Вольский». На нашем молочном комбинате производят:</p>	<p>рассказы детей о продукции молочных комбинатов</p>

	<p>молоко жирностью 3,2%, ещё молоко жирностью 2,5%. Также вкусную сметану и йогурты со вкусом вишни и лесных ягод. Вся наша продукция высокого качества и пользуется большим спросом. Покупайте нашу продукцию. (Дмитрий) Правствуйте!</p> <p>Меня зовут Дмитрий. Я - торговый представитель Общества с Ограниченной ответственностью «Молочного комбината ЭНГЕЛЬСКИЙ». У нас производят широкий ассортимент молочных продуктов питания, четырех торговых марок: сметана, творог, йогурты, детские сырки. Кроме ряженка, снежок, кефир и конечно же молоко, разной жирности. Молочный комбинат круглогодично обеспечен натуральным высококачественным фермерским молоком. Молочная продукция комбината пользуется успехом, как в Саратовской области, так и далеко за ее пределами. Вся продукция высокого качества. Приобретайте и кушайте на здоровье!</p> <p>Ребята, готовясь к нашему занятию, была проведена большая, подготовительная работа, в которой принимали участие и ваши родители. Им огромное спасибо. И сегодня у нас присутствует П. Екатерина Викторовна, которая работает в магазине, много знает о молочных продуктах. Она нам расскажет, как правильно выбрать продукты, на что обратить внимание. Предоставляем ей слово. (Рассказ Е.В. – в спецодежде) (Конверт.)</p> <p>Ребята, я ведь к вам пришла не только рассказать, как правильно выбрать молочный продукт, но и принесла вам письмо из Волшебной молочной страны, в котором находится задание. Ведь молочные продукты не сразу попадают к нам на стол, они проходят большой и длинный путь. Вы сейчас должны восстановить цепочку правильного пути. Я вызываю по представителю от каждой группы, для совместной работы. (имена.)</p> <p>Восстановить цепочку: «Как молочные продукты попадают к нам на стол?»</p> <p>Работа с группами: А знаете ли вы произведения, в которых упоминается молоко?</p>	<p>прослушивание выступления родительницы</p> <p>восстанавливают цепочку</p>
--	--	--

	<p>1. «Что делать? Побежала она к молочной речке – кисельным берегам. – Речка, речка, – просит Маша, – спрячь меня! («Гуси лебеди»)</p> <p>2. «Козлятушки, ребятушки! Отопритесь, отворитесь! Ваша мать пришла – молока принесла. Бежит молоко по вымечку, Из вымечка – по копытечку, Из копытечка – во сыру землю!» («Волк и семеро козлят»)</p> <p>Проверка цепочки.</p> <p>Ребята, а скажите, что можно приготовить из молока? (ответы детей)</p> <p>Слайд 18. Сейчас Екатерина Викторовна вместе с Дмитрием приготовят коктейль, прошу подойти их к столу. А вам было задано собрать сведения о его приготовлении. Какие продукты нам необходимо выбрать? (выбрать необходимые продукты на другой поднос, приготовление коктейля).</p> <p>Слайд 19. Этот вкусный, полезный, молочный напиток мы с вами обязательно попробуем, только чуть позже.</p> <p>Как же быстро пролетело время, наше занятие подходит к концу. И мы должны подвести ему итог.</p> <p>Слайд 20. 2 - вариант. Мы узнали:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Молоко дает... - Свойства молока... - Состав молока... 	<p>отгадывают сказки</p> <p>называют молочные блюда</p> <p>наблюдают за приготовлением коктейля</p> <p>отвечают на поставленные вопросы</p>
--	---	---

	<p>- Польза молока...</p> <p>- При покупке обратить внимание...(надо знать)</p> <p>А теперь хочу обратиться к нашим гостям, ребятам из других классов. Ответьте, пожалуйста. Смогли мы вас убедить в пользе молока и молочных продуктов? (ответы детей)</p> <p>К сожалению всех детей, мы пригласить на свое занятие не могли, поэтому хотелось, чтобы вы, ребята, рассказали в своих классах о том, что вы узнали о молоке.</p>	
<p>5) Этап рефлексии учебной деятельности.</p>	<p>Слайд 21.</p> <p>Ребята, если наше занятие понравилось, вам было интересно, вы узнали много нового и у вас веселое настроение, то нарисуйте веселый смайлик на наш молочный шарик. А кому занятие не понравилось, у вас плохое настроение – грустный. Выходим с шариками к доске.</p> <p>С детства пьем мы молоко,</p> <p>В нем и сила и тепло!</p> <p>Ведь оно волшебное,</p> <p>Доброе, полезное!</p> <p>С ним расту я по часам</p> <p>И совет хороший дам –</p> <p>Вместо пепси, лимонада</p> <p>Молоко пить чаще надо!</p>	<p>отображают свое настроение на воздушных шариках</p> <p>ребенок читает стихотворение</p>

	<p>Молоко всем помогает: Зубы, кости укрепляет! Чувствуешь себя легко, Если пьешь ты молоко!</p> <p>Занимаем свои места, и наступает время нашей дегустации (вносится коктейль). Слайд 22.</p>	<p>дегустируют коктейль</p>
--	---	-----------------------------