

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ**  
**Министерство образования Калининградской области**  
**Государственное бюджетное учреждение Калининградской области**  
**общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников**  
**с ограниченными возможностями здоровья**  
**«Школа-интернат №7 п. Большое Исаково»**

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета Организации  
Председатель  
Н.В. Терновская  
*Протокол № 6 от 23.05.2024*

УТВЕРЖДЕНО  
Директор ГБУ КО  
«Школа-интернат №7»  
А.Ю. Быстрова  
*Приказ № 130 от 09.07.2024*

**Адаптированная дополнительная общеобразовательная**  
**общеразвивающая программа**  
**«Разговор о правильном питании»**

Направленность программы: естественнонаучная.

Возраст обучающихся: 12-14 лет

Срок реализации образовательной программы: 1 год.

Автор образовательной программы:  
Войцеховская Ольга Ивановна,  
заместитель директора  
по воспитательной работе

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины, которому посвящена программа**

Каждый из нас очень хочет, чтобы дети росли здоровыми и счастливыми. Поэтому очень важно с раннего детства научить детей заботиться о своем здоровье. Программа включает в себя разделы, освещающие наиболее важные проблемы, связанные с организацией рационального питания ребят этого возраста.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Питание – один из важнейших факторов, определяющих здоровье человека. Нарушения питания признано одной из главных причин роста заболеваемости в различных группах населения, прежде всего – среди детей и подростков. Эта тенденция носит глобальный характер, проявляясь в разных странах, в том числе и в России. По данным института питания РАМН в рационе питания школьников отсутствуют многие важные продукты и блюда, не соблюдается режим питания, используются блюда с избыточным содержанием сахара, соли и т.д.

Причины сложившейся ситуации многообразны; они носят не только экономический, социально-экономический, но и социокультурный характер. За последние несколько десятилетий образ жизни современного человека претерпел существенные изменения, которые затронули в том числе и сферу, связанную с его питанием. Прежде всего, значительно изменился (снизился) уровень энерготрат, а, следовательно, сократилась потребность в калориях, получаемых с пищей. Благодаря активному развитию пищевой промышленности (появлению новых способов приготовления, сохранения пищи и т.д.) в рационе питания появилось значительное количество принципиально новых продуктов и блюд, нехарактерных для традиционных рационов, а также изменились характеристики и свойства традиционных блюд и продуктов. В результате активного культурного обмена, протекающего между разными странами, происходит освоение новых блюд и меню национальных кухонь. Все это требует, в свою очередь, специальных механизмов культурного регулирования.

Длительное время основным социальным институтом, обеспечивающим культурную передачу норм и правил питания от поколения к поколению, являлась семья. Однако современный человек стал нуждаться в освоении дополнительных, новых знаний, позволяющих ему регулировать свое поведение, связанное с питанием. Важную роль в этом стала играть школа. Задачи обучения культуре питания нашли свое отражение в Законе об образовании и Федеральных государственных стандартах. Учитывая важность и значимость формирования основ правильного питания, в российских школах активно внедряется специальное обучение для детей и родителей. Сегодня это направление – одно из самых востребованных и популярных в здоровьесберегающей работе школы.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

*Здоровое питание* - это такое питание, которое обеспечивает рост, оптимальное развитие, полноценную жизнедеятельность, способствует укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний (НИЗ), включая диабет, болезни сердца, инсульт и рак. Здоровое питание на протяжении всей жизни - важнейший элемент сохранения и укрепления здоровья нынешних и будущих поколений, а также, непременное условие достижения активного долголетия.

*Правильное питание* – это способ заботиться о себе, планировать бюджет и находить новые интересы в жизни.

*Правильное питание (или здоровое питание)* – это сбалансированный рацион из натуральных и качественных продуктов, которые удовлетворяют все нужды организма, кроме того, идут ему на пользу.

### **Направленность (профиль) программы**

Программа имеет естественнонаучную направленность. Освоение ее содержания способствует формированию у обучающихся целостной научной картины природного и социокультурного мира, ответственного отношения к своему здоровью, экологически правильного мировоззрения, необходимых для полноценного проявления интеллектуальных и творческих способностей личности ребенка.

Программа адаптирована для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **Уровень освоения**

Уровень освоения - стартовый. Программа предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, и минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Программа опирается на технологии и методы обучения детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **Актуальность программы**

Концепция обучения базируется на представлении о правильном питании не только как факторе, влияющем на здоровье, но и как компоненте общей культуры личности и включает следующие идеи:

- представление о правильном питании, формируемом у детей и подростков, определяется 5 основными требованиями: питание должно быть регулярным, разнообразным, оно должно соответствовать энерготратам человека в течение дня, быть безопасным и доставлять удовольствие.

