

РАССМОТРЕНО

на научно-методическом
совете
протокол № 1

от «24» 08 2018г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Акимкина Г.Ф.

ФИО



Программа

общекультурного направления внеурочной деятельности

«Я сам!»

для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), ТМНР
Государственного общеобразовательного казенного учреждения Иркутской
области "Специальной (коррекционной) школы
города Усть-Илимска"

Составил: учитель
Омолоева Татьяна Владимировна

Усть-Илимск, 2018г.

Пояснительная записка

Актуальность программы:

Значительное место в общей системе коррекционно-воспитательной работы с детьми занимает обучение их навыкам самообслуживания. Занятия самообслуживания являются средством активного познания окружающей действительности. Практическая деятельность, будучи весьма конкретной и простой по содержанию, является наиболее понятной и доступной воспитанникам. Разнообразие видов труда становится источником приобретения новых знаний и представлений.

Программа внеурочной деятельности «Я сам» для детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является средством формирования умений и навыков по самостоятельному обслуживанию своих потребностей. В процессе занятий по данному предмету у них вырабатываются практические умения и навыки, необходимые для их повседневной жизни.

Программа «Я сам» по внеурочной деятельности составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умеренной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе программно-методического материала «Обучение детей с выраженным нарушением интеллекта» под ред. Бгажноковой И.М..

Цели: формирование умений и навыков по самостоятельному обслуживанию своих потребностей у детей с ограниченными возможностями здоровья, имеющими умеренную и тяжелую степень умственной отсталости.

Задачи: формирование положительного отношения и интереса к бытовому труду, выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности, привитие навыков культуры поведения, воспитание уважения к труду взрослых, привитие детям навыков самостоятельности, искоренение тенденции к иждивенчеству в посильных для детей задачах по самообслуживанию.

Основная воспитательная задача по данному разделу работы – прививать детям навыки самостоятельности, изживать тенденцию к иждивенчеству в посильных для детей задачах по самообслуживанию. Большую работу в этом плане следует проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье.

Следует учитывать индивидуальные возможности детей и указанные в программе элементарные навыки, воспитываемые у них.

Организуя труд детей, обучая их навыкам самообслуживания, важно не подавить стремление к самостоятельности, важнейший фактор в формировании трудолюбия. Учителю необходимо способствовать развитию инициативы учащихся. В связи с этим решающее значение имеют игровые приемы, они позволяют учителю скрыть свою педагогическую позицию, активно воздействовать на учащихся. Положительная оценка учителя даже небольших успехов учащегося вызывает у ребенка удовлетворение, рождает уверенность в своих силах.

Эффективным приемом является привлечение положительного примера. Большое место занимают такие приемы, как рассматривание иллюстраций, чтение литературных произведений, использование песенок, потешек, пословиц, поговорок. Увлечь ребенка деятельностью по самообслуживанию можно, вызвав у него интерес к предмету.

Очень действенными приемами является показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, театра бибабо. Сюжет учитель придумывает сам.

Навыки самообслуживания у детей формируются в играх с куклами, в процессе выполнения разнообразных действий (раздевание, одевание, причесывание), в дидактических играх.

Учителю необходимо побуждать детей к взаимопомощи, используя пример тех, у кого уже воспитаны определенные навыки, учить внимательному, доброму отношению друг к другу.

Формированию у данной категории учащихся потребности участвовать в посильном для него труде способствует воспитанию у детей интереса к трудовой деятельности взрослых.

Программа рассчитана на 4 года на возрастную группу с 8 до 12 лет.

Продолжительность занятий 30 минут, 1 час в неделю, в год 34ч. Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения занятий на праздничные дни. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане.

Данный курс построен на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста

Возможные личностные результаты обучения:

- знание и умение называть части тела;
- различение и называние предметов санитарии и гигиены, предметов для приема пищи, предметы одежды;
- умение одеваться и обуваться с помощью воспитателя;
- совершать под присмотром учителя туалет;
- знание места хранения предметов туалета;
- умение правильно вести себя за столом.

