

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Донецкая специальная школа-интернат № 22»

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО

Протокол от «30» 08 г. № 10

Руководитель ШМО

И.Д. Джантемирова

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

В.В. Погребная

«30» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГКОУ «Донецкая СШИ №22»

И.И. Набова

«30» 08. 2024 г.

М.П.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**По предмету « Самообслуживание»**

для обучающихся начального общего образования с нарушениями опорно-двигательного аппарата с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

(вариант 6.3)

для 3-Б класса

Рабочую программу составила:

Учитель О.М. Грандофилова

2024 – 2025 учебный год

## Раздел 1

### Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Самообслуживание» в 3-м классе специальной (коррекционной) общеобразовательной школе предназначена для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и умственной отсталостью.

**Цель** программы по предмету «Самообслуживания»: формирование умений и компетенций для практической работы, связанной с самообслуживанием и гигиеной учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

**Задачи** программы по предмету «Самообслуживания»:

- сообщение элементарных знаний по санитарии и гигиене;
- закрепление умения различать и называть части тела, предметы санитарии и гигиены, действия, связанные с гигиеной тела;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков самообслуживания: обращения с одеждой и обувью;
- закрепление умения различать и называть предметы одежды и обуви,
- закрепление навыков одевания и раздевания;
- умение различать и называть предметы, нужные для приема пищи,
- закрепление навыков, связанных с приемом пищи;
- усвоение правил безопасного поведения в помещении и на улице;
- воспитание аккуратности, целеустремленности, трудолюбия, чувства коллективизма и взаимопомощи.

Обоснование выбора программы для разработки рабочей программы.

При отборе программного материала учтены познавательные возможности. У ребенка движения общей моторики нескоординированы, мелкая моторика развита слабо. Моторная недостаточность выражается в неспособности к самостоятельной деятельности, нарушении и слабости координации, точности и темпа произвольных движений. Особенно затруднены тонкие дифференцированные движения пальцев (не умеет шнуровать ботинки и завязывать шнурки, застегивать пуговицы). У него проявляется отсутствие инициативы и самостоятельности. Характерно недоразвитие восприятия, внимания, памяти, конкретность, непоследовательность. Практически сам не одевается. Обращаться с бытовыми предметами, управлять собственными движениями не умеет. Дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата характеризуются определенными особенностями развития. Наиболее несформированными оказываются двигательная, познавательная, речевая сферы детей. У большинства детей, которые обучаются в специальных общеобразовательных учебных заведениях, психические процессы (мышление, речь, память), хотя и другие (внимание, восприятие, ощущение) – имеют определенные особенности. Мышление может быть конкретным, ограничиваться непосредственным практическим опытом, операции мышления (умение устанавливать причинно-следственные связи) являются частично сформированными. Речь овладевают с некоторой задержкой, однако способны ее использовать в своем ежедневном общении, поддерживать разговор на бытовую тематику, участвовать в беседе. Для большинства детей характерна дизартрия – нарушение звукопроизношения. У некоторых детей речь характеризуется общим недоразвитием, что выражается в нарушении всех ее сторон, в частности, фонетико-фонематических и грамматических нарушениях, ограничении словарного запаса, недостаточность понимания слов и неправильном их применении, отсутствие связной речи. Часто системные нарушения устной речи отражаются на овладении письмом и чтением. Объем запоминания является небольшим, мнемические процессы – замедленные, неустойчивые, поэтому страдает и запоминание: оно является неточным, фрагментарным, поверхностным.

Произвольное внимание детей развито, нарушенными являются такие ее свойства, как: концентрация, устойчивость. Эти дети характеризуются повышенной рассеянностью, неумением удерживать внимание на любой деятельности длительное время. Это создает повышенные трудности при овладении школьной программой, элементами самообслуживания, трудовыми операциями.

Недостаточное развитие восприятия этих детей не позволяет им овладеть правильным представлениям об окружающем мире, ведь их восприятие является замедленным, результаты восприятия не осмысливаются.

Эмоции детей недостаточно дифференцированы, часто неустойчивы, хотя и адекватны в доступных их пониманию ситуациях.

