

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАОЗЕРНАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ**

**№ 16 г. ТОМСКА**  
634009, г. Томск,  
пер. Сухоозерный, 6  
тел./факс 402519, 405974  
[zaozerom@mail.tomsknet.ru](mailto:zaozerom@mail.tomsknet.ru)

Утверждаю:  
\_\_\_\_\_ 2020г.  
Директор МАОУ Заозерной  
СОШ №16 г. Томска  
\_\_\_\_\_/Астраханцева Е.В.

**АДАптированная рабочая программа  
по предмету «САМОобслуживание»  
(для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
Тяжелые множественные нарушения, вариант 6.4)**

База реализации:  
Обучающиеся 1 «Р» класса

Педагоги, реализующие программу:  
Терентьева Г.В.

## **Содержание рабочей программы**

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета
3. Описание места учебного предмета в учебном плане
4. Основное содержание учебного предмета
5. Планируемые результаты изучения учебного предмета
6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности
7. Календарно-тематическое планирование

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Самообслуживание» для обучающихся 1 класса с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями развития МАОУ Заозерной СОШ №16 г. Томска разработана на основе

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4).

Вследствие неоднородности состава детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата диапазон различий в требуемом уровне и содержании их школьного образования предполагает их образовательную дифференциацию, которая может быть реализована на основе вариативности адаптированных рабочих программ или специальных индивидуальных программ развития, разрабатываемых учителем для конкретного класса или обучающегося. Особые образовательные потребности у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического развития, и определяют особую логику построения учебного процесса, находят своё отражение в структуре и содержании образования.

Наряду с этим можно выделить особые по своему характеру потребности, свойственные всем обучающимся с НОДА:

- требуется введение в содержание обучения специальных разделов, не присутствующих в Программе, адресованной нормально развивающимся сверстникам;
- необходимо использование специальных методов, приёмов и средств обучения (в том числе специализированных компьютерных и ассистивных технологий), обеспечивающих реализацию «обходных путей» обучения;
- индивидуализация обучения требуется в большей степени, чем для нормально развивающегося ребёнка;
- следует обеспечить особую пространственную и временную организацию образовательной среды;
- необходимо максимальное расширение образовательного пространства – выход за пределы образовательного учреждения.

Нормативно-правовое и инструктивно-методическое обеспечение, регламентирующее реализацию рабочей программы в практике обучения, отражают **следующие документы:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп.);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Устав МАОУ СОШ № 16;

### **Цели образовательно-коррекционной работы**

Для обучающихся с НОДА с тяжелым множественным нарушением развития (ТМНР) (вариант 6.4 ФГОС НОО (ОВЗ)) формирование самостоятельности в быту.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Самообслуживание» направлен на организацию простой и доступной практической деятельности обучающихся, способствуют общему развитию обучающихся с НОДА и ТМНР, формируют умения решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей. Эти занятия являются средством активного познания окружающей действительности.

#### **Задачи:**

1. дать учащимся необходимые знания, сформировать практические умения обслуживать себя при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах;
2. формировать мотивацию к самообслуживанию, формировать умение слушать учителя и выполнять его требования;
3. Формировать умения принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах;
4. Формировать умения сообщать о своих потребностях;
5. Формировать умения следить за своим внешним видом;
6. воспитывать самостоятельность, положительное отношение к самостоятельности;
7. способствовать общему развитию данной категории детей.
8. способствовать абилитации, коррекции и адаптации учащихся в современное общество.

На занятиях по «Самообслуживанию» учащиеся ставят перед собой необходимость планировать свою работу. Они начинают осознавать логическую последовательность определенных действий. Это важно также для формирования речи данной категории детей, у которых словарный запас настолько беден, что они не знают названий окружающих их предметов. Это требует участия всех анализаторов: зрительного, осязательного, вкусового, обонятельного. Большое значение имеет на уроках применение на уроках самообслуживания простейших коммуникативных навыков.

