**Краевое государственное казенное общеобразовательное учреждение, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа-интернат №5»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **РАССМОТРЕНО**  на заседании МО учителей  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  От «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 г. | **СОГЛАСОВАНО**  заместитель директора  по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 г. | **УТВЕРЖДАЮ**  директор КГКОУ ШИ 5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С. М. Налескина  от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному предмету «Самообслуживание»

составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся (интеллектуальными нарушениями)

согласно ФГОС УО

за курс 1 дополнительного класса

Составитель: учитель начальных классов

Брилева Елена Юрьевна

Содержание программы:

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета
3. Описание места учебного предмета в учебном плане
4. Содержание программы
5. Требования к уровню подготовки обучающихся по предмету (личностные и предметные результаты, система оценки)
6. Материально-техническое обеспечение
7. Календарно-тематическое планирование

Хабаровск, 2021

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы по учебному предмету «Самообслуживание» составляет:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. От 01.05. 2019) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный Государственный Образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) приказ Минобрнауки России от 19.12. 2014 №1599;

- Адаптированная основная образовательная программа для образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГКОУ ШИ 5 от 31.08.2018 №49-од;

- Устав КГКОУ ШИ 5 от 01.10.2015 №212

1. **Пояснительная записка**

Формирование навыков самообслуживания – важное направление обучения ребенка с нарушениями развития, так как способность обслуживать себя необходима для независимой жизни любого человека. Для освоения навыков самообслуживания ребенком с РАС требуется специально организованное обучение.

Цель обучения: повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания.

Программа предмета «Самообслуживание» включает 4 раздела: «Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи». Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет».

1. **Общая характеристика учебного предмета**

Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. После того, как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытью всего тела.

При формировании навыков самообслуживания, важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно-практической деятельности.

1. **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Предмет «Самообслуживание» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью. Программа предмета реализуется через урочную деятельность в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | часов в  нед. | I  четв. | II  четв. | I  полуг. | III  четв. | IV  четв. | II  полуг. | год |
| Самообслуживание | 2 |  |  |  |  |  |  |  |

1. **Содержание учебного предмета**

Уроки самообслуживания являются средством активного познания окружающей действительности. Практическая деятельность, будучи весьма конкретной и простой по содержанию, является наиболее понятной и доступной ученикам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Разнообразие видов деятельности становится источником приобретения новых знаний и представлений.

1.Гигиена тела

• Умывание - подворачивание рукавов одежды перед умыванием с помощью взрослого, по образцу и по словесной просьбе взрослого. Мытье лица, рук в определенной последовательности с помощью взрослого, по образцу и по словесной просьбе взрослого. Пользование предметами личной гигиены в процессе умывания (твердое мыло, жидкое мыло во флаконе с дозатором, полотенце). Пользование бумажными полотенцами (отрывание, вытирание рук, выбрасывание в мусорную корзину). Выбор полотенца по символу с помощью взрослого, по указательному жесту (идентификация символического изображения над полотенцем и на соответствующей карточке) и по словесной просьбе взрослого. Пользование развернутым полотенцем для вытирания после умывания.

Открывание и закрывание кранов с помощью взрослого, по образцу и по словесной просьбе взрослого.

• Причесывание - пользование индивидуальной расческой, нахождение ее в саше по соответствующему символу (выбирается одинаковая для полотенца, зубной щетки, расчески картинка). Расчесывание волос перед зеркалом с помощью взрослого (совмещенные действия, по подражанию и по словесной просьбе взрослого).

• Уход за носом и ртом - пользование индивидуальным носовым платком, разворачивание и складывание его в карман одежды или в специальную сумочку-кошелек.

Сморкание в развернутый платок, складывание его в кармашек с помощью взрослого, по словесной просьбе взрослого.

Пользование специальными салфетками, носовыми платками при слюнотечении, вытирание рта с помощью взрослого, при напоминании взрослым и самостоятельно.

• Туалет - своевременное пользование туалетом (по напоминанию взрослого, при сопровождении в туалет взрослым, по словесной рекомендации взрослого и самостоятельно по необходимости). Пользование туалетной бумагой, мытье рук после туалета при активной помощи взрослого.

2.Одевание и раздевание

Привлечение внимания детей к внешнему виду: смотреть на себя в зеркало, друг на друга, на взрослого, показывать и называть одежду (на себе, в шкафчике, разложенную на стуле и т. п.).

Игры на определение порядка или непорядка в одежде, на идентификацию одежды (платье, шорты, трусики, майка, носки, колготки, туфли, тапочки, сапожки, ботинки и т. п.).

