

Приложение № 14 «Развитие деятельности по самообслуживанию» к АООП ООО (вариант 2), утвержденной приказом директора МАОУ Черновской СОШ от 29.08.2025 г. № 175-25 од

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Свердловской области

Управление образования Ирбитского муниципального образования

МАОУ Черновская СОШ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Коррекционного курса «Развитие деятельности по самообслуживанию»
для обучающегося 6 класса**

с. Чёрновское, 2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность и общая характеристика курса

Самообслуживание является одним из базовых и жизнеобеспечивающих навыков для любого человека. Для обучающегося с умеренной, тяжелой или глубокой умственной отсталостью (вариант 2) овладение этими навыками имеет первостепенное значение, так как напрямую влияет на качество его жизни, степень независимости от окружающих и возможность социализации.

В 6 классе ребенок находится в предподростковом возрасте, когда гигиенические навыки и навыки одевания должны быть максимально приближены к самостоятельному выполнению. Однако из-за особенностей психофизического развития (нарушения мелкой моторики, трудности запоминания последовательности действий, низкая мотивация) процесс формирования этих навыков требует системного, поэтапного и многократно повторяющегося обучения.

Данная программа направлена на формирование осознанных, насколько это возможно, действий, направленных на удовлетворение личных потребностей, а также на воспитание культуры тела и опрятности. Курс тесно связан с остальными коррекционными курсами, так как требует от ребенка понимания речи (инструкций) и умения выражать свои потребности (просьба сходить в туалет и т.д.).

1.2. Цель программы

Формирование и закрепление у обучающегося навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков, необходимых для повседневной жизни, стремления к самостоятельности и опрятности.

1.3. Задачи программы

- 1. Формирование гигиенических навыков:**
 - Обучение правильному и последовательному мытью рук и лица.
 - Формирование навыков пользования туалетом (своевременное обращение, соблюдение гигиены после посещения).
 - Обучение уходу за полостью рта (чистка зубов, полоскание).
 - Формирование навыков ухода за телом (умение заметить и устранить неопрятность в одежде, причёске).
- 2. Формирование навыков одевания и раздевания:**
 - Обучение умению расстегивать и застегивать доступные застёжки (липучки, крупные пуговицы, молнии).
 - Формирование умения правильно надевать и снимать предметы одежды (футболка, штаны, носки, обувь) в правильной последовательности.
 - Обучение аккуратному складыванию и убиранию одежды.
- 3. Формирование навыков приема пищи:**
 - Закрепление умения пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка) и салфеткой.
 - Обучение правильному поведению за столом (не спешить, жевать с закрытым ртом).
- 4. Развитие психомоторной базы:**

- Развитие мелкой моторики (координация «глаз-рука», сила пальцев).
- Развитие зрительно-моторной координации при выполнении практических действий.

1.4. Психолого-педагогическая характеристика обучающегося (шаблон)

У обучающегося отмечается значительное отставание в формировании навыков самообслуживания. Навыки мытья рук и одевания сформированы на уровне пассивного участия, либо выполняются только по прямому требованию и с физической помощью педагога. Последовательность действий не удерживается, наблюдается моторная неловкость, особенно при работе с мелкими деталями (пуговицы, шнурки). Мотивация к гигиеническим процедурам низкая, требуется постоянное побуждение.

1.5. Особые образовательные потребности

Реализация программы строится с учетом следующих особых потребностей:

- **Поэтапное формирование действий (Метод "Шаг за шагом"):** Разбивка каждого сложного действия (например, мытье рук) на мельчайшие операции (подойти, засучить рукава, открыть кран, намочить руки и т.д.) и отработка каждой с помощью.
- **Алгоритмизация и визуализация:** Использование визуальных расписаний (карточки, фотографии) последовательности действий в умывальной, туалете, раздевалке.
- **Использование предметов-помощников:** Подбор адаптированной одежды (на липучках, резинках), использование специальных захватов для ложки, утяжеленных приборов для лучшего ощущения.
- **Многократность повторения:** Создание режимных моментов, в которых навык отрабатывается ежедневно и в естественных условиях.
- **Эмоциональное подкрепление:** Положительная реакция на любую попытку самостоятельности, даже неудачную.

1.6. Место курса в учебном плане

Коррекционный курс «Развитие деятельности по самообслуживанию» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана. На изучение курса в 6 классе отводится 34 часа в год (1 час в неделю). Продолжительность занятия – 30-40 минут. Основной формой организации является индивидуальное занятие или занятие в малой группе (2-3 человека) с использованием оборудования сенсорной комнаты, бытового уголка, реальных условий (столовая, туалетная комната, раздевалка).