Учащиеся первых лет обучения приобретают первичные навыки по самообслуживанию, личной гигиене. В учебном плане предусмотрены специальные уроки по привитию и закреплению санитарно-гигиенических навыков и навыков

самообслуживания. Знания и умения, которые даются детям на уроках, должны постоянно закрепляться и вводиться в их повседневную жизнь. На уроках детально обрабатываются все операции по санитарно-гигиеническим требованиям и самообслуживанию. Для этого занятия должны быть оборудованы необходимыми пособиями (специально изготовленные полотна для обучения шнурованию, застегиванию пуговиц, картины, таблицы). Основная воспитательная задача по данному разделу работы – прививать детям навыки самостоятельности, изживать тенденцию к иждивенчеству в посильных для детей задачах по самообслуживанию. Большую работу в этом плане следует проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье.

Следует учитывать индивидуальные возможности детей и указанные в программе элементарные навыки, воспитываемые у них. Организуя деятельность детей, обучая их навыкам самообслуживания, важно не подавить стремление к самостоятельности, важнейший фактор в формировании жизненных компетенций.

Учителю необходимо способствовать развитию инициативы учащихся. В связи с этим решающее значение имеют игровые приемы, они позволяют учителю скрыть свою педагогическую позицию, активно воздействовать на учащихся. Положительная оценка учителя даже небольших успехов учащегося вызывает у ребенка удовлетворение, рождает уверенность в своих силах. Эффективным приемом является привлечение положительного примера.

Большое место занимают такие приемы, как рассматривание иллюстраций, чтение литературных произведений, использование песенок, потешек, пословиц, поговорок. Увлечь ребенка деятельностью по самообслуживанию можно, вызвав у него интерес к предмету. Очень действенными приемами является показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, театра бибабо. Сюжет учитель придумывает сам. Навыки самообслуживания у детей формируются в играх с куклами, в процессе выполнения разнообразных действий (раздевание, одевание, причесывание), в дидактических играх. Учителю необходимо побуждать детей к взаимопомощи, используя пример тех, у кого уже воспитаны определенные навыки, учить внимательному, доброму отношению друг к другу.

Формированию у данной категории учащихся потребности участвовать в посильном для него жизнедеятельности способствует воспитанию у детей интереса к деятельности взрослых. Этому способствует такой методический прием, как создание ситуаций, побуждающих к удовлетворению первоочередных потребностей.

#### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

В Федеральном компоненте государственного стандарта на изучение предмета «Самообслуживание» в подготовительном классе отведено 33 часа (1 час в неделю, 33 учебные недели), в 1 классе – 33 часа (1 час в неделю, 33 учебные недели).

## **Личностные и предметные планируемые результаты**

### **Личностные результаты**

Предполагаемые личностные результаты: наличие у детей следующих умений:

- следить за своим внешним видом;
- различать части тела;
- знать части одежды;
- различать предметы питания;
- уметь попросить помощь у взрослого

### **Основное содержание учебного предмета**

Содержание тем по самообслуживанию для 1 класса

Навыки, связанные с гигиеной тела (8 ч). Научить детей показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы. Закрепление ранее приобретенных навыков. Уметь мыть ноги. Уметь пользоваться носовым платком. Уметь причесываться и следить за аккуратностью волос.

Навыки одевания и раздевания (7 ч). Закрепление ранее приобретенных навыков. Уметь следить за своим внешним видом: заправлять рубашку в брюки, застегивать рубашку и брюки на все пуговицы, натягивать чулки, расправлять складки воротничка. Знать, в каком порядке одевать разные части одежды. Учить различать лицевую сторону от изнанки, застегивать и расстегивать пуговицы, различать обувь для правой и левой ноги. Уметь шнуровать ботинки и развязывать завязанные шнурки.