Раздевание и одевание одежды в определенном порядке с помощью взрослого, по просьбе взрослого.

Расстегивание застежек на «липучках», пуговицах с помощью взрослого и самостоятельно.

Застегивание застежек на «липучках», пуговицах и застежек-молний с помощью взрослого.

3.Приём пищи.

Поведение во время еды. Надевание специальных фартуков во время еды (по необходимости). Удерживание ложки, чашки ( в индивидуальных случаях могут использоваться специальные чашки с двумя ручками); умение брать ложкой необходимое количество еды, есть аккуратно, пользоваться салфеткой во время еды и после приёма пищи.

4.Навыки культурного поведения

Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми предметами, носовым платком (салфеткой), выражать благодарность за оказываемые виды помощи, обозначать необходимость помощи (жестом, словом, знаком) в физиологических потребностях, контролировать опрятность своего внешнего вида.

Все предметы, для формирования навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков (предметы гигиены, одежда, посуда и т. п.), оборудование для элементарных трудовых действий (клеенка, фартучки, тряпочки и т. п.) располагаются в определенных для этого местах хранения, что позволяет воспитанникам достаточно быстро запомнить их местонахождение. Этому могут способствовать также специальные символы (картинки, пиктограммы), с которыми дети многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях.

Участие воспитанника во всех процессах должно сопровождаться положительными эмоциями, игровыми действиями, прибаутками или потешками, стимулирующими интерес к формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

Обучение по предмету «Самообслуживание и гигиена» проходит в классе, в туалете, умывальной комнате, столовой.

1. **Требования к уровню подготовки обучающихся по предмету (личностные и предметные результаты, система оценки)**

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом его особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью. Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

**Личностные планируемые результаты:**

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);

- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша);

- проявляет уважение к людям старшего возраста.

«Уверенность в себе»

- осознает, что может, а что ему пока не удается;

«Чувства, желания, взгляды»

- понимает эмоциональные состояния других людей;

- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);

- проявляет собственные чувства;

«Социальные навыки»

- умеет устанавливать и поддерживать контакты;

- умеет кооперироваться и сотрудничать;

- избегает конфликтных ситуаций;

- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;

- использует элементарные формы речевого этикета;

- принимает доброжелательные шутки в свой адрес;

- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно – личностный блок

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне)

- стремится помогать окружающим

Биологический уровень

- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и. т.д.)

- сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- семейно – бытовых;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

- осознает, что определенные его действия несут опасность для него;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Экологическая ответственность

- не мусорит на улице;

- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;

- принимать и оказывать помощь.

**Планируемые предметные результаты коррекционной работы:**

- умеет называть своё имя.

-умеет реагировать на своё имя поворотом головы

-умеет говорить о себе от первого лица

-умеет проявлять интерес к изучению себя, своих физических возможностей (рука, нога, физические потребности –пить, кушать)

-знает части тела и лица, показывает на себе, отождествляет себя на фотографии.

-различает предметы санитарии и гигиены, знает действия связанные с гигиеной тела;

-умеет сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях (проситься в туалет, пить, кушать);

-умеет снимать и надевать нижнее бельё (после посещения туалета);

- различает предметы одежды и обуви;

-имеет представление о процессах и алгоритмах мытья рук;

-умеет обслуживать себя (держать ложку, пить из кружки);

-знает атрибуты в доступном предметном мире (кружка, тарелка, ложка, раковина);

-знает и применяет правила поведения за столом, в туалете, в других общественных местах;

-применяет приемы застегивания и расстегивания пуговиц, замков, кнопок, шнуровка ботинок с помощью учителя.

**Минимальный уровень:**

**-** называть, показывать части тела

- называть, показывать предметы санитарии, гигиены

- называть, показывать предметы одежды, обуви

- называть, показывать столовые приборы

**Достаточный уровень:**

- пользоваться предметами личной гигиены

- следить за чистотой одежды, обуви

- пользоваться столовыми приборами

- правильно вести себя в общественных местах

**Система оценки достижения планируемых результатов.**

Оценка достижений производится путем фиксации фактической способности к выполнению действия или операции, обозначенной в качестве возможного результата ***личностного развития*** по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает.

1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.

5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

На основании сравнения показателей текущей и предыдущей оценки экспертная группа делает вывод о динамике развития жизненной компетенции обучающегося с УО за год по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.

5 – полное освоение действия.

Оценка достижений ***предметных результатов*** по практической составляющей производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает.

1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.