МОНИТОРИНГ ОВЛАДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ СОЦИАЛЬНЫМИ (ЖИЗНЕННЫМИ) КОМПЕТЕНЦИЯМ.

Таблица овладения обучающимся социальными (жизненными) компетенциями

ФИО обучающегося	Результаты анализа личностных результатов обучающегося			
	0 баллов – нет продвижения	1 балл – минимальное продвижение	2 балла – среднее продвижение	3 балла - значительное продвижение

Мониторинг личностных результатов.

Сформированность личностных результатов Вид деятельности	Начало года				Конец года			
	Степень сформированности				Степень сформированности			
	0	1	2	3	0	1	2	3
Знание и умение называть части тела								

Различение и называние предметов санитарии и гигиены, предметов для приема пищи, предметы одежды								
Умение одеваться и обуваться с помощью воспитателя								
Совершать под присмотром учителя туалет								
Знание места хранения предметов туалета								
Умение правильно вести себя за столом								

Условные обозначения:

0 баллов - нет продвижения

1балл - минимальное продвижение

2 балла – среднее продвижение

3 балла – значительное продвижение

В случае выявления отсутствия динамики или отрицательных показателей, согласовывается корректировка содержания индивидуальной программы развития ребенка и проводится углубленная диагностика с целью выявления особенностей состояния и возможных причин низкой эффективности проведенной коррекционной работы. Уровень развития и формирования жизненных компетенций отражается в описательной характеристике по освоению СИПР на конец учебного года.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Навыки, связанные с гигиеной тела.

Научить детей показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы. Уметь пользоваться носовым платком. Уметь причесываться и следить за аккуратностью волос. Закрепление умения показывать и называть части тела. Уметь показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец). Прививать детям основные гигиенические правила в отношении зубов и полости рта. Навыки и правила утренней зарядки. Уметь следить за чистотой рук; мыть руки без напоминания после пользования уборной и всякого загрязнения. Уметь чистить зубы, полоскать рот.

Уметь самостоятельно, без помощи взрослого выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета (умывание, причесывание, чистка зубов).

Навыки одевания и раздевания.

Закрепление ранее приобретенных навыков. Уметь следить за своим внешним видом: заправлять рубашку в штаны, застегивать рубашку и штаны на все пуговицы, натягивать колготки, расправлять складки воротничка. Знать, в каком порядке надевать разные части одежды. Учить различать лицевую сторону от изнанки, застегивать и расстегивать пуговицы, различать обувь для правой и левой ноги. Уметь шнуровать ботинки. Аккуратно, без напоминания взрослого складывать и убирать, снятые с себя предметы одежды.

Навыки, связанные с приемом пищи.

Закрепление ранее приобретенных навыков. Введение дежурств. Помощь в сервировке стола, его уборка после еды. Уметь различать и называть основные продукты питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар и т.д.). Без напоминания мыть руки перед едой.

Навыки, связанные с уходом за одеждой, обувью, постелью.

Вытирать ноги, входя в помещение со двора, стряхивать снег с одежды. Уметь следить за чистотой своей одежды и обуви, чистить загрязнившиеся вещи щеткой. Уметь различать, все ли пуговицы на месте. Уметь выстирать мелкие вещи: воротники, платки, носки и т.д.

Навыки поведения и самообслуживания.

Уметь содержать в чистоте и опрятном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности. Участвовать в линейке. Уметь накрывать на стол, прибирать посуду после еды, вытереть клеенку, накрывать стол скатертью. Без напоминания прибирать за собой после еды, занятий. Помогать младшим детям при совершении туалета.

Принимать участие в дежурствах по уборке класса, столовой.

Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды воспитанников.