- при обучении правильному питанию не используется деление продуктов и блюд на полезные и вредные. Вместо этого у детей формируется представление о продуктах и блюдах ежедневного рациона, продуктах и блюдах, которые следует есть не очень часто (несколько раз в неделю), а также пище, которую следует включать в свой рацион редко или в небольших количествах (сладости, торты, пирожные и т.д.).

- правильное питание рассматривается не только как важный фактор, влияющий на здоровье человека, но и как часть истории и культуры народа. Это позволяет ребенку и подростку лучше осознать связь питания с повседневной жизнью, воспринимать его не как перечень «внешних требований», а как ценный результат опыта жизни многих поколений. Поэтому при обучении правильному питанию большое внимание уделяется знакомству с кулинарными традициями и обычаями народов, отражению кулинарной темы в произведениях искусства и т.д.

Организация обучения правильному питанию соответствует следующим принципам:

- адекватность (вся информация и все формируемые навыки у школьника должны быть востребованы в его повседневной жизни. Так, к примеру, для ребенка с интеллектуальными нарушениями информация о видах и роли различных групп витаминов не имеет реального практического значения. Более важным оказывается формирование представления о необходимости регулярного употребления групп продуктов – основных источников витаминов);

- социокультурная адекватность. Формируемые навыки и привычки должны находить отражение в актуальной культуре общества, учитывать сложившиеся традиции и обычаи питания, специфику основных пищевых ресурсов;

- системность. Формирование полезных привычек – длительный и сложный процесс, охватывающий все стороны жизни ребенка. Воспитание культуры питания не может быть ограничено отдельными беседами или занятиями со школьниками. Важно, чтобы в повседневной жизни они также находили подтверждение важности и эффективности соблюдения правил рационального питания.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, индивидуальные возможности; обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **Отличительные особенности программы**

Программа «Разговор о правильном питании» - инновационный образовательный продукт, включающий множество инструментов, обеспечивающих комплексное воздействие на обучающихся, воспитанников и, как результат, успешное формирование у них важных социально бытовых навыков.

Инновационность продукта связана со следующим:

А) комплексный подход при определении содержательного базиса. Питание и здоровье в рамках программы рассматриваются как сложные социально культурные феномены, связанные с разными аспектами жизни человека. Изучая программу школьники, в том числе, узнают о традициях и истории питания, связи экологии и заботы о здоровье, произведениях культуры, в которых отражается тема питания и т.д.

Б) системность воздействия. В отличие от большинства образовательных программ, связанных с питанием и здоровьем, «Разговор о правильном питании» реализуется через все значимые сферы актуального развития школьника – учебную деятельность, творчество, семью, ближайшее социальное окружение.

В) многообразие образовательных инструментов, позволяющее педагогу реализовать системное воспитание (обучающий курс, система конкурсов, методическая подготовка педагогов и т.д.)

Г) возможность выстраивания индивидуальной модели обучения с учетом актуальных запросов участников. Педагог может выбирать и комбинировать инструментарий программы, ориентируясь на конкретные условия реализации программы и воспитательные запросы.

Изучение тем программы предполагается в рекомендованной последовательности: от знакомства с основными составляющими здорового образа жизни к формированию навыков ответственного отношения к своему здоровью, осознанию важности физической активности, умению составлять и придерживаться правильного рациона питания, а также бережно относиться к природе.

Программа носит интегрированный характер, направлена на активное вовлечение детей в процесс обучения, стимулирует их интерес к изучаемым вопросам и темам, позволяет освоить ценностные нормативы и сформировать необходимые навыки. Будучи направленной на решение конкретных педагогических задач, она создает своеобразное поле проблем, для решения которых требуются определенные знания из различных предметных областей и курсов: окружающего мира, литературного чтения, изобразительного искусства, музыки.

Элементы данной программы рекомендованы для реализации в плане коррекционной работы с детьми с ОВЗ.

**Цель программы** – формирование культуры здорового образа жизни с выделением главного компонента — культуры питания.

### **Задачи:**

Личностные:

- сформировать представления об ассортименте наиболее типичных продуктов питания, научить выбирать наиболее полезные;
- научить обучающихся планировать свой день, учитывать важность физической активности и соблюдение гигиенических правил и норм;

– пробуждать у обучающихся интерес к бережному отношению к природным ресурсам.

**Метапредметные:**

- развивать навыки организации практической деятельности под руководством учителя: определение цели, планирование этапов, выполнение заданий, анализ и оценка результатов;
- развивать навыки работы с источниками информации, связанными с режимом дня, питанием, физической активностью: выбор источников информации;
- развивать навыки эффективной коммуникации при общении со сверстниками и взрослыми, учиться слушать.

