

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Орган местного самоуправления  
Управление образования Каменск-Уральского городского округа  
Каменск-Уральская гимназия

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
Алексеева В.П.  
Протокол № 01  
от «30» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР  
Штербова Ю.В.  
Протокол № 01  
от «30» августа 2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор  
Кадочникова Н.В.  
Приказ № 189-ОД  
от «01» сентября 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета «Самообслуживание»

для 1 (подготовительного) класса начального общего образования

для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4)

Каменск-Уральский г.о.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Самообслуживание» (предметная область «Человек») на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4) (далее – АООП НОО обучающихся с НОДА), адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата и тяжелыми множественными нарушениями развития МАОУ «Каменск-Уральская гимназия».

**Цель:** Формирование культурно-гигиенических навыков, элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобретение простейших навыков сохранения здоровья в бытовых условиях с учетом индивидуальных особенностей и разноуровневый контингент учащихся.

### **Задачи:**

Познакомить с:

- с необходимостью и способами ухода за лицом, руками, волосами с использованием соответствующих предметов и средств гигиены.
- аккуратным содержанием учебного места.

Уточнить знания о посуде.

Прививать аккуратность в еде, уточнить правила приема пищи.

Познакомить с правильным открыванием и закрыванием дверей в помещениях.

Научить осторожно пользоваться водопроводным краном.

## 2. Общая характеристика учебного предмета

На уроках – занятиях по предмету «Самообслуживание» дети обучаются элементарными навыками самообслуживания и культурно-гигиеническими навыками (с частичной помощью взрослых и самостоятельно). Им предлагается ориентироваться на картинки и пиктограммы, дающие зрительный алгоритм действий. Учащиеся знакомятся с первичными элементарными представлениями о здоровье и здоровом образе жизни (плохо — хорошо, полезно — вредно для здоровья), происходит формирование представлений и гигиене.

В основу уроков по предмету положен комплексный подход, в который входит:

- выполнение поставленных задач;
- организация предметно-развивающей среды для обучения учащихся правилам здоровьесбережения и безопасности;
- развитие мотивационно-потребностной сферы учащихся, ориентированной на соблюдение доступных их восприятию на начальном уровне обучения норм здорового образа жизни и правил безопасности;
- формирование способности детей к моделированию и символизации с использованием игровых аналогов реальных предметов, предметов-заместителей, картинок и пиктограмм в обучающих предметно-практических, игровых упражнениях, в играх;
- индивидуальный и дифференцированный подход в общении учителя и учащегося в процессе игр и игровых упражнений.

В ходе обучающих уроков-занятий, организуемых в форме совместной деятельности учителя и учащихся, формируются (исходя из возможностей ребенка):

- умения учащихся называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
- выражать свои потребности, в речи, используя невербальные и вербальные средства общения;
- представления о процессах и алгоритме умывания, одевания, еды, наведения порядка на рабочем месте;
- положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов (чистые руки, хорошее настроение, красивая ходьба, убранные вещи, аккуратно сложенные учебные предметы, одежда и т. д.);

- способность привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Педагог учит учащихся использованию невербальных и вербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случае затруднений). Для подкрепления действий учащихся и соблюдения их алгоритма активно используются специальные символы (картинки, пиктограммы), с которыми учащиеся многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях.

### **Виды и формы организации учебного процесса**

Для реализации данной программы используются разнообразные типы уроков, формы и виды работ, а также средства обучения и технологии.

**Уроки:** традиционные (ознакомления с новым материалом; систематизации и обобщению изученного материала), экскурсии, практические уроки.

**Формы работы на уроке:** фронтальная работа, групповая, индивидуальная.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

**Технологии обучения:** игровые, здоровьесберегающие; информационно-коммуникационные.

При реализации данной программы используется одна форма контроля: индивидуальная. Контроль (диагностика) проводится вводный (в начале года) и итоговый (в конце года).

### **3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане:**

Программа рассчитана на 33 ч в год (1 ч. в неделю) 33 учебные недели.

<b>Учебный предмет</b>	<b>Количество о часов в неделю</b>	<b>1 четверть</b>	<b>2 четверть</b>	<b>3 четверть</b>	<b>4 четверть</b>	<b>Количество часов в год</b>
Самообслуживание	1	8	7	9	9	33

### **4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Ценностные ориентиры изучения предмета используют и тем самым подкрепляют умения, полученные на уроках литературного чтения, русского языка и математики, музыки и изобразительного искусства, технологии и физической культуры, а также во внеурочной деятельности и позволяют заниматься всесторонним формированием личности учащихся, расширяя набор ценностных ориентиров.

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни и существования живого в природе в целом как величайшей ценности, как основы для подлинного экологического сознания.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе означает, прежде всего, бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности - любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

## 5. Планируемые результаты освоения программы

*Личностные:*

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

*Предметные:*

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

Сформированность базовых учебных действий (Программа формирования базовых учебных действий у обучающихся направлена на развитие способности у детей овладеть содержанием адаптированной основной образовательной программой общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями в развитии).

Группа БУД	Учебные действия и умения
1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.	- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.); - организовывать рабочее место; - принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
2. Формирование учебного поведения:	- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание); - умение выполнять инструкции педагога; - умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
3. Формирование умения выполнять задание:	1) в течение определенного периода времени: - способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 1-2 мин. 2) от начала до конца: - при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.