Учебно-тематическое планирование

1 год обучения

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов	Дата
1-2	«Кукла умывается»	Подворачивать рукава одежды перед умыванием с помощью взрослого	2	
3-4	«Самый красивый стол»,	Учить правильно сидеть за столом – не ставить локти на стол, ноги под прямым углом	2	
5-6	«Подарки Мойдодыра»	Знакомство с предметами личной гигиены	2	
7-8	«Уложим куклу Таню спать»	Снимать одежду и вешать на стул	2	
9-10	«Пропало платье»		2	
11-12	«Научим обезьянку Читю мыть руки»	Учить подставлять руки под струю, делать круговые движения ладонками	2	
13-14	«Мои любимые ложки»	Учить держать хлеб в левой, а ложку в правой руке.	2	
15-16	«Спрячь в домики»	Учить детей помогать в уборке игрушек	2	
17-18	«Поможем куклам одеться»	Учить детей самостоятельно одеваться	2	
19-20	«Грязные руки»	Самостоятельно брать мыло, смочив его, намыливать руки	2	
21-22	«Накорми мишку мёдом»	Учить есть с широкого края ложки	2	
23-24	«Помоги друг другу»	С помощью воспитателя ставить стулья к столам	2	
25-26	«Каждой вещи своё место»	Учить детей складывать одежду после прогулки, физкультуры	2	
27-28	«Помогаем куклам Ане и Кате раздеться после прогулки»		2	
29-30	«Помогаем Мишутке мыть лапы»	Отжимать воду с рук (кулачки), не капать на пол	2	
31-33	Закрепление раннее приобретенных навыков		3	

2 год обучения				
№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов	Дата
1-2	«Одень куклу»	Учить одеваться в определённой последовательности, начиная с ног, а раздеваться сверху	2	
3-4	«На прогулку»		2	
5-6	«Исправь ошибку»		2	
7-8	«Парикмахерская»,	Учить детей пользоваться расчёской с помощью, пользоваться зеркалом, носовым платком	2	
9-10	«Мы моем свои расчёски»		2	
11-12	«Найди домик своей расчёски, платочка»		2	
13-14	«Укрась платочек»		2	
15-16	«Умоем Петрушку»	Учить детей самостоятельно пользоваться развёрнутым полотенцем в процессе умывания	2	
			2	
17-18	«Поможем Зайке вытирать лапы полотенцем»			
19-20	«Шнуровки – сапожки»	Учить детей застёгивать и расстёгивать пуговицы на одежде с помощью взрослого, расстёгивать и застёгивать обувь на «липучках»	2	
21-22	«Липучки»		2	
23-24	«Застёжки»		2	
25-26	«Чистюли»	Учить детей пользоваться салфеткой во время еды и после приёма пищи	2	
27-28	«Потерялись игрушки»	Самостоятельно убирать игрушки после игры в классе и на участке	2	
29-30	«Умелый и Неумелый рядом»	Учить помогать друг другу в одевании и раздевании	2	
31	«Катя пришла в гости»		1	
32-33	«Как правильно сидеть за столом»	Учить детей сидеть близко к столу, наклоняя голову над тарелкой	2	

3 год обучения				
№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов	Дата
1-2	«Королевство зубной щётки»,	Продолжать учить детей самостоятельно умываться - желание быть чистым	2	
3	«Водичка-водичка»		1	
4-5	«В гостях у Чистюльки»		2	
6-8	«О чём говорят вещи»	Учить замечать беспорядок в одежде (расстегнулась пуговица), с помощью взрослого устранять	3	
9-10	«Деревянные башмачки»	Учить детей завязывать шнурки на ботинках	2	
11-12	«Волшебные верёвочки»		2	
13-14	«Непослушные шнурки»		2	
15-18	«Зачем нам нужна вода»	Формирование представлений о воде как важном средстве поддержания чистоты тела и жилища	4	
19-22	«Мы дежури́м»	Воспитывать у детей большую самостоятельность, организованность	4	
23-26	Что такое хорошо, а что такое плохо»	Учить детей вежливо выражать свою просьбу, пользоваться словами «спасибо», «пожалуйста», «извините»	4	
27-30	«Волшебные слова»		4	
31-33	«Общество чистых тарелок»	Совершенствовать навыки культурной еды	3	
4 год обучения				
№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов	Дата
1-2	Части тела	Научить детей показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы	2	
3-4	Правая и левая (рука, нога, глаз, ухо и т.д.)		2	