**Предметные:**

- сформировать представления о режиме дня, режиме питания, гигиенических требованиях и нормах, их значении для сохранения и укрепления здоровья;
- сформировать представления о продуктах и блюдах ежедневного рациона, а также продуктах, которые следует употреблять нечасто и понемногу, познакомить с основными приемами пищи;
- дать представления о роли физической активности, закаливании как составляющих здорового образа жизни;
- познакомить с проблемами экологии и научить правилам раздельного сбора мусора;
- развивать навыки применения полученных знаний и умений в повседневной жизни.

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы**

Участники программы — обучающиеся 12-14 лет с ОВЗ (с интеллектуальными нарушениями).

Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). У обучающихся отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и

переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден.

У этой категории обучающихся нарушена первая ступень познания – ощущение и восприятие. Нарушен процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация, логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, индивидуальные возможности; обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию детей с ОВЗ.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Принцип систематичности и последовательности в обучении требует, чтобы знания, умения и навыки формировались в системе, в определенном порядке, когда каждый элемент учебного материала логически связывается с другими, последующее опирается на предыдущее, готовит к усвоению нового.

Принцип доступности – обучение строится на уровне реальных возможностей обучающихся, с избеганием интеллектуальных, физических, моральных перегрузок, отрицательно сказывающихся на их физическом и психическом здоровье.

Принцип активности субъектов образовательного процесса предполагает, что реализуется личностное взаимодействие субъектов, и проявляется во внедрении активных методов в оперативном учете индивидуальных особенностей личности, обеспечивает творческий характер деятельности.

Принцип наглядности обеспечивается применением в образовательном процессе разнообразных видео, киноматериалов, слайдов, прослушиванием соревнований, а также посещением спортивных мероприятий.

Принцип толерантности – основой является признание права на отличие. Проявляется в принятии другого человека таким, каков он есть, уважении другой точки зрения, понимании и принятии традиций, ценности и культуры представителей другой национальности и веры. Толерантность являет собой и основу педагогического общения учителя и обучающегося, сущность которого сводится к таким принципам обучения, которые создают оптимальные условия для формирования у обучающихся культуры достоинства, самовыражения личности, исключают фактор боязни неправильного ответа.

Принцип гуманизации образовательного пространства через установление педагогического взаимодействия между учителем, обучающимися и членами их семей как важнейшее условие полноценного развития личности ребенка в плане семейного воспитания.

Набор детей в объединение – свободный, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу. Принцип формирования групп: на усмотрение администрации образовательной организации.

Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав группы 5 человек.

### **Формы обучения по образовательной программе и режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Содержание программы, а также формы и методы ее реализации носят игровой характер и основываются на деятельностном подходе, что наиболее соответствует особенностям детей, обеспечивая условия для активного включения их в различные виды деятельности, позволяющие им приобретать новые знания, осваивать практические навыки.

Формы и методы организации образовательного процесса: беседа, диалог, дидактические и сюжетно-ролевые игры; конкурсы, творческие, практические работы и др.

Совместная работа детей и родителей — необходимо уделять особое внимание привлечению родителей к реализации программы. Перед началом работы рекомендуется познакомить их с содержанием, объяснить цели и задачи обучения по программе. В дальнейшем следует привлекать родителей к подготовке заданий, организации экскурсий, кулинарных мастер-классов, оказании помощи в выполнении творческих заданий и сопровождении при участии в конкурсах.

Программа предусматривает организацию совместную работу с родителями, которая не только мотивирует обучающихся к поиску дополнительных сведений, связанных с темой, но и побуждает их к творческой, практической, проектной деятельности.

Формат обучения – очный. В связи с наличием разработанных цифровых уроков на платформе МЭШ, презентаций и заданий на сайте программы, возможно применение дистанционных образовательных технологий.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут.

Занятия проводятся: 1 раз в месяц по 1 академическому часу в рамках воспитательских часов.

### **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 1 год.

На полное освоение программы требуется 9 часов.

### **Основные формы и методы обучения**

Программа предполагает использование новых образовательных технологий, рассчитанных на приобретение детьми навыков правильного питания и их самореализацию в обществе.

Технология личностно-ориентированного развивающего обучения предполагает максимальное развитие индивидуальных способностей ребенка.

Технология дифференцированного обучения по интересам детей является самым широким путем личности в систему здорового образа жизни через спорт. Важной задачей технологии дифференцированного обучения по интересам является определение специальных интересов, наклонностей, способностей детей. Дифференциация углубляется и переходит в индивидуализацию обучения, что означает организацию учебного процесса, при которой выбор способов, приемов, темпа обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей с ОВЗ.