1.7. Базовые учебные действия (БУД)

- **Личностные:** Осознание себя как субъекта деятельности ("Я могу сам"), положительное отношение к опрятному внешнему виду.
- **Коммуникативные:** Умение обратиться с просьбой (помочь, дать, хочу в туалет), умение привлечь внимание к возникшей проблеме (разлил, испачкался).

- **Регулятивные:** Умение выполнять последовательность действий по визуальной инструкции, удерживать алгоритм, доводить начатое действие до конца.
- **Познавательные:** Умение ориентироваться в схеме собственного тела, различать предметы личной гигиены по их назначению.

2. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Содержание курса организовано по функциональному принципу и охватывает основные сферы жизни ребенка в школе и дома.

2.1. Раздел 1. Гигиена тела (Личная гигиена)

- **Уход за руками и лицом:** Засучивание рукавов. Открывание и закрывание крана. Регулирование температуры воды (под контролем взрослого). Намыливание рук мылом. Смывание пены. Умывание лица. Вытирание рук и лица индивидуальным полотенцем. Использование расчески.

- **Уход за полостью рта:** Чистка зубов (снятие и надевание крышки пасты, выдавливание пасты, чистка зубов щеткой, полоскание рта, мытье щетки).

- **Туалет:** Своевременное сообщение о потребности (жестом, карточкой, словом). Посещение туалета. Использование туалетной бумаги. Смывание воды. Мытье рук после туалета.

- **Уход за телом:** Замечание неопрятности в одежде (расстегнулась ширинка, сбились колготки, грязные руки/лицо). Использование носового платка/салфетки.

2.2. Раздел 2. Навыки одевания и раздевания

- **Раздевание:** Снятие шапки, куртки, кофты, штанов, носков, обуви (в определенной последовательности, соответствующей моменту).

- **Одевание:** Надевание футболки, штанов, носков, кофты, куртки, шапки, обуви (с различанием левого и правого ботинка, если возможно). Выворачивание одежды на лицевую сторону.

- **Застегивание и расстегивание:** Работа с застежками-липучками, крупными кнопками, молниями (с фиксатором внизу), крупными пуговицами.

- **Уход за одеждой:** Узнавание своей одежды. Аккуратное складывание одежды на стул/в шкафчик. Вешание куртки на крючок. Смена обуви.

2.3. Раздел 3. Навыки приема пищи

- **Поведение за столом:** Правильная посадка за столом. Пользование салфеткой до и после еды. Тщательное пережевывание пищи. Умение пользоваться ложкой, вилок (в зависимости от моторных возможностей). Питье из чашки (удержание, не проливая).

- **Действия после еды:** Уборка за собой посуды (отнести тарелку, чашку). Мытье рук и лица после еды.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Результаты освоения программы сугубо индивидуальны. Ожидается положительная динамика в сторону большей самостоятельности.

3.1. Личностные результаты

- Появление или усиление мотивации к опрятности (может подойти к зеркалу поправить причёску, стряхнуть крошки).
- Умение выражать дискомфорт при мокрой или грязной одежде.
- Гордость за самостоятельно выполненное действие ("Я сам").

3.2. Предметные результаты

- **Мытье рук:** Самостоятельно или с минимальной помощью (напоминание алгоритма) моет руки перед едой и после туалета.
- **Пользование туалетом:** Сообщает о своей потребности (вербально/невербально), посещает туалет, выполняет гигиенические процедуры с помощью/самостоятельно.
- **Одевание/раздевание:** Снимает и надевает отдельные предметы одежды (шапку, обувь без шнурков, штаны на резинке) с частичной помощью. Застегивает липучки и молнии.
- **Прием пищи:** Самостоятельно ест ложкой (вилкой), пьет из чашки, пользуется салфеткой.
- **Уход за вещами:** Убирает на место свою обувь, вешает куртку на крючок (с напоминанием).

3.3. Система оценки достижений

Оценка проводится методом наблюдения в естественных бытовых ситуациях (утренний прием, раздевалка, столовая) и фиксируется в индивидуальной карте.

- **Уровни самостоятельности:**
 - **Н (не выполняет):** Требуется полная физическая помощь.
 - **П (пассивное участие):** Выполняет отдельные операции с помощью, но алгоритм не удерживает.
 - **С (самостоятельно):** Выполняет действие самостоятельно по отработанному алгоритму (может быть замедленно).
 - **+ (помощь):** Самостоятельно, но требуется контроль/вербальная подсказка.