5	«Пальчики»	Уметь показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец)	1	
6	«Сказка про башмачок» (часть 1)	Различать обувь для правой и левой ноги. Уметь шнуровать ботинки.	1	
7	«Сказка про башмачок» (часть 2)		1	
8	«Волшебный платочек»	Уметь причесываться и следить за аккуратностью волос.	1	
9	«Зеркало и расческа»		1	
10	«Гигиена школьника»	Уметь самостоятельно, без помощи взрослого выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета (умывание, причесывание, чистка зубов).	1	
11	«Здоровье»		1	
12	«Чистота – залог здоровья»		1	
13	«Вредные микробы»		1	
14	«Уход за зубами»		1	
15	«Уход за волосами»		1	
16	«Уход за ногтями»		1	
17	«Я – дежурный по классу»	Принимать участие в дежурствах по уборке класса, столовой.	1	
18	«Я – дежурный по столовой»		1	
19	«Питание»	Уметь различать и называть основные продукты питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар и т.д.). Без напоминания мыть руки перед едой.	1	
20-22	«Вредно – полезно»		3	
23-24	«Моя одежда»	Знать, в каком порядке надевать разные части одежды. Учить различать лицевую сторону от изнанки	3	
25-27	«Содержи свои вещи в порядке»	Аккуратно, без напоминания взрослого складывать и убирать, снятые с себя предметы одежды.	3	
28	«Я – дежурный по классу» (повторение ранее пройденного материала)	Принимать участие в дежурствах по уборке класса, столовой.	1	
29	«Я – дежурный по столовой» (повторение ранее пройденного)	Принимать участие в дежурствах по уборке	1	

	материала)	класса, столовой.		
30	«Сервировка стола»	Помощь в сервировке стола, его уборка после еды.	1	
31	Закрепление раннее приобретенных навыков		1	
32	Закрепление раннее приобретенных навыков		1	

Список литературы.

1. Выготский Л.С. Проблемы дефектологии. – М., 1995.
2. Екжанова Е. А., Стребелева Е. А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание. – М.: Просвещение, 2003.
3. Обучение учащихся 1 – 4 классов вспомогательной школы. Пособие для учителей. Под ред. В. Г. Петровой. – М., «Просвещение», 1976.
4. Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями . –М., 1996.
5. Маллер А.Р., Цикото Г.В. Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с глубокими нарушениями интеллекта. – М., 1988.
6. Новая модель обучения в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. Новые учеб. программы и методические материалы. - Книга 1, книга 2. Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
7. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. – М., 1983.
8. М.А.Тарасов. Коррекция социального и речевого развития детей 3-7 лет. М., Сфера, 2005г.
9. Л.М.Шипицына. Уроки общения для детей с нарушениями интеллекта. С-Пб., Просвещение, 2006г.
10. К.П.Нефедова. Посуда и столовые принадлежности. Какие они? М., Гном и Д., 2008г.
11. Т.М.Карпенко. Сборник загадок. М., Просвещение, 1988г.
12. Обучение детей с выраженным нарушением интеллекта. Программно-методический материал./ Под ред. Бгажноковой И.М. М.: Владос, 2007г.
13. Л.А.Обухова, Н.А.Лемяскина. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья. М., Вако, 2004г.
14. А.В.Ястребова, О.И.Лазаренко. Досуг и занятия в группе продленного дня, Начальная школа. Практическое пособие.- М.: Айрис-пресс, 2004.
15. В.Касаткина. Родная природа. Н.Н., Деком, 1998г.
16. Н.В.Новоторцева. Рабочая тетрадь по развитию речи. Я., Академия, 2001г.
17. Т.А.Девяткова, Л.Л.Кочетова, А.Г.Петрикова. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. М., Владос, 2003г.
18. Н.Л.Шестернина. Тематический словарь в картинках «Гигиена и здоровье». М: «Школьная Пресса», 2010г.
19. С.А.Васильева, В.И.Мирясова. Тематически словарь в картинках «Посуда. Продукты питания». М: «Школьная Пресса», 2009г.
20. С.А.Васильева, В.И.Мирясова. Тематически словарь в картинках «Город, улица, дом. Квартира, мебель». М: «Школьная Пресса», 2010г.