Элементы технологии индивидуализации обучения также используются в программе. Главным достоинством индивидуального обучения является то, что оно позволяет адаптировать содержание, методы, формы, темп обучения к индивидуальным особенностям каждого воспитанника, следить за его продвижением, вносить необходимую коррекцию.

Групповые технологии позволяют организовать совместные действия, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь. Во время групповой работы

педагог контролирует, отвечает на вопросы, регулирует выполнение заданий, оказывает помощь, стимулирует детей к выполнению этих функций во временных группах.

Игровые технологии лежат в основе занятий. Игра – это вид деятельности, который помогает активно включить ребенка в деятельность, улучшает его позиции в коллективе, создает доверительные отношения.

#### **Педагогом применяются следующие методы работы:**

1. Метод словесного описания задания: постановка задач обучения, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания.

2. Метод показа.

Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых материалов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей этот метод является неотъемлемой частью обучения, т.к. опирается на сохраненные психические структуры (рефлекс подражания).

3. Метод целостного разучивания материала

Этот метод предполагает выполнение упражнений целиком. Один из вариантов метода целостного разучивания - метод подводящих заданий, предполагающий предварительное выполнение более простых, ранее изученных заданий, структурно сходных с новыми.

4. Метод расчлененного разучивания

Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого материала на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое задание.

5. Метод изменения условий обучения.

Этот метод подразумевает создание специальных условий для выполнения заданий.

6. Игровой метод.

Данный метод предполагает использование игры в изучении материала, закреплении полученных знаний и навыков.

#### **Планируемые результаты**

Личностные результаты:

- желание заботиться о своем здоровье, выбирать полезные продукты для ежедневного рациона;
- умение составлять свой режим дня, стараться придерживаться его, делать утреннюю гимнастику, следить за физической активностью, соблюдать правила гигиены;
- принимать участие в раздельном сборе мусора дома и в школе, помогать взрослым убирать за собой после отдыха на природе.

Метапредметные результаты

- иметь навыки выполнения практических заданий, уметь анализировать и оценивать результат;
- иметь коммуникативные навыки, обеспечивающие эффективное взаимодействие при работе в группе сверстников: уметь распределять обязанности, вежливо вести себя во время занятия.

Предметные результаты:

- знать значение режима дня, режима питания и соблюдения гигиенических требований и норм для сохранения и укрепления здоровья, грамотно планировать свой день и придерживаться правил гигиены;
- знать и уметь распределять продукты по трем группам: продукты зеленого, желтого и красного стола, правильно выбирать продукты и блюда ежедневного рациона, знать, какие блюда и продукты нужно употреблять в основные приемы пищи;



- понимать важность физической активности, закаливания, ежедневной утренней зарядки;
- понимать значение бережного отношения к природе, уметь сортировать мусор и помогать взрослым.

### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Входной контроль и промежуточные результаты обучения осуществляются с использованием метода наблюдения с учетом особенностей ребенка с ОВЗ.

Итоговый контроль проводится в форме творческого задания.

Фронтальная беседа является основной формой определения результативности усвоения материала модуля. Она позволяет выяснить степень усвоения материала, в то же время корректируя знания обучающихся по изученной теме.

Творческие работы (рисунки, аппликации и др.) позволяют оценить знания обучающихся о многообразии животного мира, умение работать по образцу и самостоятельно, навыки работы в команде; предоставляют обучающимся возможность творческой самореализации.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Предметом итога освоения обучающимися программы является достижение результатов освоения программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Формы аттестации. Для отслеживания динамики освоения программ проводится педагогический мониторинг, который осуществляется в течение всего учебного года и включает входной контроль (первичную диагностику), текущий (промежуточный) и итоговый.

Входной контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения стартового уровня подготовки учащихся. Форма проведения – наблюдение.

Текущий контроль осуществляется в процессе каждого занятия и направлен на закрепление и проверку материала по изучаемой теме и на формирование практических умений и определенных компетенций. Форма проведения – наблюдение, выполнение творческих и практических заданий.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года для определения уровня усвоения материала. Форма проведения – творческое задание.

К аттестации допускаются все обучающиеся по программе.

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Качество реализации программы обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала;
- применение современных педагогических технологий.