5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов по знаниевой составляющей производится путем фиксации фактической способности к воспроизведению (в т.ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

На основании сравнения показателей за четверть текущей и предыдущей оценки учитель делает вывод о динамике усвоения АООП каждым обучающимся с УО по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.

5– полное освоение действия

1. **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы по предмету «Самообслуживание» материально-техническое обеспечение включает: тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью. Предметные и сюжетные картинки, фотографии, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Видеофильмы, презентации. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья.

1. **Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  год | № п/п  тема | Содержание  *1 ЧЕТВЕРТЬ* | Кол-во  часов | Дата |
| **Гигиена тела. Пользование краном.** | | | | |
| 1 | 1 | Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой. | 1 |  |
| 2 | 2 | Формирование умения регулировать напор струи воды. | 1 |  |
| 3 | 3 | Формирование умения смешивать воду до комфортной температуры. | 1 |  |
| 4 | 4 | Гигиена тела. Уход за руками. | 1 |  |
| 5 | 5 | Формирование умения вытирать руки. | 1 |  |
| 6 | 6 | Формирование умения соблюдать последовательность действий при мытье и вытирании рук. | 1 |  |
| 7 | 7 | Гигиена тела. Уход за ногтями. | 1 |  |
| 8 | 8 | Формирование умения подстригать ногти ножницами. | 1 |  |
| 9 | 9 | Формирование умения подпиливать ногти пилочкой. | 1 |  |
| 10 | 10 | Формирование умения удалять (декоративное, лечебное покрытие) с ногтей. | 1 |  |
| 11 | 12 | Гигиена тела. Уход за лицом. | 1 |  |
| 12 | 12 | Формирование умения мыть лицо. | 1 |  |
| 13 | 13 | Формирование умения вытирать лицо. | 1 |  |
| 14 | 14 | Формирование умения очищать носовой ход, сморкаться. | 1 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  год | № п/п  тема | Содержание  *2 четверть* | Кол-во  часов | Дата |
| **Уход за волосами.** | | | | |
| 15,16 | 1,2 | Формирование умениярасчесывать волосы расческой. | 2 |  |
| 17 | 3 | Формирование умения мыть голову. | 1 |  |
| 18,19 | 4,5 | Формирование умения вытирать волосы полотенцем. | 2 |  |
| **Уход за ушами.** | | | | |
| 20,21 | 1,2 | Формирование умения мыть уши. | 2 |  |
| 22,23 | 3,4 | Формирование умения чистить уши. | 2 |  |
| **Уход за телом.** | | | | |
| 24 | 1 | Формирование умения мыть ноги. | 1 |  |
| 25,26 | 2,3 | Формирование умения вытирать ноги. | 2 |  |
| 27,28 | 4,5 | Формирование умения соблюдать последовательности действий при мытье и вытирании тела. | 2 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  год | № п/п  тема | Содержание  *3 четверть* | Кол-во  часов | Дата |
| **Обращение с одеждой и обувью.**  **Раздевание.** | | | | |
| 29,30 | 1,2 | Формирование умения расстёгивать липучки. | 2 |  |
| 31,32, 33 | 3,4,5 | Формирование умения расстёгивать молнии. | 3 |  |
| 34,35, 36 | 6,7,8 | Формирование умения расстёгивать пуговицы. | 3 |  |
| 37,38, 39 | 9,10, 11 | Формирование умения расстёгивать ремень. | 3 |  |
| 40,41, 42 | 12,13,14 | Формирование умения расстёгивать кнопки. | 3 |  |
| 43,44, 45 | 15,16,17 | Формирование умения развязывать шнурки. | 3 |  |
| 46,47, 48 | 18,19,20 | Формирование умения снимать предмет одежды. | 3 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  **год** | **№ п/п**  **тема** | **Содержание**  *4 четверть* | **Кол-во**  **часов** | **Дата** |
| **Обращение с одеждой и обувью.**  **Одевание.** | | | | |
| 49 | 1 | Формирование умения застёгивать липучки. | 1 |  |
| 50,51 | 2,3 | Формирование умения застёгивать молнии. | 2 |  |
| 52,53, 54 | 4,5,6 | Формирование умения застёгивать пуговицы. | 3 |  |
| 55,56 | 7,8 | Формирование умения застёгивать ремень. | 2 |  |
| 57,58 | 9,10 | Формирование умения застёгивать кнопки. | 2 |  |
| 59,60 | 11,12 | Формирование умения завязывать шнурки. | 2 |  |
| 61,62, 63 | 13,14,15 | Формирование умения одевать предметы одежды. | 3 |  |
| 64,65, 66 | 16,17,18 | Формирование умения снимать предметы одежды. | 3 |  |