Муниципальное общеобразовательное учреждение «Общеобразовательная школа-

интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» № 8

Копейского городского округа Челябинской области

**«Социализация и адаптация детей с РАС на занятиях по внеурочной деятельности «Азбука здоровья»**

**Учитель: Волчкова Н. Ю.**

 **«Социализация и адаптация детей с РАС на занятиях по внеурочной деятельности «Азбука здоровья»**

**Школа готовит обучающихся с РАС к самостоятельной жизни и труду, даёт им определённый объём знаний и умений в рамках образовательных программ. У детей формируются необходимые нравственные понятия, навыки культурного поведения. Предпосылкой для положительной социальной адаптации воспитанников с РАС является посещение занятий внеурочной деятельности, организация полезного досуга.**

**Участие детей с РАС во внеурочной деятельности может обеспечить в дальнейшем им включение в доступные виды жизнедеятельности и отношений с учетом их индивидуальных способностей, мотивов, интересов, ценностных ориентаций, тем самым способствовать их реабилитации и социализации. Так как внеурочная деятельность - это организованный особым образом устойчивый процесс коммуникации, направленный на формирование мотивации развивающейся личности ребёнка к познанию и творчеству.**

**Внеурочная деятельность в аспекте федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) понимается как образовательная деятельность, направленная на достижение результатов освоения основной общеобразовательной программы и осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной.**

**Основными целями внеурочной деятельности являются создание условий для достижения обучающимися с РАС необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирование принимаемой обществом системы ценностей, всестороннего развития и социализации каждого обучающегося, создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов учащихся в свободное время.**

**Участие детей с РАС во внеурочной деятельности положительно влияет на развитие и формирование у них базовых учебных действий (БУД). Прежде всего, это касается таких БУД, как коммуникативные и регулятивные.**

Формирование коммуникативных базовых учебных действий позволяет ребенку с РАС развивать социальную компетентность, формировать продуктивные формы взаимодействия с социумом путем учета позиции других людей, партнеров по общению или деятельности; умения слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, успешно интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество с субъектами общения.

Формирование регулятивных базовых учебных действий обеспечивают ребенку с РАС развитие произвольного поведения, направленного на организацию учебной деятельности.

**Я провожу занятия по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука Здоровья». Программа разработана для обучающихся 5 классов. В 6,7 классе планируется продолжить занятия по этой программе. Программа рассчитана на 1 год: 34 ч. (1 час в неделю). На занятиях предполагаются следующие задачи – вы их можете видеть на слайде**

 формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

 развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

 обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

**В каждом из классов, в которых я провожу занятия, есть дети с РАС.**

**Дети - аутисты не похожи друг на друга, они все разные и поэтому к каждому из них требуется индивидуальный подход, свои методы и приёмы работы.**

**Из тех детей, которых обучаю я, один ребёнок очень активный, легко вступает в контакт, обращается за помощью, хорошо читает. Всегда интересуется - хорошо ли он вёл себя.**

**Другой ребёнок-не говорит, не читает. У него есть любимая игрушка – бумажный самолётик, который он делает сам, с ним он обращается как с драгоценностью. Самолетик всегда лежит на парте, брать другим детям не разрешает.**

**Оба ребёнка неконфликтны, неагрессивны.**

**На занятиях поддерживаю благожелательную и спокойную атмосферу.**

**Использую большое количество наглядности, которую применяю с учётом индивидуальных особенностей детей с РАС.**

**При изучении темы «Разговор о правильном питании » я использовала кроссворд «Овощи и фрукты».**

**Один ребёнок читающий - он может сам найти в задании название овощей и фруктов.**

**Второй - нечитающий, неговорящий, но хорошо рисующий - ему даю задание нарисовать овощи и фрукты. Он хорошо справляется с этим заданием.**

**Предлагаю вам разделиться на две группы.**

**-1 группе предлагаю разгадать кроссворд, который я использую на уроке**

 **Сейчас вы получите кроссворды, где зашифрованы названия фруктов, овощей и ягод. За 5-детям минут найдите на данных листах как можно больше ягод, фруктов и овощей.**