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования или учитель, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки»; высшее либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей

образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требования к опыту практической работы.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| №<br>п/п                 | Модуль                                        | Количество часов |        |          | Формы аттестации/<br>контроля                                                                          |
|--------------------------|-----------------------------------------------|------------------|--------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          |                                               | Всего            | Теория | Практика |                                                                                                        |
| Теоретическая подготовка |                                               |                  |        |          |                                                                                                        |
| 1.                       | Самые полезные продукты                       | 1                | 1      | -        | Беседа, задания разного уровня сложности, входной контроль (наблюдение)                                |
| 2.                       | Удивительные превращения пирожка              | 1                | -      | 1        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, практическая работа, тематический контроль. |
| 3                        | Кто жить умеет по часам                       | 1                | 1      | -        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, тематический контроль.                      |
| 4                        | Вместе весело гулять                          | 1                | -      | 1        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, практическая работа, тематический контроль. |
| 5                        | Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной | 1                | 1      | -        | Беседа, игровые моменты, подвижные игры                                                                |
| 6                        | Плох обед если хлеба нет                      | 1                | 1      | -        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, тематический контроль.                      |
| 7                        | Пора ужинать                                  | 1                | 1      | -        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, тематический контроль.                      |
| 8                        | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты   | 1                | -      | 1        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности,                                             |

|   |                   |          |          |          |                                                                                                                                      |
|---|-------------------|----------|----------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                   |          |          |          | практическая работа, заполнение таблицы, тематический контроль.                                                                      |
| 9 | Праздник здоровья | 1        | -        | 1        | Беседа, игровые моменты, задания разного уровня сложности, веселые старты, игра, итоговый контроль (выполнение творческого задания). |
|   | <b>ИТОГО:</b>     | <b>9</b> | <b>5</b> | <b>4</b> |                                                                                                                                      |

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № | Режим деятельности                                         | Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественнонаучной направленности «Разговор о правильном питании» |
|---|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Начало учебного года                                       | 02 сентября 2024                                                                                                                              |
| 2 | Продолжительность учебного периода на каждом году обучения | 34 учебные недели                                                                                                                             |
| 3 | Продолжительность учебной недели                           | 5 дней                                                                                                                                        |
| 4 | Периодичность учебных занятий                              | 1 раз в месяц                                                                                                                                 |
| 5 | Количество занятий на каждом году обучения                 | 9 часов                                                                                                                                       |
| 6 | Количество часов                                           | 9 часов                                                                                                                                       |
| 7 | Окончание учебного года                                    | 30 мая 2025                                                                                                                                   |
| 8 | Период реализации программы                                | 07.09.2024 – 30.05.2025                                                                                                                       |

#### ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

##### **Материально-технические средства реализации программы**

Для реализации программы необходим специально оборудованный в соответствии с санитарными нормами и технически оснащенный учебный кабинет, компьютер с подключением к сети Интернет, мультимедийный проектор с экраном, принтер и сканер.

##### **Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательной программы**

###### *Нормативно-правовые документы*

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ;

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 №629;

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28;

5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

6. Методические рекомендации к структуре и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ всех направленностей (приложение к письму Министерства образования Калининградской области от 31.01.2023 №1100).

7. Приказ Минобрнауки от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

## **2.2. Методические материалы Особенности методического обеспечения по программе**

*Учебно-методическое и информационное обеспечение модуля.*

УМК:

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Рабочая тетрадь часть I Разговор о правильном питании. – М.: Просвещение, 2021. – 55 с.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Учебно-методическое пособие для учителей начальной школы Разговор о правильном питании. – М.: Просвещение, 2021. – 80 с.

Лифлет для родителей.

*Наглядные материалы:*

- Плакат «Как правильно есть»
- Плакат «Что полезно есть»
- Примеры творческих работ (рисунки, аппликации, фотосюжеты, мини-проекты и др.)

*Интернет-ресурсы:*

Сайт программы «Разговор о правильном питании» – <https://www.prav-pit.ru/>

Презентации и методические рекомендации на сайте программы Разговор о правильном питании, раздел Сценарии и презентации занятий – <https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation>

*Видеоматериалы:*

Видеоролики на сайте программы – <https://www.prav-pit.ru/teachers/video/know>

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, пример, образец.
2. Наглядные методы: использование подлинных вещей; просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Практические методы: рисование художественных элементов, изготовление поделок; участие в конкурсах, мастер-классах.
4. Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению.
5. Методы создания положительной мотивации обучающихся:
  - эмоциональные: ситуации успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, свободный выбор задания, удовлетворение желания быть значимой личностью;
  - волевые: предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний и навыков; информирование о прогнозируемых результатах образования.

Для реализации данной программы необходимы следующие комплексы:

1. Методические комплексы, состоящие из информационного материала и конспектов; сообщений по темам программ; технологических и инструкционных карт; фотоальбомов; методических разработок и планов конспектов занятий; методических указаний и рекомендаций к практическим занятиям.
2. Материалы для контроля и определения результативности занятий: развивающие игры.
3. Развивающие и диагностирующие процедуры: психологические игры.
4. Дидактические материалы (демонстрационные и раздаточные).