4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (КТП) НА 202_ -202_ УЧЕБНЫЙ ГОД

Класс: 6

Количество часов: 34 часа (1 раз в неделю)

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
I четверть (8 часов) -					

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
	Гигиена рук и лица. Умывание				
1	Диагностика. Мои руки.	Наблюдение: как ребенок моет руки (входная диагностика). Рассмотрение рук. Игры с водой (переливание , температура)	Позволяет педагогу помогать себе мыть руки. Проявляет интерес к воде.		
2	Волшебные рукава.	Игровое упражнение "Засучим рукава, чтобы не намочить". Отработка движения перед зеркалом.	Поднимает руки педагогу для помощи/пытается засучить рукава самостоятельно		
3	Открываем кран.	Знакомство с краном. Обучение движению открывания-закрывания (поворот/подъем).	Выполняет действие по открыванию крана с физической помощью.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		Отработка "рука в руке".			
4	Водичка, водичка... (Намыливание).	Знакомство с мылом (кусковое/жидкое). Игры с пеной. Обучение намыливанию рук круговыми движениями.	Трет ладонки друг о друга с помощью педагога.		
5	Моем руки: алгоритм.	Использование визуальной схемы мытья рук (карточки: рукава -> кран -> мыло -> смыть -> вытереть). Пошаговая отработка.	Выполняет 1-2 шага алгоритма по просьбе (с помощью).		
6	Моем лицо.	Имитация умывания. Упражнение "Чистая водичка" - проводим влажными ладонками по лицу. Вытирание полотенцем (снимаем с	Проводит руками по лицу. Пытается вытереться полотенцем.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		крючка, вешаем обратно).			
7	Полотенце пушистое.	Отработка навыка вытирания рук насухо (каждый пальчик). Узнавание своего полотенца (по картинке/цвету).	Тянется к своему полотенцу. Вытирает руки с помощью.		
8	Закрепление. Умываем куклу Катю.	Перенос действий на игрушку. Игровая ситуация: "Научим Катю умываться".	Показывает на кукле знакомые действия (по подражанию).		
II четверть (8 часов) - Одежда и обувь. Раздевание					
9	Знакомство с одеждой.	Рассматривание предметов	Узнает свои вещи (шапку, куртку).		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		одежды (шапка, куртка, штаны). Нахождение своих вещей. Игра "Оденем куклу".			
10	Я раздеваюсь. Шапка и шарф.	Учимся снимать шапку (стягивать за завязки/край). Учимся разматывать шарф.	Снимает шапку с помощью/самостоятельно (стягивает).		
11	Я раздеваюсь. Куртка.	Учимся расстегивать молнию (с фиксацией низа). Учимся стаскивать куртку с плеч (помощь педагога с рукавами).	Расстегивает молнию вверх-вниз (с помощью).		
12	Я раздеваюсь. Обувь.	Учимся снимать обувь (помогая другой ногой или руками). Учимся ставить обувь	Снимает обувь (ботинки на липучках/резинке) самостоятельно. Ставит на полку с помощью.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		на место (в шкафчик/на полку).			
13	Липучки и молнии. (Тренажер)	Упражнения на рамке-тренажере или на ненужной одежде: застегивание и расстегивание молний, липучек, крупных кнопок.	Целенаправленно действует пальцами, пытается соединить части застежки.		
14	Я одеваюсь. Обувь.	Отработка надевания обуви (носок ноги должен попасть в носок обуви). Помощь педагога.	Пытается надеть обувь, просунуть ногу.		
15	Я одеваюсь. Штаны.	Сидя на стуле, надевание штанов (поочередно ноги, затем натягивание).	Надевает штаны с помощью (держит за пояс, натягивает).		
16	Повторение. Собираем	Отработка последовательности одевания	Пытается соблюдать последовательность,		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
	ся на прогулку.	(визуальное расписание). Игровая ситуация.	ориентируясь на карточки.		
III четверть (10 часов) - Прием пищи. Культура еды					
17	Мы за столом. Посадка.	Правильная поза за столом (спина прямо, ноги под столом). Игра "Красивый стульчик".	Садится за стол, поправляет стул (с напоминанием).		
18	Знакомство с приборам и. Ложка.	Рассматривание ложки (большая, маленькая, чайная). Захват ложки (кулачковый или пальцевый, в зависимости от возможностей). Упражнения с	Удерживает ложку в руке (доступным способом).		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		фасолью/крупой.			
19	Кушаем суп (тренировка).	Зачерпывание "супа" (шариков/воды) из тарелки и поднесение ко рту. Использование салфетки.	Пытается зачерпывать пищу и доносить до рта (часть проливается).		
20	Знакомство с вилок.	Учимся накалывать мягкие кусочки (банан, вареный картофель) вилок.	Держит вилок, пытается воткнуть в кусочек (с помощью).		
21	Пьем из чашки.	Учимся пить, не проливая: двумя руками, одной рукой. Наклон чашки.	Пьет из чашки, удерживая её одной/двумя руками, контролируя проливание.		
22	Волшебная салфетка.	Учимся пользоваться салфеткой (достать из упаковки, промокнуть губы, положить использованн	Использует салфетку по напоминанию (жесту).		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
		ую на край тарелки).			
23	Что как едят? (Хлеб, суп).	Дифференциация: суп едим ложкой, хлеб берем рукой. Отработка на муляжах/в реальности.	Дифференцирует способ еды (видит разницу).		
24	Убираем за собой.	После еды: задвинуть стул, отнести тарелку и чашку на край стола/в мойку (с помощью).	Выполняет просьбу "Отнеси тарелку".		
25	В гостях у куклы (обед).	Комплексное игровое занятие: сервировка, кормление куклы, уборка.	Проигрывает знакомые действия с куклой (кормит, поит).		
26	Повторение. Правила поведения за столом.	Беседа с использованием картинок. Закрепление навыков.	Демонстрирует усвоенные навыки в знакомой обстановке.		
IV четверть (8					