**– раздаю на листочках (ответы проверяем со слайда)**

**-2 группе предлагаю нарисовать овощи и фрукты.**

**-Вы сегодня молодцы, вы справились с заданиями(???)**

**Для подержания интереса к занятиям использую презентации, задания в стихах, анаграммы (меняю буквы местами-надо отгадать слова), просмотр тематических видеофильмов, так как дети с РАС лучше воспринимают визуальную информацию.**

**На занятиях использую игру «Вершки и корешки».**

 Если мы едим подземные части продуктов надо присесть, если наземные – встать и вытянуть руки вверх. Я называю овощи: картофель, фасоль, морковь, помидор, свёкла, огурец, репа.

**При изучении темы «Путешествие по стране здоровья» использую игру «Да - нет» (если полезно (да)- хлопок, неполезно(нет)- присесть)**

-Есть творог или йогурт.

-Есть много конфет.

-Пить молоко.

-Есть овощи и фрукты.

-Целый день жевать жевательную резинку.

 Может показаться, что игры очень простые, но учитывая особенности этих детей - для них это достаточный уровень сложности. Так как надо исходить из реальных возможностей детей. Главная трудность обучения детей с РАС в том, что ребенок смотрит, а не видит, слышит, но не слушает. Именно благодаря игре педагог, учитывая индивидуальные особенности и уровень имеющихся знаний ребенка, сможет сосредоточить внимание ребенка, показать и помочь ему увидеть, объяснить и обучить, сформировать и закрепить умения и навыки

*На своих занятиях использую с учетом возрастных особенностей детей следующие формы и приёмы работы* ***(вы их можете увидеть на слайде****):*

*Формы: игры, викторины, путешествие*

*Приёмы: тесты и анкетирование, просмотр тематических видеофильмов, оздоровительные минутки, инсценировка, конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, решение ситуационных задач*

*Занятия по внеурочной деятельности помогают расширить кругозор и обогатить словарный запас учащихся с РАС новыми понятиями. На каждом занятии эти понятия закрепляются.*

**Предлагаю вам посмотреть небольшой видеофрагмент, в котором я хотела бы вам показать детей с РАС, с которыми я занимаюсь.**

**Как и на любом уроке, иногда возникают некоторые проблемы на занятиях. Планируя занятия с такими детьми, необходимо помнить о их высокой психической пресыщаемости, легком физическом истощении. Поэтому для него важно организовать индивидуальный адаптированный ритм занятий, возможность своевременного переключения и отдыха. Это можно сделать даже в условиях работы в классе, спланировав для такого ребенка возможность временно выйти из общего ритма, а затем вернуться к общим занятиям.**

 **В середине урока или при возникновении первых признаков усталости у детей можно провести игровую минутку. Польза игровых минуток очевидна – после небольшого перерыва дети смогут активизировать своё внимание и продуктивно работать.**

**Бывают отказы от работы, но стараюсь постепенно привлечь к работе через некоторое время. Использую только ласковое побуждение и поощрение - в благоприятных условиях ребёнок будет выполнять необходимые действия.**

**Планируемые результаты - вы можете их увидеть на слайде**

**В ходе реализации программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» обучающиеся узнают и приобретут следующие умения:**

**будут знать**

основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;

особенности влияния вредных привычек на здоровье школьника;

особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

основы рационального питания;

правила оказания первой помощи;

способы сохранения и укрепление здоровья;

основы развития познавательной сферы;

свои права и права других людей;

соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;

влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

**уметь:**

составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

различать “полезные” и “вредные” продукты;

использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;

определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;

заботиться о своем здоровье;

находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;

применять коммуникативные и презентационные навыки;

использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;

оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;

находить выход из стрессовых ситуаций;

принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

отвечать за свои поступки;

отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**Таким образом, в результате у детей будут сформированы первоначальные навыки безопасного поведения в различных ситуациях, знания о гигиене, охране и укрепления здоровья человека.**

**И эти навыки и знания будут способствовать более успешной социализации и адаптации детей с РАС.**