Педагог учитывает наиболее выраженные дефициты и психофизические особенности ребенка, которые оказывают влияние на организацию и содержание образовательного процесса.

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья педагог:

- учитывает принципы индивидуально-дифференцированного подхода;
- предотвращает утомление детей во время занятий, используя для этого разнообразные средства (чередование умственной и практической деятельности, преподнесение материала небольшими дозами, использование интересного и красочного дидактического материала и средства наглядности и т.п.);
- использует методики и технологии, с помощью которых можно максимально активизировать познавательную деятельность детей, развивать их речь и формировать необходимые навыки деятельности;
- уделяет постоянное внимание коррекции всех видов деятельности ребенка;
- проявляет во время работы с ребенком педагогический такт;
- поощряет малейшие успехи ребенка.

Форма итогового контроля: выполнение творческого задания.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

### **Цель и особенности организуемого воспитательного процесса**

Современный российский национальный воспитательный идеал — высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

В соответствии с этим идеалом и нормативными правовыми актами Российской Федерации в сфере образования цель воспитания обучающихся в общеобразовательной организации: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

### **Формы и содержание деятельности**

Реализация воспитательного потенциала обучающихся по адаптированным дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам предусматривает участие *в основных школьных делах*:

- общешкольные праздники, ежегодные творческие мероприятия, связанные с общероссийскими, региональными праздниками, памяtnыми датами, в которых участвуют все классы;
- участие во всероссийских акциях, посвящённых значимым событиям в России, мире;
- торжественные мероприятия, связанные с завершением образования, переходом на следующий уровень образования, символизирующие приобретение новых социальных статусов в общеобразовательной организации, обществе;
- церемонии награждения (по итогам учебного периода, года) обучающихся и педагогов за участие в жизни общеобразовательной организации, достижения в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах, вклад в развитие общеобразовательной организации, своей местности;
- социальные проекты в общеобразовательной организации, совместно разрабатываемые и реализуемые обучающимися и педагогами, в том числе с участием социальных партнёров, комплексы дел благотворительной, экологической, патриотической, трудовой и др. направленности;
- вовлечение по возможности каждого обучающегося в школьные дела в разных ролях (сценаристов, постановщиков, исполнителей, корреспондентов, ведущих, декораторов, музыкальных редакторов, ответственных за костюмы и оборудование, за приглашение и встречу гостей и т. д.), помощь обучающимся в освоении навыков подготовки, проведения, анализа общешкольных дел;
- наблюдение за поведением обучающихся в ситуациях подготовки, проведения, анализа основных школьных дел, мероприятий, их отношениями с обучающимися разных возрастов, с педагогами и другими взрослыми.

#### *Внешкольные мероприятия*

Реализация воспитательного потенциала предусматривает участие во внешкольных мероприятиях:

- общие внешкольные мероприятия, в том числе организуемые совместно с социальными партнёрами общеобразовательной организации;

- внешкольные тематические мероприятия воспитательной направленности, организуемые педагогами по изучаемым в общеобразовательной организации учебным предметам, курсам, модулям;

- экскурсии, походы выходного дня (в музей, картинную галерею, технопарк, на предприятие и др.), организуемые в классах классными руководителями, в том числе совместно с родителями (законными представителями) обучающихся с привлечением их к планированию, организации, проведению, оценке мероприятия;

- выездные события, включающие в себя комплекс коллективных творческих дел, в процессе которых складывается детско-взрослая общность, характеризующаяся доверительными взаимоотношениями, ответственным отношением к делу, атмосферой эмоционально-психологического комфорта.

#### *Организация предметно-пространственной среды*

Реализация воспитательного потенциала предметно-пространственной среды предусматривает совместную деятельность педагогов, обучающихся, других участников образовательных отношений по её созданию, поддержанию, использованию в воспитательном процессе:

- оформление внешнего вида здания, фасада, холла при входе в общеобразовательную организацию государственной символикой Российской Федерации, субъекта Российской Федерации, муниципального образования (флаг, герб);

- организацию и проведение церемоний поднятия (спуска) государственного флага Российской Федерации;

- размещение карт России, региона с изображениями значимых культурных объектов местности, региона, России, памятных исторических, гражданских, народных, религиозных мест почитания, портретов выдающихся государственных деятелей России, деятелей культуры, науки, производства, искусства, военных, героев и защитников Отечества;

- изготовление, размещение, обновление художественных изображений (символических, живописных, фотографических, интерактивных аудио и видео) природы России, региона, местности, предметов традиционной культуры и быта, духовной культуры народов России;

- организацию и поддержание в общеобразовательной организации звукового пространства позитивной духовно-нравственной, гражданско-патриотической воспитательной направленности (звонки-мелодии, музыка, информационные сообщения), исполнение гимна Российской Федерации;

