

1. Пояснительная записка.

Программа коррекционно – развивающего курса «Социальная азбука для младших школьников», для обучающихся первого класса разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), является частью адаптированной основной общеобразовательной программы, для учащихся с ОВЗ (задержкой психического развития) и предназначена для организации коррекционно – развивающих занятий для младших школьников с ОВЗ

Программа «Социальная азбука для младших школьников» является важнейшей частью учебно-воспитательного процесса в начальной школе. Состояние здоровья школьников внушает обоснованную тревогу и требует принятия срочных мер по охране и укреплению здоровья в процессе обучения. Высокая интенсивность учебного процесса не позволяет в должной мере учесть индивидуальные особенности ребёнка и, таким образом, приводит к высокой заболеваемости детей, нервно-психическим нарушениям, снижению сопротивляемости заболеваниям, утомляемости, перенапряжению, а значит и к снижению качества обучения. В связи с этим программа «Социальная азбука для младших школьников» направлена на укрепление здоровья учащихся и предполагает овладение детьми навыка «здорового образа жизни».

Возраст первой пробы табака и алкоголя совпадает с периодом обучения в начальной школе, с возрастом распространённость употребления психоактивных веществ среди друзей и давление на подростков возрастают. Несмотря на знания о вреде психоактивных веществ для здоровья, неодобрение их употребления с возрастом ослабевает. Опрос учителей и родителей показал, что потребность в превентивном обучении высока.

Программа «Социальная азбука для младших школьников» воплотила в себе современный научный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табак и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение. Для учителей начальной школы «Полезные привычки» послужат важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личностной и социальной компетенции.

Цель программы «Социальная азбука для младших школьников» - овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других ПАВ.

Задачи:

- Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащегося путем обсуждения проблем, связанных с алкоголем и курением.
- Учить детей понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- Учить детей эффективно общаться.
- Помочь школе и родителям в предупреждениях приобщения учащихся начальной школы к табаку и алкоголю.

2.Общая характеристика коррекционно – развивающего курса

Программа призвана воспитывать у детей сознательное отношение к сохранению своего здоровья, желания быть здоровым, противостояние отрицательному влиянию со стороны окружающих;

-расширять кругозор детей в отношении полезных привычек, положительно влияющих на здоровье детей, вредных привычек, разрушающих здоровье, эффективных форм и методов сохранения здоровья;

-сформировать у детей умение выстраивать свой день в зависимости от режима питания, труда, отдыха и сна - как основы для сохранения и поддержания здоровья, физических сил, работоспособности детей, познакомить с комплексами упражнений, позволяющими снять напряжение во время занятий в школе и дома; развивать двигательную активность детей через подвижные игры физкультминутки.

Превентивное обучение служит средством для сокращения спроса.

- Превентивное обучение является одной из составляющих образования в области охраны здоровья. “Здоровье - состояние полного физического, умственного и социального благополучия человека, а не только отсутствие заболевания или немощи”.
- Двумя неотрывными элементами школьного образования в области охраны здоровья являются обучение и воспитание. Воспитание детей в области охраны здоровья - это формирование навыков ответственного поведения и формирование здоровых установок или развитие личностной и социальной компетенции.

Превентивное обучение направлено на снижение вероятности приобщения и основано на следующих научно установленных закономерностях:

- Вероятность приобщения снижается, если ученики критически относятся к своему поведению, обучены рефлексии и самоанализу.
- Вероятность приобщения снижается, если поощряется вера в свои силы, признается уникальность каждого ученика.
- Вероятность приобщения снижается, если учащиеся умеют распознавать опасные ситуации, принимать рациональные решения, находить альтернативные, употреблению табака и алкоголя, модели поведения.
- Вероятность приобщения снижается, если дети обучены распознаванию ситуации группового давления и располагают навыками сопротивлению давлению.

«Социальная азбука для младших школьников» создавались в помощь учителям начальной школы. Они предназначены для того, чтобы дать учителям в руки научно-обоснованные и простые в использовании практические материалы для обучения детей в области охраны здоровья.

Превентивное обучение особенно важно для детей младшего школьного возраста.

Во-первых, потому что профилактика намного эффективнее среди тех, кто еще не употребляет ПАВ.

