

ГОУ ЯО «Рыбинская школа-интернат № 1».
Программа формирования экологической культуры,
здорового и безопасного образа жизни
«Будь здоров!»
(воспитательная работа, вариант 2).

1. Вступление

Итогом образования человека с умственной отсталостью, с ТМНР (тяжелые и множественные нарушениями развития) является **нормализация его жизни**. Под нормализацией понимается такой образ жизни, который ведет подавляющее большинство обычно развивающихся людей: жить дома, решая разные вопросы повседневного быта; участвовать в трудовой деятельности вместе с другими людьми; проводить свободное время, решая где, как и с кем; в целом иметь возможность самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность.

Общим результатом образования такого обучающегося может стать набор компетенций, позволяющих максимально самостоятельно (соразмерно психическим и физическим возможностям) решать задачи, направленные на нормализацию его жизни.

Вышеперечисленные особые образовательные потребности детей с умственной отсталостью, с ТМНР диктуют **необходимость специальной индивидуальной образовательной программы для их обучения и воспитания**. Целью реализации такой программы является **достижение ребенком максимально возможной самостоятельности в решении повседневных жизненных задач**, включение его в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов в доступных для каждого обучающегося пределах.

2. Задачи Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

-  формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
-  формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью путем соблюдения правил здорового образа жизни;
-  формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
-  формирование установок на использование здорового питания;
-  использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей;
-  развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
-  соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
-  формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики, инфекционные заболевания);
-  формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
-  развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
-  формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

3. Содержание Программы формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни.

Содержание Программы формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни ребенка с ТМНР нацелена на развитие стремления у обучающихся вести здоровый образ жизни и бережно относиться к природе. Включает следующие блоки: «Мое здоровье», «Окружающий природный мир», «Человек и двигательное развитие».

<u>1. «Мое здоровье»</u> (личная гигиена, самообслуживание, физическая культура).	1. Формировать представления: - о здоровье человека, о правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней); о состоянии своего здоровья; - о важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены; - о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях. 2. Формировать умения: - обслуживать себя: одеваться и раздеваться, принимать пищу и пить, ходить в туалет и выполнять гигиенические процедуры; - сообщать о своих потребностях; - умение следить за своим внешним видом; - умение соблюдать элементарные правила безопасности в повседневной жизнедеятельности; - поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; - определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым; - ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и др. Развивать интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности (катание на санках, подвижные игры, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм и др.). Способствовать развитию познавательных процессов.
<u>2. «Человек и двигательное развитие».</u>	Формировать представления: - о себе, о частях тела, о лице человека, идентифицировать себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки), о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям, о своих физических возможностях и ограничениях; - о видах деятельности и о занятиях человека в свободное время; Осваивать: - двигательные навыки (жизненно необходимые, игровые, манипулирования с предметами и спортивным инвентарем), координации движений, доступные способы контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств); - новые способы передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации), обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве. Развивать самостоятельность в движениях и умение радоваться достижениям (выше прыгнул, быстрее пробежал и др.) в процессе выполнения физических упражнений.
<u>3.«Окружающий природный мир».</u>	Формировать и расширять представления: - об окружающем природном мире (о живой и неживой природе, знания о явлениях природы (снег, дождь, туман и др.); - о цикличности в природе — сезонных изменениях (лето, осень, весна, зима), суточных изменениях (утро, день, вечер, ночь), его многообразии, о взаимосвязи живой, неживой природы и человека; - о значении объектов природы в жизни человека. Формировать элементарные навыки безопасного поведения в окружающем природном мире.

4. Оценка результативности.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся АООП по варианту 2 является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

При оценке результативности обучения и развития обучающихся с тяжелыми и множественными нарушениями развития особо важно учитывать, что у детей могут быть вполне закономерные затруднения в освоении знаний, умений и навыков, но это не должно рассматриваться как показатель неуспешности их обучения и развития в целом.

Для выявления возможной результативности обучения должен быть учтен ряд факторов:

- ✚ необходимо учитывать особенности текущего психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося;
- ✚ в процессе предъявления заданий должны использоваться все доступные обучающемуся средства альтернативной коммуникации (предметы, жесты, фотографии, рисунки, пиктограммы, электронные технологии) и речевые средства (устная, письменная речь);
- ✚ формы выявления возможной результативности обучения должны быть вариативными для различных детей, разрабатываться индивидуально, разрабатываться в тесной связи с практической деятельностью детей;
- ✚ способы выявления умений и представлений детей с умственной отсталостью могут носить как традиционный характер, так и быть представлены в другой форме, в том числе в виде некоторых практических заданий;
- ✚ в процессе предъявления и выполнения заданий обучающимся должна быть оказана необходимая помощь, которая может носить разнообразный характер дополнительные словесные и жестовые инструкции и уточнения, выполнение ребенком задания по образцу, по подражанию, после частичного выполнения взрослым, совместно со взрослым);
- ✚ при оценке результативности достижений необходимо учитывать уровень выполнения и степень самостоятельности ребенка (самостоятельно, самостоятельно по образцу, по инструкции, с небольшой или значительной физической помощью, вместе со взрослым).
- ✚ выявление результативности обучения должно быть направлено не только на определение актуального уровня развития, но и «зоны ближайшего», а для некоторых обучающихся «зоны отдаленного развития», т.е. возможностей потенциального развития.
- ✚ выявление представлений, умений и навыков обучающихся с умственной отсталостью в каждой образовательной области должно создавать основу для дальнейшей корректировки специальной индивидуальной образовательной программы, конкретизации плана дальнейшей коррекционно-развивающей работы.

Оценка отражает степень самостоятельности обучающегося: выполняет ли он поставленную задачу, самостоятельно, либо со значительной или частичной физической помощью, по образцу, подражанию или по инструкции.

Для оценки результатов развития жизненной компетенции ребенка предлагается использовать метод экспертной группы (представители всех заинтересованных участников образовательного процесса, тесно контактирующих с ребенком, включая членов его семьи). Задачей экспертной группы является выработка согласованной оценки достижений ребенка в сфере жизненной компетенции.

Основой служит анализ поведения ребенка и динамики его развития в повседневной жизни. Результаты анализа должны быть представлены в удобной и понятной всем членам группы форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.