



Приложение к основной
образовательной программе
начального общего образования

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Зайцевореченская общеобразовательная средняя школа»

РАССМОТРЕНО
на заседании
МС школы
30.08.2022 г

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по учебной работе
 Жернакова И.В.
30.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
 Мацвей Г.Б.
Приказ от 31.08.2022 г.
№ 257 – «О»



Адаптированная рабочая программа
по предмету
«Самообслуживание»
для 3 ОВЗ класса
на 2022/2023 учебный год

Составитель:

учитель индивидуального обучения

В.В. Шишкова

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по «Самообслуживанию» составлена на основе:

-Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с использованием программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой;

-Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 0-4 классы / Под ред. И.М. Бгажноковой. – М.: Просвещение, 2017.

-Локального акта школы «Положение об организации обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в МБОУ Зайцевореченская ОСШ»;

-Гаврикова М.Ю. Коррекционно-развивающие занятия. Развитие речи (1-4 класс). Учебно-методическое пособие / 2-е изд., доп. – М.: Глобус, 2007.

-Бгажнокова И М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта //дифектология.

В соответствии с учебным планом школы на изучение предмета «Самообслуживание» в 3 ОВЗ классе 2 ч в неделю, 68 ч в год (34 учебные недели).

Примерная адаптированная основная образовательная программа начального общего образования адресована обучающимся с НОДА с ТМНР в обучении и развитии учитываются индивидуальные образовательные потребности.

Потребность в комплексной коррекционной помощи. Определение круга лиц, участвующих в образовании и их взаимодействие.

Для реализации особых образовательных потребностей обучающегося с НОДА с ТМНР обязательной является специальная организация всей его жизни, обеспечивающая развитие его жизненной компетенции.

Обучающийся испытывает потребность в организации комплексной коррекционной помощи. С ним проводит уроки, коррекционные занятия учитель начальных классов, учитель – логопед.

Учитель: Темп деятельности низкий. У ребёнка повышенная утомляемость и отвлекаемость, низкая степень внимания. Учебно-познавательная мотивация развита слабо. Самостоятельно заниматься не может, нуждается в постоянной помощи взрослого.

Учебную инструкцию воспринимает не в полном объеме, работать по ней самостоятельно не может, приходится несколько раз повторять. Выполняет задания только под контролем и при помощи взрослого.

Потребность во введении специальных учебных предметов и коррекционных занятий, которых нет в содержании образования обычно развивающегося ребенка.

Программа составлена с учетом психофизических возможностей ребенка, его познавательной активности, уровня знаний, умений.

В Основных положениях специального федерального государственного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья четко выделены два компонента: «академический», т.е. накопление потенциальных возможностей для активной реализации в настоящем и будущем, и «формирование жизненной компетенции», т.е. овладение знаниями, умениями и навыками уже сейчас необходимыми ребенку в обыденной жизни. Оба компонента неотъемлемые и взаимодополняющие стороны образовательного процесса.

Целью данной программы является:

– достижение максимально возможных положительных результатов в самообслуживании себя, для обеспечения бытовой независимости.

Задачи программы:

- формирование гигиенических навыков;
- коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;
- обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно – гигиенических требований при использовании различных материалов;
- формирование организационных умений и навыков;
- формирование навыков культуры еды;
- развитие умений ориентироваться в задании;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания;
- продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Возможные личностные результаты:

- 1)осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определенному полу; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 2)развитие адекватных представлений о социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться в школьные дела и др.;
- 3)понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
- 4)владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
- 5)способность к осмыслению социального окружения;
- 6)развитие самостоятельности;
- 7)овладение общепринятыми правилами поведения;
- 8)наличие интереса к практической деятельности

Возможные предметные результаты:

Умение решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.

Умение обслуживать себя или принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах.

Умение сообщать о своих потребностях.

Умение следить за своим внешним видом.

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

Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.

Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и др.), чередовать их с занятиями.

3. Содержание учебного предмета

В программу самообслуживание входят следующие разделы:

- Личная гигиена
- Уход за одеждой и обувью
- Хозяйственно бытовой труд

Самообслуживание: раздеваться и одеваться, расстегивать и застегивать пуговицы, расшнуровывать и зашнуровывать ботинки, застёгивать молнии, следить за своим внешним видом, быть подтянутым и аккуратными, устранять беспорядок в одежде, аккуратно складывать или вешать свои вещи, соблюдать порядок в своём шкафчике. Знать и различать виды одежды, обуви, головных уборов, элементарные правила ухода за одеждой, обувью. Правило стирки хлопчатобумажных изделий(носовых платков). Должны иметь представления о том для чего нужно содержать в чистоте и порядке одежду и обувь. Своевременно пользоваться туалетом. Пользоваться носовым платком, складывать его. Чистить зубы самостоятельно с нанесением зубной пасты на щетку. Поведение за столом, в спальне, в транспорте.

Накрывать на стол; убирать со стола. Поддерживать порядок в групповой комнате. Убирать постель. Уход за растениями (полив и опрыскивание цветов). Самостоятельно наводить порядок на участке подметать и очищать дорожки от мусора и т. п.