Во-вторых, приобщение к любым ПАВ начинается с алкоголя и табака. Предупреждение их употребления способствует предупреждению употребления ПАВ вообще.

Таким образом, программа «Социальная азбука для младших школьников» очень актуальна в современных условиях воспитания и развития здоровых, полноценных граждан нашего общества.

3. Описание места курса

В соответствии с учебным планом курс изучается в первом классе. Занятия проводятся один раз в неделю. Общий объем учебного времени составляет 33 часа за год обучения.

4. Ценностные ориентиры курса.

Ценность истины – осознание ценности научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимание закономерностей, лежащих в основе социальных явлений; приоритетности знания, установления истины, самого познания как ценности.

Ценность семьи – понимание важности семьи в жизни человека, осознание своих корней, формирование эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, взаимной ответственности, уважения к старшим, их нравственным идеалам.

Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства; чувство ответственности за настоящее и будущее своего языка; интерес к своей стране, языку, культуре, ее жизни и ее народу.

Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты:

регулятивные – планировать собственную деятельность, анализировать и объективно оценивать свои поступки и слова, управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;

познавательные – ориентироваться в своей системе знаний, самостоятельно определять, какая информация нужна для решения жизненных задач, отбирать источники информации среди предложенных, перерабатывать полученную информацию, делать выводы на основе обобщения знаний;

коммуникативные – доносить свою позицию до других: высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновать, приводя аргументы, слушать других, быть готовым изменить свою точку зрения.

Предметные результаты: после завершения курса обучающиеся смогут объяснить в доступной для них форме вред курения, смогут отказаться от вредной привычки сами и повлиять на выбор сверстников. Используя компьютер, смогут подготовить презентацию или небольшой доклад о вреде курения, о пользе здорового образа жизни, о приоритетном значении спорта в жизни каждого человека.

Предметными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

1 класса:

- приобретать навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- сравнивать признаки людей, находя сходство и различия;
- узнать о богатстве родной культуры;
- критически относиться к употреблению табака, алкоголя;
- значению режима дня, его важность и необходимость;
- узнавать о факторах, влияющих на здоровье;
- получить представление о признаках здорового человека;

- получить представление о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными;
- узнавать, что пассивное курение вредно для здоровья;
- делать здоровый выбор в ситуации пассивного курения.
- объяснять в доступной для них форме вред курения, смогут отказаться от вредной привычки сами и повлиять на выбор сверстников.
- используя компьютер, подготовить презентацию или небольшой доклад о пользе здорового образа жизни, о приоритетном значении спорта в жизни каждого человека.
- показывать связь культуры семьи с культурой народа;
- беречь своё здоровье;

6. Содержание коррекционно – развивающего курса.

1класс

« В здоровом теле - здоровый дух» (33 часа)

Характерной особенностью этого раздела является усвоение детьми понятий “здоровье” и “здоровый образ жизни” и применение их на практике.

Данный раздел позволяет усвоить детям ценность здоровья, способы его укрепления, знакомит с понятием “режима дня”, его особенностями, практической направленностью и реальной пользой для здоровья, помогает ребёнку составить свой режим дня и придерживаться его в дальнейшем.

Дети также знакомятся со способами закаливания, активного отдыха. Важное значение имеет усвоение детьми комплексов физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме рабочего дня (гимнастика до уроков, динамические паузы, разучивание упражнений для снятия напряжения и усталости глаз, шеи, позвоночника). Происходит переосмысление значения уроков физической культуры, как одного из важнейших способов укрепления здоровья.

Главным аспектом этого раздела является формирование у детей сознательного желания быть здоровым. Необходимо, чтобы дети уяснили, что заботиться о своём здоровье, прежде всего, должен сам человек.

Тема 1. Положительный образ Я. (3 ч.)

Я - неповторимый человек. Культура моей страны и Я

Тема 2. Общение (3 ч.)

Чувства. О чем говорят чувства.

Тема 3. Что такое здоровье? (2 ч.)

Значение здоровья для жизни человека. Связь успешности обучения, труда со здоровьем.

Тема 4. Здоровый образ жизни. (2 ч.)