## 6. Содержание учебного предмета

№ п/п	Содержательная линия	Коррекционно - развивающие задачи	Педагогические средства, технологии решения коррекционных задач
1	Гигиена тела.	Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намывание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Нанесение крема на руки. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта.	Ведущий принцип построения уроков – коммуникативный. Для развития регулирующей и исполнительской функции речи ведётся работа по формированию и отработке предварительного замысла и его реализации с помощью символических средств: пиктограмм, карточек со словами.
2	Обращение с одеждой и обувью.	Снятие предмета одежды (например, кофты, захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Соблюдение последовательности при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).	
3	Прием пищи.	Питье через соломинку. Питье из кружки/стакана (захват кружки/стакана, поднесение кружки/стакана ко рту, наклон кружки/стакана, втягивание / вливание жидкости в рот, опускание кружки/стакана на стол. Еда руками. Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с	

		ложки пицы губами, опускание ложки в тарелку).	
--	--	--	--

**Календарно-тематическое планирование**

№	Тема урока	Индивид.	Самост.	Количество во часов	Основные виды учебной деятельности	Дата проведения	
						По плану	По факту
1	Формирование представлений о себе: какой я?	0,5	0,5	1	Рассматривают иллюстрации, фотографий.		
2	Знакомство с частями тела: туловище (живот, спина).	0,5	0,5	1	Рассматривание картинки с частями туловища. И значения их.		
3	Знакомство с частями тела: руки.	0,5	0,5	1	Рассматривание рук, изучение частей и названий.		
4	Знакомство с частями тела: руки (правая и левая).	0,5	0,5	1			
5	Знакомство с частями тела: пальцы.	0,5	0,5	1	Рассматривание пальцев, изучение названий и назначений.		
6	Знакомство с частями тела: пальцы, их назначение.	0,5	0,5	1			
7	Предметы гигиены, их назначение, хранение	0,5	0,5	1	Узнавание предметов гигиены, умение их называть, объяснять для чего они нужны, как пользоваться.		
8	Последовательность утренних и вечерних гигиенических процедур.	0,5	0,5	1	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук).		
9	Посуда. Изучение посуды для приёма пищи и питья.	0,5	0,5	1	Сообщение о желании пить. Питье через соломинку.		
10	Предметы для приёма пищи: ложка, тарелка, стакан.	0,5	0,5	1	Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку).		
11	Умение различать и называть предметы,	0,5	0,5	1	Узнавание предметов для приема пищи, название предметов, для чего нужны, как пользоваться.		

	нужные для приёма пищи.						
12	Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи.	0,5	0,5	1	Еда вилкой (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку).		
13	Зубная паста. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и использовании зубной пасты.	0,5	0,5	1	Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.		
14	Мыло. Соблюдение правил при использовании мыла.	0,5	0,5	1	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук).		
15	Правильное использование полотенца. Соблюдение последовательный действий.	0,5	0,5	1	Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица		
16	Правила использования расчески. Применение изученного навыка на практике.	0,5	0,5	1	Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Умение пользоваться расческой.		
17	Правильное использование носового платка.	0,5	0,5	1	Соблюдение последовательности действий при пользовании носовым платком		
18	Гигиена тела: мытье рук. Правила мытья рук.	0,5	0,5	1	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук).		
19	Гигиена тела: умывание лица. Правила умывания лица.	0,5	0,5	1	Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица.		



20	Гигиена тела: уход за зубами. Правило ухода за зубами.	0,5	0,5	1	Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.		
21	Одежда. Изучение видов одежды.	0,5	0,5	1	Какая бывает одежда. Изучение видов одежды.		
22	Одежда. Определение одежды на каждое время года.	0,5	0,5	1	Рассматривание одежды для лета, осени, зимы и весны.		
23	Различие лицевой и изнаночной стороны одежды.	0,5	0,5	1	Различие лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды.		
24	Обобщающее понятие «Обувь». Сезонная обувь.	0,5	0,5	1	Различие правого и левого ботинка (сапога, тапка).		
25	Знакомство с обувью. Наблюдение и знакомство с сезонной обувью.	0,5	0,5	1			
26	Наблюдение и распознавание обуви по их функциональному использованию.	0,5	0,5	1	Снятие обуви (например, ботинок, захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). С помощью родителя.		
27	Закрепление в распознавании обуви по их функциональному использованию.	0,5	0,5	1			
28	Знакомство с выбором обуви по погоде.	0,5	0,5	1	Снятие обуви (например, ботинок, захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка).		
29	Закрепление в выборе обуви по погоде.	0,5	0,5	1			
30	Повторение и закрепление с культурой поведения на празднике.	0,5	0,5	1	Правила поведения на празднике. Умение здороваться. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него.		
31	Знакомство с культурой поведения на празднике.	0,5	0,5	1			
32	Культура поведения за столом.	0,5	0,5	1	Правила поведения на празднике. Умение здороваться. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после		

					него.		
33	Знакомство с культурой поведения в общественных местах.	0,5	0,5	1	Умение здороваться. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.		
	ВСЕГО	16,5	16,5	33			