- использование в воспитательном процессе «мест гражданского почитания»: мемориалов воинской славы, памятников;

- оформление и обновление «мест новостей», стендов в помещениях (холл первого этажа, рекреации), содержащих в доступной, привлекательной форме новостную информацию позитивного гражданско-патриотического, духовно-нравственного содержания, фотоотчёты об интересных событиях, поздравления педагогов и обучающихся и т. п.;

- подготовку и размещение регулярно сменяемых экспозиций творческих работ обучающихся в разных предметных областях, демонстрирующих их способности, знакомящих с работами друг друга;

- поддержание эстетического вида и благоустройство всех помещений в общеобразовательной организации, доступных и безопасных рекреационных зон, озеленение территории при общеобразовательной организации;

- поддержание и использование игровых пространств, спортивных и игровых площадок, зон активного и тихого отдыха;

- деятельность классных руководителей вместе с обучающимися, их родителями по благоустройству, оформлению школьных аудиторий, пришкольной территории;

- разработку и оформление пространств проведения значимых событий, праздников, церемоний, торжественных линеек, творческих вечеров (событийный дизайн);

- разработку и обновление материалов (стендов, плакатов, инсталляций и др.), акцентирующих внимание обучающихся на важных для воспитания ценностях, правилах, традициях, укладе общеобразовательной организации, актуальных вопросах профилактики и безопасности.

Предметно-пространственная среда строится как максимально доступная для обучающихся с особыми образовательными потребностями.

*Взаимодействие с родителями (законными представителями)*

Реализация воспитательного потенциала взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся предусматривает:

- родительские интернет-сообщества, группы с участием педагогов, на которых обсуждаются интересующие родителей вопросы, согласуется совместная деятельность;

- привлечение родителей (законных представителей) к подготовке и проведению классных и общешкольных мероприятий;

- целевое взаимодействие с законными представителями обучающихся детей-сирот, оставшихся без попечения родителей, приёмных детей.

### **Планируемые результаты и формы их проявления**

Анализ воспитательного процесса осуществляется в соответствии с целевыми ориентирами результатов воспитания, личностными результатами обучающихся, установленными ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основным методом анализа воспитательного процесса в общеобразовательной организации является ежегодный самоанализ воспитательной работы с целью выявления основных проблем и последующего их решения, с привлечением (при необходимости) внешних экспертов, специалистов.

Планирование анализа воспитательного процесса включается в календарный план воспитательной работы.

Основные принципы самоанализа воспитательной работы:

- взаимное уважение всех участников образовательных отношений;

- приоритет анализа сущностных сторон воспитания ориентирует на изучение прежде всего не количественных, а качественных показателей, таких как сохранение уклада общеобразовательной организации, качество воспитывающей среды, содержание и разнообразие деятельности, стиль общения, отношений между педагогами, обучающимися и родителями;

- развивающий характер осуществляемого анализа ориентирует на использование результатов анализа для совершенствования воспитательной деятельности педагогических работников (знания и сохранения в работе цели и задач воспитания, умелого планирования воспитательной работы, адекватного подбора видов, форм и содержания совместной деятельности с обучающимися, коллегами, социальными партнёрами);

- распределённая ответственность за результаты личностного развития обучающихся ориентирует на понимание того, что личностное развитие — это результат как организованного социального воспитания, в котором общеобразовательная организация участвует наряду с другими социальными институтами, так и стихийной социализации, и саморазвития.

Основные направления анализа воспитательного процесса:

1. Результаты воспитания, социализации и саморазвития обучающихся.

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития обучающихся в группе.



Основным способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития обучающихся является педагогическое наблюдение. Внимание педагогов сосредоточивается на вопросах: какие проблемы, затруднения в личностном развитии обучающихся удалось решить за прошедший учебный год; какие проблемы, затруднения решить не удалось и почему; какие новые проблемы, трудности появились, над чем предстоит работать педагогическому коллективу.

## 2. Состояние совместной деятельности обучающихся и взрослых.

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является наличие интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности обучающихся и взрослых.

Способами получения информации о состоянии организуемой совместной деятельности обучающихся и педагогических работников могут быть анкетирования или беседы с обучающимися и их родителями (законными представителями),

Внимание сосредоточивается на вопросах, связанных с качеством

- организуемой внеурочной деятельности обучающихся;
- проводимых общешкольных основных дел, мероприятий;
- внешкольных мероприятий;
- создания и поддержки предметно-пространственной среды;
- взаимодействия с родительским сообществом;
- реализации потенциала социального партнёрства.

Итогом самоанализа является перечень выявленных проблем, над решением которых предстоит работать педагогическому коллективу.

## КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

| №<br>п/п                 | Название мероприятия, события                                                                                | Форма проведения        | Сроки проведения |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|
| <b>ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ ДЕЛА</b> |                                                                                                              |                         |                  |
| 1                        | Веселые старты «Выше! Сильнее! Быстрее!»                                                                     | 1-4                     | ноябрь 2024      |
| 2                        | Международный день инвалидов                                                                                 | 4-10                    | 02.12.2024       |
| 3                        | День добровольца (волонтера) в России                                                                        | 4-10                    | 05.12.2024       |
| 4                        | День Героев Отечества                                                                                        | 1-10                    | 09.12.2024       |
| 5                        | Всемирный день спорта. Соревнования по мини-футболу на призы Деда Мороза                                     | 3-9                     | декабрь 2024     |
| 6                        | 7 января: Рождество Христово. Школьная рождественская благотворительная ярмарка «Свет рождественской звезды» | 1-10                    | декабрь 2024     |
| 7                        | Музыкально-игровые занятия «Широкая масленица»                                                               | спортивные мероприятия  | 28.02.2025       |
| 8                        | День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны       | 4-10                    | апрель 2025      |
| 9                        | День Победы. Общешкольный праздник, посвященный Великой Победе «Помнит сердце, не забудет никогда»           | выступление футболистов | 08.05.2025       |

| ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ                                 |                                                                                                                                             |                                          |                                               |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 1                                                       | АДООП естественнонаучной направленности «Разговор о правильном питании»                                                                     | 1-11                                     | согласно расписанию                           |
| 2                                                       | Спортивная эстафета «Осенний марафон»                                                                                                       | 1-11                                     | октябрь 2024                                  |
| 3                                                       | Папа, мама, я – спортивная семья! Соревнования                                                                                              | 1-4                                      | февраль 2025                                  |
| 4                                                       | Соревнования, посвященные Дню защитника Отечества                                                                                           | 5-7                                      | февраль 2025                                  |
| 5                                                       | Соревнования, посвященные Дню защитника Отечества                                                                                           | 8-10                                     | февраль 2025                                  |
| 6                                                       | Соревнования по мини-футболу «Кубок Победы»                                                                                                 | 3-9                                      | май 2025                                      |
| КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО                                    |                                                                                                                                             |                                          |                                               |
| 1                                                       | Комплектование кружков, секций, групп дополнительного образования. Утверждение списков учащихся для занятий в ДОП (с допуском медработника) | 1-10                                     | до 15.09.2024                                 |
| 2                                                       | Работа пришкольного лагеря с дневным пребыванием                                                                                            | 1-10                                     | июнь 2025                                     |
| ВНЕШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ                                 |                                                                                                                                             |                                          |                                               |
| 1                                                       | Участие в конкурсах по правильному питанию                                                                                                  | участие в соревнованиях                  | по запросу                                    |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ            |                                                                                                                                             |                                          |                                               |
| 1                                                       | Акция «Наш школьный двор»                                                                                                                   | приведение в порядок спортивных площадок | сентябрь 2024, апрель 2025                    |
| 2                                                       | Благоустройство помещени                                                                                                                    | оформление                               | 1 раз в четверть                              |
| 3                                                       | Оформление мест проведения мероприятий                                                                                                      | оформление                               | по графику мероприятий                        |
| 4                                                       | День Земли. Приведение в порядок территории школы-интерната                                                                                 | оформление                               | декабрь 2024                                  |
| ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ) |                                                                                                                                             |                                          |                                               |
| 1                                                       | Общешкольные родительские собрания                                                                                                          | представление деятельности кружка        | по плану работы                               |
| 2                                                       | Проведение родительских собраний в классах                                                                                                  | представление деятельности кружка        | по запросу классного руководителя             |
| 3                                                       | Индивидуальное консультирование                                                                                                             | представление деятельности кружка        | по запросу родителей                          |
| 4                                                       | Организация совместно с родителями практических занятий, мастер-классов, участие в конкурсах                                                | совместная деятельность с родителями     | по плану педагога дополнительного образования |

| ПРОФИЛАКТИКА И БЕЗОПАСНОСТЬ |                                                                                                                                                                     |      |                                      |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------|
| 1                           | Проведение вводных инструктажей учащихся по ОТ и ТБ                                                                                                                 | 1-10 | до 15.09.2024,<br>до 15.01.2025      |
| 2                           | Мероприятия месячника безопасности и гражданской защиты детей (по профилактике ДДТТ, пожарной безопасности, экстремизма, разработка схемы-маршрута «Дом-школа-дом») | 1-10 | сентябрь 2024                        |
| 3                           | Учебно-тренировочная эвакуация                                                                                                                                      | 1-10 | по плану образовательной организации |