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
<p>часов) - Туалет и опрятн ость. Итогов ое закреп ление</p>					
27	Я хочу в туалет.	<p>Отработка сигнала (подойти к педагогу, жест, карточка "Туалет"). Важность своевременного сообщения.</p>	<p>Использует доступный способ сообщить о потребности (жест/карточку/слово).</p>		
28	В туалете (гигиена).	<p>Последовательность: спустить штаны, сесть на унитаз, встать, надеть штаны. Отработка навыка пользования туалетной бумагой (сматывание, отрывание, промокание).</p>	<p>Выполняет последовательность действий с максимальной помощью/частично.</p>		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
29	Носик-курносик (Носовой платок).	Учимся пользоваться носовым платком/салфеткой: достать, высморкаться, выбросить в урну.	При напоминании использует платок.		
30	Я - чистюля. Обобщение по гигиене.	Комплексная ситуация: "Мы испачкались (рисовали красками)". Последовательность: найти грязь - > пойти умыться -> вытереться -> посмотреть в зеркало.	Проявляет инициативу к умыванию при виде грязи.		
31	Мои вещи. Складываем одежду.	Учимся складывать футболку, штаны (способом "вдвое", "втрое") с помощью педагога. Убираем в шкаф.	Повторяет складывающие движения, помогает педагогу.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Планируемые результаты (предметные)	Дата (план)	Дата (факт)
32	Мои вещи. Обувь.	Учимся ставить обувь ровно (пара носков вместе). Уход за обувью (протереть тряпочкой).	Ставит обувь на полку (с небольшой коррекцией).		
33	Диагностика. Я умею сам.	Выполнение знакомых действий по просьбе учителя в естественных условиях (раздевалка, умывальник, столовая) для отслеживания динамики.	Демонстрирует максимально возможную самостоятельность.		
34	Итоговое занятие. "Праздник чистоты и опрятности".	Игры с водой, мыльными пузырями. Поощрение за старания. Вручение (вручение медальки "Самый чистый/аккуратный").	Эмоционально положительно реагирует на праздничную ситуацию.		

Примечания к КТП по "Развитию деятельности по самообслуживанию":

1. **Связь с режимом:** Уроки носят практический характер. Большинство тем должны быть синхронизированы с режимными моментами

(после физкультуры – раздевание, перед обедом – мытье рук, на завтрак – отработка навыков еды). Час в неделю – это "теоретическая" и тренировочная часть, закрепляющая ежедневную работу.

2. **Безопасность:** Все действия с водой, горячей пищей проводятся под строгим контролем педагога.

3. **Адаптация:** Если ребенок не может захватить мелкую пуговицу, основное внимание уделяется молниям и липучкам. Нельзя требовать невозможного.