

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»  
Шатурского муниципального района Московской области  
(МБОУ «Школа-интернат для детей с ОВЗ»)

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора от 30.08.2017 г. №

**Адаптированная рабочая программа  
обучающегося на дому  
«Обучение навыкам самообслуживания».  
в 1 классе  
для Захаровой Дарьи.**

Составитель: учитель Лободина С.В.

г. Шатура, 2017г.

### **Пояснительная записка.**

Адаптированная образовательная программа обучения по индивидуальному учебному плану на дому для детей с глубокой умственной отсталостью по самообслуживанию в 1 классе составлена на основе Программы МБОУ общеобразовательной школы-интерната для детей с ОВЗ Шатурского муниципального района Московской области. Рабочая программа разработана на основании Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования от 10.11.2009 № 259-ФЗ; СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.; Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001); О недопустимости перегрузок, обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999); Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002); Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.); О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами. (Письмо МО РФ N АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г.) Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ), учебного плана

**Цель:** Формировать практические умения и навыки по бытовому труду, навыков самообслуживания и личной гигиены.

#### **Задачи:**

Сообщение необходимых знаний о предметах и явлениях ближайшего окружения.

Обучение простым бытовым действиям (приема пищи, личной гигиены и тд).

Привитие положительных привычек.

Развитие социальной адаптации.

Развитие и коррекция общей и мелкой моторики.

Привитие интереса к окружающей действительности, подготовка ребенка к самостоятельности в быту.

### **Пояснительная записка.**

Прохождение программы по данному курсу имеет практическую направленность. На занятиях формируются и совершенствуются необходимые навыки личной гигиены и самообслуживания, умения ухаживать за собой. Благодаря занятиям расширяется диапазон представлений ребенка об окружающем мире, обогащается опыт предметной деятельности, реализуется возможность активного участия в работе по дому, развивается самостоятельность в организации своей жизни. Основными формами и методами обучения являются практическая работа, игры и беседы. Ведущее место занимают практические и наглядные методы обучения. Они развивают познавательную деятельность, помогают лучше усваивать изучаемый материал. Система упражнений, выполняемых на занятиях, должна носить учебно-тренировочный характер. В ряде разделов предусмотрены упражнения, которые ребенок выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки определенных умений и навыков на основе знаний. Беседа на занятиях является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, практическими упражнениями и другими видами работ. Широко используются игры, что делает процесс обучения более интересным, помогает преодолеть трудности в усвоении материала. В ходе прохождения курса ставятся следующие задачи:

#### **Воспитание культурно – гигиенических навыков.**

Самостоятельно мыть руки, лицо, правильно пользоваться мылом, расческой, сухо вытирать после умывания, своевременно пользоваться носовым платком..

Навыки еды: не крошить хлеб, не проливать пищу, пережевывать пищу с закрытым ртом.

Правильно, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

#### **Воспитание навыков культурного поведения.**

Приучать к вежливости: здороваться, прощаться, говорить «спасибо» за оказанную помощь, внимание.

**Воспитание умения бережно относиться:**

к игрушкам, вещам, по назначению пользоваться ими, убирать на место, замечать поломанную игрушку, карандаш, просить взрослого починить. Учить правильно, использовать предметы быта, поддерживать порядок в комнате, на рабочем столе.

Работа по самообслуживанию как, простой и доступный вид практической деятельности содействует общему развитию ребенка. Готовит его к самостоятельности в быту. На уроках по самообслуживанию ребенок ставится перед необходимостью планировать свою работу. Он начинает осознавать логическую последовательность определённых действий.

Основная воспитательная задача по данному разделу работы – прививать ребенку навыки самостоятельности, изживать тенденции к иждивенчеству в посильных для него задачах по самообслуживанию.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у ребенка необходимые им навыки самообслуживания, гигиены и норм поведения.

Программа представлена как комплекс знаний, практических умений необходимых для выработки у ребенка ориентиров в микросреде (жизневидение).

**Место предмета в учебном плане**

Программа рассчитана на 9 часов (1 час в месяц). Срок реализации программы 1 год.

**Содержание программы**

В программе по самообслуживанию **предусмотрены следующие разделы:**

- навыки, связанные с гигиеной тела.-4часа.

- навыки, связанные с приемом пищи.-7ч.

**1.Навыки, связанные с гигиеной тела.**

Закрепить приобретенные умения различать и называть:

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

б) предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, гребешок (расческа), зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;

в) действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.

Совершать под присмотром и с помощью учителя утренний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться. Знать, где следует хранить предметы туалета: мыльницу, зубную щетку, пасту, расческу, полотенце.

**2. Навыки приема пищи.**

Уметь различать, нужные для приема пищи ( ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка...).

Закрепить навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол.

***Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета***

*Личностные:*

1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «я»;

2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

3) формирование уважительного отношения к окружающим;

4) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

5) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;

б) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

*Предметные*

1) *Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.*

- Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, выполнять гигиенические процедуры,
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

2) *Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.*

- Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (мытьё рук перед едой).

#### **Календарно - тематическое планирование.**

№	кол-во часов.	Тема урока	Содержание
1. -4	<b>4 часа</b>	Тело человека. Основные части тела. Гигиена лица. Гигиена полости рта. Волосы.	Закрепление умения показывать и называть части тела. Правая – левая нога. Упр-я на закрепление. Правая- левая рука. Названия пальцев рук. Формировать умение ориентироваться на лице человека <b>.Лицо человека (глаза, нос, рот, уши).</b> Формировать умение мыть руки. <b>Мыло. Полотенце.</b> Формировать умение пользоваться зубной щеткой. <b>Зубная щетка, паста</b> Формировать способность предметно-практических действий. <b>Расчесывание .</b>
2.	<b>2 часа</b>	Практическое занятие поведения за столом. Пьём чай.	Формировать способность Выполнять посильные действия поведения за столом. Выполнять посильные действия поведения за столом. Умение правильно использовать <b>чайные приборы .</b>
3.	<b>3 часа</b>	Закрепление культурно-гигиенических навыков.	Закреплять способность Выполнять посильные действия поведения за столом. Закрепление культурно-гигиенических навыков

#### **Список литературы (основной)**

Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.; Под.ред. Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлевой. – СПб.; ЦПК проф. Л.Б. Баряева, 2011.

#### **Список литературы (дополнительный)**

1. Некоторые психолого-педагогические показатели разграничения степеней умственной отсталости у детей на начальном этапе школьного обучения. С.Д.Забрамная, Т.Н.Исаева
2. Развиваем руки – чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. Популярное пособие для родителей и педагогов./Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Художники Г.В.Соколов, В.Н. Куров. – Ярославль: «Академия развития», 1998.

3. Стребелева Е.А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии: Кн. Для педагога – дефектолога. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
4. Янушко, Елена. Помоги малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет./Елена Янушко. – Изд. 7-е.-М.: Теревинф, 2010.
5. Е.А. Екжанова, Е. А Стрелебева Коррекционно-развивающее обучение и воспитание.- Москва «Просвещение» 2003.
6. А.Р. Маллер, Г. В. Цикото, Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью. Москва.

***Материально-техническое обеспечение по предмету включает:***

Предметные и сюжетные картинки, компьютер.

Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, обучающие компьютерные программы, способствующие формированию навыков поведения.