Навыки, связанные с приемом пищи (10 ч). Закрепление ранее приобретенных навыков. Уметь различать и называть основные предметы питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар, соль, варенье, конфета, пряник, белый хлеб, черный хлеб, кисель, компот, чай, кофе, какао, пирожок).

Навыки, связанные с гигиеной одежды, обуви, постели (3 ч). Уметь заправлять постель под присмотром воспитателя, вечером приготовить ее на ночь. Вытирать ноги, входя в помещение со двора, стряхивать снег с одежды.

Навыки поведения и самообслуживания (5 ч). Уметь содержать в чистоте и определенном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности.

## Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

### 1. Учебно-методическая литература:

Программы специальных коррекционных образовательных учреждений VIII вида, подготовительные, 0-4 классы /под ред. И.М. Бгажноковой .- М.: Просвещение, 2003.

### 2. Материально-техническое обеспечение курса

Обеспечение учебного предмета «Предметные действия» включает:

- вспомогательные приспособления
- печатные пособия: таблицы по народным промыслам, русскому костюму, декоративно прикладному искусству;
- дидактический раздаточный материал: карточки-задания по технологии изготовления изделия;
- информационно-коммуникативные средства: мультимедийные обучающие программы по ручному труду;
- модель фигуры человека, предметы быта; куклы и др. игрушки.

### Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Кол-во часов	Тема урока
<b>Раздел 1. Навыки связанные с гигиеной тела</b>		
1-2	2	Закрепить умение различать и называть части тела: голова, глаза, волосы, нос, рот, уши, зубы; шея, грудь, живот, спина, плечи, руки; ноги, пальцы, ногти, колени
3-4	2	Закрепить умение различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка; гребешок (расчёска), зубная щётка, зубной порошок, зубная паста, ножницы; таз, ванна, полотенце.
5-6	2	Закрепить умение различать и называть действия, связанные с гигиеной тела: мыть – вытирать; чистить; полоскать; причесываться
7	1	Быть чистым – красиво, приятно и полезно для здоровья.
8	1	Грязь способствует заболеваниям.
9	1	Совершать под присмотром учителя туалет: мыть с мылом, руки, насухо вытираться.
10	1	Знать, где следует хранить предметы туалета: мыльница, гребешок, полотенце; зубная щётка, паста или порошок.
<b>Раздел 2. Навыки связанные с одеванием и раздеванием.</b>		
11	1	Развитие навыков одевания и раздевания. Закрепить умение различать и называть предметы одежды: рубашка, платье, костюм, брюки, носки, колготки, трусы.
12	1	Закрепить умения различать и называть предметы верхней одежды: пальто, шарф, куртка, перчатки, варежки.

13	1	Закрепить умение различать и называть предметы головных уборов: шапка, кепка, берет.
14	1	Закрепить навыки одевания под присмотром воспитателя.
15	1	Закрепить умение различать и называть предметы обуви: ботинки, галоши, валенки.
16	1	Закрепить навыки обувания под присмотром воспитателя.
17	1	Знать как складывать и куда класть или вешать снятую одежду.
Раздел 3. Навыки, связанные с приемом пищи		
18-19	2	Уметь различать и называть предметы, нужные для приёма пищи: ложка, тарелка, салфетка, стакан; кружка, солонка, блюдечко и т.д.
20	1	Закрепить навык мыть руки перед едой.
21	1	Закрепить навык правильно держать ложку
22-23	2	Закрепить навык правильно пользоваться ложкой, не разливая еду.
24	1	Закрепить навык хорошо пережёвывать пищу
25	1	Закрепить навык уметь есть приятно, не роняя еду на пол и на стол
26	1	Знать, что нельзя есть зелёные, а также невымытые ягоды, овощи, фрукты
27	1	Навыки культурного поведения за столом
Раздел 4. Навыки поведения и самообслуживания		
28-29	2	Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него.
30	1	Знать для чего нужна зарядка. Участвовать в ней
31	1	Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора
32-33	2	Навыки поведения среди других детей