Для таких детей характерны расстройства моторики. Это проявляется в нарушении сроков развития определенной последовательности движений, в особенностях формирования двигательных действий, что приводит к трудностям в процессе обучения грамоте, письму, чтению, рисованию, физическим упражнениям и трудовым умениям. Значительная ограниченность знаний и представлений об окружающем мире, нарушения моторного развития замедляет темп формирования познавательной деятельности, и в целом – жизненной компетентности ребенка. Поэтому умственное развитие детей данной категории невозможно без сенсомоторного воспитания.

**Место предмета в учебном плане.** На предмет «Самообслуживание» в учебном плане отводится 1 час в неделю, 33 урока за год. Учебный предмет входит в образовательную область – технологии. Является федеральным и региональным компонентом.

## Раздел 2

### Планируемые результаты

Содержание программы обеспечивает:

-личностно-ориентированный подход во взаимодействии учащихся со взрослым;  
-развитие интеллектуально-речевых, игровых и общих способностей каждого школьника;  
-формирование у обучающихся комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Навыки, связанные с гигиеной тела

Предметы санитарии и гигиены (мыло, мыльница, полотенце, расческа, зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, шампунь, гель для душа, таз, ванна). Названия.

Назначение.

Части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени).

Комната гигиены. Туалетная комната. Назначение.

Практическая работа. Мытье рук и лица. Расчесывание волос. Чистка зубов.

Использование носового платка.

Навыки раздевания и одевания

Обувь. Виды обуви по сезонам, их назначение.

Одежда. Виды одежды по сезонам, ее назначение. Последовательность одевания одежды в помещении и для улицы.

Практическая работа. Убирание одежды. Складывание одежды на стул. Застегивание и расстегивание пуговиц. Шнуровка обуви. Одевание уличной одежды. Одевание носков и гольф.

Навыки, связанные с гигиеной одежды и обуви

Уход за обувью в разное время года. Уход за одеждой в разное время года. Правила стирки вещей.

Практическое занятие. Сушка верхней одежды. Мытье и сушка обуви. Стирка носков.

Навыки приема пищи

Посуда. Посуда столовая (глубокая и мелкая тарелки, блюдечко, стакан, солонка). Посуда чайная (блюдечко, кружка). Столовые приборы: ложка, вилка. Правила пользования ложкой и вилок. Назначение. Предметы, нужные для приема пищи (салфетки бумажные, салфетки, скатерть, хлебница). Продукты питания (суп, каша, хлеб, рыба, яйцо, мясо, котлета, картофель, макароны, масло, сахар, соль, варенье, какао, сок, чай, кисель, компот, конфета, пирожок, пряник).

Практическая работа. Уборка посуды в столовой. Накрывание стола к завтраку, обеду. Мытье чайной посуды. Уборка посуды после завтрака, обеда. Вытирание клеенки на столе. Правила пользования ножом и вилок.

Навыки культурного поведения

Культура передвижения по школе. Правила поведения в классе. Правила поведения в школе. Правила поведения в общественных местах. Правила пользования туалетной комнатой. Правила поведения в столовой. Культура приема пищи.

Практическая работа. Вытирание пыли со школьной мебели (парт, стульев). Уборка класса. Уход за комнатными растениями.

### Раздел 3

#### Содержание учебного курса по привитию навыков самообслуживанию

Содержание программы обеспечивает:

- личностно-ориентированный подход во взаимодействии учащихся со взрослым;
- развитие интеллектуально-речевых, игровых и общих способностей каждого школьника;
- формирование у обучающихся комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Навыки, связанные с гигиеной тела

Предметы санитарии и гигиены (мыло, мыльница, полотенце, расческа, зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, шампунь, гель для душа, таз, ванна). Названия.

Назначение.

Части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени).

Комната гигиены. Туалетная комната. Назначение.

Практическая работа. Мытье рук и лица. Расчесывание волос. Чистка зубов.

Использование носового платка.

Навыки раздевания и одевания

Обувь. Виды обуви по сезонам, их назначение.

Одежда. Виды одежды по сезонам, ее назначение. Последовательность одевания одежды в помещении и для улицы.

Практическая работа. Убирание одежды. Складывание одежды на стул. Застегивание и расстегивание пуговиц. Шнуровка обуви. Одевание уличной одежды. Одевание носков и гольф.

Навыки, связанные с гигиеной одежды и обуви

Уход за обувью в разное время года. Уход за одеждой в разное время года. Правила стирки вещей.

Практическое занятие. Сушка верхней одежды. Мытье и сушка обуви. Стирка носок.