Активность. Бодрость. Утренняя гимнастика. Сопrotивляемость организма заболеваниям.

Тема 5. Принятие решений (3 ч.)

Множество решений. Решения и здоровье

Тема 6. Режим дня. (2 ч.)

Режим дня. Режим питания, труда, отдыха, сна. Чередование труда и отдыха. Время для занятий. Досуг.

Тема 7. Я и моё жилище. (3 ч.)

Моя комната. Проветривание. Влажная уборка. Аккуратность. Содержание своих вещей в чистоте и порядке. Самообслуживание. Самоконтроль.

Тема 8. Закаливание организма. (2 ч.)

Закаливание. Обтирания. Холодные ванны для ног. Контрастный душ. Обливания на свежем воздухе. Люди - “моржи”.

Тема 9. Информация (2ч.)

Нужные и ненужные тебе лекарства.

Тема 10. Активный отдых. (3 ч.)

Активный отдых. Прогулки и игры на свежем воздухе. Походы. Занятия физкультурой. Спорт в нашей жизни. Спортивные секции. Занятия на тренажёрах.

Тема 11. Пассивное курение (2 ч.)

Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор

Тема 12. Гимнастика для снятия усталости и напряжения. (4 ч.)

Напряжение глаз. Усталость шеи, позвоночника. Физкультминутки. Комплексы упражнений для релаксации.

Тема 13 Пост-тест (3 ч.)

Повторение изученного за год. Пост-тест

7. Тематическое планирование коррекционно - развивающих занятий 1 класс

№	Тема урока	Кол-во
1.	Я - неповторимый человек.	1
2.	Культура моей страны и Я	1
3.	Культура моей страны и Я	1
4.	Чувства.	1
5.	О чем говорят чувства.	1
6.	О чем говорят чувства.	1
7.	Значение здоровья для жизни человека.	1
8.	Связь успешности обучения, труда со	1
9.	Активность. Бодрость.	1
10.	Утренняя гимнастика. Сопротивляемость	1
11.	Множество решений.	1
12.	Решения и здоровье	1
13.	Решения и здоровье	1
14.	Режим дня. Режим питания, труда, отдыха, сна.	1
15.	Досуг.	1
16.	Моя комната. Проветривание. Влажная уборка.	1
17.	Аккуратность. Содержание своих вещей в чистоте и порядке.	1
18.	Самообслуживание. Самоконтроль.	1

19.	Закаливание. Обтирания. Холодные ванны для ног.	1
20.	Контрастный душ. Обливания на свежем воздухе.	1
21.	Нужные и ненужные тебе лекарства.	1
22.	Нужные и ненужные тебе лекарства.	1
23.	Активный отдых. Прогулки и игры на свежем воздухе.	1
24.	Походы. Занятия физкультурой.	1
25.	Спорт в нашей жизни. Спортивные секции.	1
26.	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	1
27.	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	1
28.	Напряжение глаз.	1
29.	Усталость шеи, позвоночника.	1
30.	Физкультминутки.	1
31.	Комплексы упражнений для релаксации.	1
32.	Повторение изученного за год.	1
33.	Пост-тест	1

8 Описание материально-технического обеспечения курса.

1. “ Социальная азбука для младших школьников ”- копия рабочей тетради для 1 класса «Полезные привычки» к.м.н Т.Б. Гречаной, к.п.н Л.Ю.Иванова, Л.С. Колесова под редакцией к.п.н. О.Л.Романова Москва 2012г.
2. “Полезные привычки”- пособие для учителя к.м.н Т.Б. Гречаной, к.п.н Л.Ю.Иванова, Л.С. Колесова под редакцией к.п.н. О.Л.Романова Москва 2012г.
3. “Полезные расчеты, или как оценить эффективность превентивного обучения” Методическое пособие к.м.н Т.Б. Гречаной, к.п.н Л.Ю.Иванова, Л.С. Колесова под редакцией к.п.н. О.Л.Романова Москва 2012г.
4. “Уроки для родителей, или как помочь ребенку не употреблять табак и алкоголь” Методическое пособие к.м.н Т.Б. Гречаной, к.п.н Л.Ю.Иванова, Л.С. Колесова под редакцией к.п.н. О.Л.Романова Москва 2012г.