

Рабочая программа по учебному предмету «Самообслуживание»

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Самообслуживание» разработана на основе адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4), с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей обучающегося.

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

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.

На уроках 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:

- организация предметно-развивающей среды для обучения 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 использования моделей и символов, игровых аналогов реальных предметов, предметов-заместителей, картинок и пиктограмм в обучающих предметно-практических, бытовых, игровых упражнениях, в играх.

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, аккуратно сложенные учебные предметы, одежда и т. д.);
- способность привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Возможные планируемые результаты

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.
2. Овладеть способами ухода за лицом, руками, волосами с использованием соответствующих предметов и средств гигиены;
3. Уметь аккуратно содержать учебное место.
4. Знать название и использование посуды.
5. Проявлять аккуратность в еде, применять правила приема пищи.

Содержание учебного предмета

Гигиена тела. Различение вентилей с горячей и холодной водой. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук

(намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Нанесение, растирание крема на руки. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта.

Обращение с одеждой и обувью. Снятие предмета одежды (например, кофты, варежек, снятие сапог).

Прием пищи. Питие через соломинку, втягивание / вливание жидкости в рот, опускание кружки/стакана на стол. Еда руками.

В соответствии с учебным планом на изучение предмета «**Самообслуживание**» в 1 классе отведено 33 часа (1 час в неделю, 33 учебные недели).

Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Дата проведения
1	Формирование представлений о себе: какой я? Рассматривают иллюстрации, фотографий.	06.09
2	Знакомство с частями тела: туловище (живот, спина). Рассматривание картинки с частями туловища. И значения их.	13.09
3	Знакомство с частями тела: руки. Рассматривание рук, изучение частей и названий	20.09
4	Знакомство с частями тела: руки (правая и левая). Рассматривание рук, изучение частей и названий	27.09
5	Знакомство с частями тела: пальцы.	04.10
6	Знакомство с частями тела: пальцы, их назначение.	11.10
7	Предметы гигиены, их назначение, хранение. Узнавание предметов гигиены, умение их называть, объяснять для чего они нужны, как пользоваться.	18.10
8	Последовательность утренних и вечерних гигиенических процедур. Проговаривание алгоритма действий при мытье и вытирании рук	25.10

9	Посуда. Изучение посуды для приёма пищи и питья. Сообщение о желании пить. Питье через соломинку	08.11
10	Предметы для приёма пищи: ложка, тарелка, стакан.	15.11
11	Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи. Узнавание предметов для приема пищи, название предметов, для чего нужны, как пользоваться.	22.11
12	Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи.	29.11
13	Зубная паста. Сообщение алгоритма действий при чистке зубов и использовании зубной пасты.	06.12
14	Мыло. Соблюдение правил при использовании мыла.	13.12
15	Правильное использование полотенца. Проговаривание последовательность действий.	20.12
16	Правила использования расчески. Применение изученного навыка на практике. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.	27.12
17	Правильное использование носового (бумажного) платка. Алгоритм использования.	17.01
18	Гигиена тела: мытье рук. Правила мытья рук. Алгоритм использования.	24.01
19	Гигиена тела: умывание лица. Правила умывания лица.	31.01
20	Гигиена тела: уход за зубами. Правило ухода за зубами.	07.02
21	Одежда. Изучение видов одежды. Рассматривание одежды для лета, осени, зимы и весны.	14.02
22	Одежда. Определение одежды на каждое время года.	28.02
23	Различие лицевой и изнаночной стороны одежды.	07.03
24	Обобщающее понятие «Обувь». Сезонная обувь. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка).	14.03

25	Знакомство с обувью. Наблюдение и знакомство с сезонной обувью. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка).	21.03
26	Наблюдение и распознавание обуви по их функциональному использованию.	04.04
27	Закрепление в распознавании обуви по их функциональному использованию.	11.04
28	Знакомство с выбором обуви по погоде. Снятие обуви с помощью родителя.	18.04
29	Закрепление в выборе обуви по погоде. Снятие обуви с помощью родителя.	25.04
30	Повторение и закрепление с культурой поведения на празднике. Правила поведения на празднике. Умение здороваться. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него.	16.05
31	Знакомство с культурой поведения на празднике. Благодарить выступающих.	23.05
32	Культура поведения за столом.	30.05
33	Знакомство с культурой поведения в общественных местах. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.	