Навыки приема пищи

Посуда. Посуда столовая (глубокая и мелкая тарелки, блюдечко, стакан, солонка). Посуда чайная (блюдечко, кружка). Столовые приборы: ложка, вилка. Правила пользования ложкой и вилок. Назначение. Предметы, нужные для приема пищи (салфетки бумажные, салфетки, скатерть, хлебница). Продукты питания (суп, каша, хлеб, рыба, яйцо, мясо, котлета, картофель, макароны, масло, сахар, соль, варенье, какао, сок, чай, кисель, компот, конфета, пирожок, пряник).

Практическая работа. Уборка посуды в столовой. Накрывание стола к завтраку, обеду. Мытье чайной посуды. Уборка посуды после завтрака, обеда. Вытирание клеенки на столе. Правила пользования ножом и вилкой.

Навыки культурного поведения

Культура передвижения по школе. Правила поведения в классе. Правила поведения в школе. Правила поведения в общественных местах. Правила пользования туалетной комнатой. Правила поведения в столовой. Культура приема пищи.

Практическая работа. Вытирание пыли со школьной мебели (парт, стульев). Уборка класса. Уход за комнатными растениями.

#### Раздел 4

#### Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Название разделов программы	Количество часов
1	Навыки, связанные с гигиеной тела	7
2	Навыки раздевания и одевания	7
3	Навыки, связанные с гигиеной одежды и обуви	7
4	Навыки приема пищи	7
5	Навыки культурного поведения	6
	Итого	34

#### Раздел 5

#### Требования к уровню подготовки учащихся

Учащиеся под контролем учителя должны знать/понимать:  
словесную инструкцию и в соответствии с ней выполнять коммуникативные действия;  
заданный вопрос, в соответствии с ним находить ответ в невербальной форме совместно с педагогом;

Учащиеся под контролем учителя должны уметь:  
пользоваться предметами санитарии и гигиены, совершать туалет;  
распознавать предметы одежды и обуви, посуды и столовых приборов;  
обращаться с предметами одежды и обуви, посуды и столовых приборов;  
осуществлять уход за одеждой, обувью в разное время года;

осуществлять накрытие стола к завтраку, обеду и ужину;  
осуществлять уборку со стола и мытье посуды после еды;  
соотносить изучаемый материал с собственным опытом под руководством учителя;  
проявлять интерес и эмоциональную положительную реакцию к содержанию песенок, потешек, стихотворений;  
участвовать в разных формах работы в классе.

#### **Формы и средства контроля**

Проверка знаний, умений и навыков необходима для выявления уровня и особенностей познавательной деятельности учащихся. Проверка знаний выполняет следующие функции: обучающую, воспитывающую, диагностико-прогностическую, оценочную. В связи индивидуальными возможностями учащихся и с учетом их психофизического развития программа не предполагает требований к оценке учебных достижений, но усилия каждого учащегося должны стимулироваться, поощряться и оцениваться в соответствии с личностным развитием.

## **Раздел 6**

### **Учебно-методические средства обучения**

#### **Использованная методическая и учебная литература:**

##### **Основная литература:**

1. Клепина В.А., Клепина. Е.В.. Ты и твоё тело (рабочая тетрадь). М., 2011.  
Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта // под ред. Л.Б. Баряевой, И.М. Бгажноковой, Д.И.Бойковой, А.П. Зарина. - Псков, 1999.
2. Основные направления и содержания обучения детей и подростков с особыми потребностями в Лечебно-педагогическом центре г. Пскова. - Псков, 2000. – 140с.  
Программа обучения глубоко умственно отсталых детей: НИИ дефектологии АПН СССР. - М., 1984.

##### **Дополнительная литература:**

1. Забрамная С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей. – М.: , ВЛАДОС, 1995.- 111 с.
2. Комарова С.В. Формирование коммуникативных умений у детей с глубокими интеллектуальными нарушениями //Логопед. – 2004. №2.
3. Специальная психология / под ред. В.И. Лубовского.– М., 2006.  
Специальная педагогика. / Под ред. Н.М. Назаровой. – М., 2001. – 395с.

##### **Наглядный материал**

Материалы.

Маркированное оборудование, инвентарь.

Предметы обуви.

Предметы одежды.

Предметы посуды.

Наглядные пособия.

Накопительные папки по темам курса.

Технологические карты.

Раздаточный материал.

Личные предметы санитарии и гигиены.