Календарно - тематическое планирование 3 класс

п/п №	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дано		Примечание
			По плану	По факту	
Уход за одеждой и обувью.					
1	Виды одежды и головные уборы	1	02.09		
2	Виды одежды и головные уборы	1	05.09		
3	Вешаем одежду на плечики.	1	09.09		
4	Вешаем одежду на плечики.	1	12.09		
5	Растягиваем ремень.	1	16.09		
6	Растягиваем ремень.	1	19.09		
7	Развешивание вещей после стирки, сушим используя прищепки	1	23.09		
8	Развешивание вещей после стирки, сушим используя прищепки	1	26.09		
9	Застегивание молний.	1	30.09		
10	Застегивание молний.	1	03.10		
11	Виды обуви и их значения.	1	07.10		
12	Виды обуви и их значения.	1	10.10		
13	Стирка мелких вещей (носков, носовых платков)	1	14.10		
14	Стирка мелких вещей (носков, носовых платков)	1	17.10		
15	На какой полочке по счету лежит(шапка, куртка, штанишки, ботинки)	1	21.10		
16	На какой полочке по счету лежит(шапка, куртка, штанишки, ботинки)	1	24.10		

17	Различать «Правый- левый ботинок»	1	28.10		
18	Различать «Правый- левый ботинок»	1	07.11		
19	Шнуровать обувь – шнуровать обувь и помогать другим.	1	11.11		
20	Шнуровать обувь – шнуровать обувь и помогать другим.	1	14.11		
21	Чистка обуви и протирание её тряпочкой.	1	18.11		
22	Чистка обуви и протирание её тряпочкой.	1	21.11		
23	Последовательность одевания на прогулку, что надо снять, что надо одеть и куда положить.	1	25.11		
24	Последовательность одевания на прогулку, что надо снять, что надо одеть и куда положить.	1	28.11		
Личная гигиена.					
25	Уход за руками.	1	02.12		
26	Уход за зубами.(Самостоятельное выдавливание пасты)	1	05.12		
27	Умение в разных ситуациях использовать носовой платок.	1	09.12		
28	Пользование туалетом. (Использование унитазного кружка)	1	12.12		
29	Вода – Где находится горячая и холодная.	1	16.12		
30	«Уход за волосами». Мытьё головы под душем.	1	19.12		
31	Периодичность и правило мытья рук в течении дня.	1	23.12		
Хозяйственно – бытовой труд					
32	Я могу научить дежурить.	1	26.12		
33	Готовлю класс к уроку.	1	09.01		
34	Дежурство в классе.	1	13.01		
35	Отвечаем за одну ежедневную работу по группе (вынос мусора, вытирание пыли и т.п.)	1	16.01		
36	Соблюдение порядка в спальне.	1	20.01		

37	Разбираю свою кровать и укладываюсь спать пожелав «Спокойной ночи».	1	23.01		
Правила поведения					
38	Правила поведения за столом; эстетика приема пищи.	1	27.01		
39	Правила поведения за столом; эстетика приема пищи.	1	30.01		
40	Правила поведения в транспорте.	1	03.02		
41	Правила поведения в транспорте.	1	06.02		
42	Правила поведения на общественных мероприятиях: концерты, поездки т. п.	1	10.02		
43	Правила поведения на общественных мероприятиях: концерты, поездки т. п.	1	13.02		
44	Правила поведения в туалетной комнате.	1	17.02		
45	Поведение в классе. «класс наш дом.»	1	20.02		
46	Поведение в классе. «класс наш дом.»	1	27.02		

Уход за одеждой и обувью.					
47	(Летняя, зимняя, осенняя одежда).	1	03.03		
48	Подбираем одежду в зависимости от погоды.	1	06.03		
49	Просим пришить пуговицу.	1	10.03		
50	Правильно ставить обувь в отведенное место.	1	13.03		
51	Сравнение, кто правильно сложил одежду на своем стульчике, исправлять ошибку.	1	17.03		
52	Пользоваться щеткой для одежды.	1	20.03		
53	«Обувь взрослая – обувь детская»	1	24.03		
54	Раздевание и одевание одежды по пиктограммам.	1	03.04		
55	Раздевание и одевание одежды по пиктограммам.	1	07.04		

56	Раздевание и одевание одежды по пиктограммам.	1	10.04		
57	Чистим загрязнения на одежде.	1	14.04		
58	Вставляем нижний край молнии в замок.	1	17.04		
59	Выбираем соответствующую одежду, по сезону и случаю.	1	21.04		
Личная гигиена.					
60	Намыливание мочалки: использование мочалки при мытье.	1	24.04		
61	Вытирание банным полотенцем.	1	28.04		
62	Выбираем соответствующую одежду, по сезону и случаю.	1	05.05		
63	Смывание унитаза	1	12.05		
64	Мытье рук после опрвления нужды.	1	15.05		
65	Идём во время в туалет, раздеваемся, подтираемся, спускаем воду и одеваемся самостоятельно.	1	19.05		
Хозяйственно – бытовой труд					
66	Стряхиваем простынь. Складывание одеяла в пододеяльник.	1	22.05		
67	Заправляю свою постель (стрягиваю и разглаживаю простынь, расправляю одеяло)	1	26.05		
68	Начинаем мыть посуду	1	29.05		