

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
«Центр социальной помощи семье и детям «Канский»

Рассмотрено

на методическом совете
КГБУ СО Центр семьи «Канский»
Протокол № __ от _____ 2021 г.

Утверждаю:

И.о. директора КГБУ СО Центра семьи
«Канский»

_____ Е.В. Спрягина
« ____ » _____ 20__ г.

ПРОГРАММА
по самообслуживанию
«Я могу»

Канск

Пояснительная записка

Значительное место в общей системе коррекционно-воспитательной работы с детьми занимает обучение их навыкам самообслуживания. Программа по самообслуживанию «Я могу» для детей с нарушением интеллекта 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.

Занятия являются средством активного познания окружающей действительности. Практическая деятельность, будучи весьма конкретной и простой по содержанию, является наиболее понятной и доступной несовершеннолетним. Разнообразие видов труда становится источником приобретения новых знаний и представлений.

Цель: формирование навыков самообслуживания, соблюдения гигиены, морально-этических норм и правил поведения в окружающей среде через практическую подготовку ребенка к самостоятельной жизни.

Воспитательные задачи, которые решаются в ходе проведения этих занятий - это формирование у детей 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, формирование речи обучающихся, расширение словарного запаса слов.

Программа «Я могу», в соответствии с выявленными затруднениями несовершеннолетних, направлена на ликвидацию имеющихся или предупреждению возможных пробелов в знаниях. Временной режим работы с ребенком определяется в зависимости от результатов коррекционной работы.

Личностные, предметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- воспитывать привычку убирать вещи на место после занятий, включать детей в посильный труд;
- положительно относиться к занятиям;
- понимать необходимость занятий по гигиене и самообслуживанию;
- с заинтересованностью воспринимать предложенный материал;
- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.;

- придерживаться основных правил и норм природоохранного и здоровьесберегающего поведения.

Предметные результаты:

- умение следить за своим внешним видом; устранять неполадки в одежде; снимать и надевать одежду в определённом порядке; аккуратно складывать вещи;

- правильно, в нужной последовательности мыть лицо и руки, пользуясь мылом; перед мытьем рук и умыванием подворачивать рукава рубашки или платья, не обливаться водой при умывании, правильно и досуха вытираться; пользоваться индивидуальной расчёской, носовым платком;

- своевременно и аккуратно совершать свой туалет, пользоваться туалетной бумагой, мыть руки после посещения туалета;

- овладение названиями частей тела: (голова, глаза, волосы, туловище, ноги, руки);

- овладение названиями предметов одежды и обуви;

- знание название столовых приборов, уметь ими пользоваться;

- правильно вести себя в общественных местах.

Целевая группа: дети с ограниченными возможностями, дети-инвалиды в возрасте от 3-7 лет (1 группа детей), 8-14 лет (2 группа детей), имеющие отклонения в физическом и (или) психологическом развитии (умеренной умственной отсталостью), нуждающихся в создании специальных условий обучения и воспитания.

Сроки реализации программы: бессрочная, в зависимости от уровня усвоения ребенком материала.

Продолжительность мероприятий и занятий: 30-60 минут.

Программно-методическое обеспечение

Данная программа предлагает использование следующих методов работы: наглядных, словесных, практических.

1) наглядные - показ иллюстраций, тематических таблиц, карточек, предметов личной гигиены, разнообразный раздаточный материал.

Наглядные методы способствуют более полному и глубокому усвоению теоретического материала, развитию внимания, памяти, восприятия.

2) словесные - рассказ, устное объяснение, беседы - диалоги.

Использование словесных методов позволяет не только сообщать новую информацию, но и создавать эмоциональный настрой, повышать активность несовершеннолетних на занятии, развивать их речь.

3) практические - практические игры и упражнения, ситуационные практикумы, изобразительная деятельность, подвижные игры.

Практические игры являются основным видом деятельности несовершеннолетних. Игры и упражнения, предложенные в программе, учитывают уровень умственного и физического развития детей, а также соответствуют цели и задачам программы.

В пределах одного занятия виды деятельности могут чередоваться, что способствует удержанию внимания несовершеннолетних и позволит избежать их переутомления.

Материально – техническое обеспечение:

- ноутбук;
- наглядный материал (тематические таблицы, схемы, карточки);
- альбомы;
- цветная бумага;
- карандаши;
- клей;
- салфетки;
- мыло, шампунь, зубная щетка, зубная паста, расческа, носовые платки;
- комплект игрушечной столовой посуды;
- куклы;
- мягкий спортивный модуль;
- оборудование для сенсорной комнаты;
- оборудование для развития психологических качеств;
- дидактические игры, карточки;
- комплекты одежды;
- канцелярские принадлежности.

Календарно – тематическое планирование

1 группа детей 3-7 лет

Раздел 1 «Личная гигиена»

Тема занятий	Практическая деятельность
Части тела.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Предметы гигиены.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Мытьё, вытирание рук.	Беседа, игровые задания на заданную тему. Практические работы, самостоятельная работа.
Уход за зубами.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Причесывание, уход за волосами.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Закрепление пройденного материала.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.

Раздел 2. «Одежда, обувь»

Тема занятий	Практическая деятельность
Виды одежды.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Одевание и раздевание одежды.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Застегивание и расстёгивание одежды.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Складывание личных вещей.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Обувь и её назначение.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Определение правой и левой ноги.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Различение обуви для правой и левой ноги.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Одевание и снятие обуви.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.

Раздел 3. «Питание»

Тема занятий	Практическая деятельность
Виды продуктов питания.	Беседа, дидактическая игра.
Столовая посуда,	Беседа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций

приборы, назначение.	Уборка рабочего места.
Прием пищи. Умение держатъ ложку, вилку, кружку.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа. Уборка рабочего места.
Прием пищи.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа. Уборка рабочего места.

**Календарно – тематическое планирование
2 группа детей 8-14 лет**

Раздел 1. «Одежда, обувь»

Тема занятий	Практическая деятельность
Виды одежды.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Одевание и раздевание одежды.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Застегивание и расстёгивание одежды.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Складывание личных вещей.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.
Повседневный уход за одеждой.	Беседа, дидактическая игра, упражнения, практическая деятельность (глажка, пришивание пуговиц и т.д).
Обувь и её назначение.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Определение правой и левой ноги.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Различение обуви для правой и левой ноги.	Беседа, дидактическая игра, упражнения.
Одевание и снятие обуви.	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы, самостоятельная работа.

Раздел 2. «Питание»

Тема занятий	Практическая деятельность
Значение продуктов питания для здоровья человека.	Беседа, просмотр картинок, показ натуральных продуктов, просмотр видеофильма.
Кухонная посуда, приборы, назначение.	Беседа, практическая работа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций.
Столовая посуда, приборы, назначение.	Беседа, практическая работа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций.
«Кто готовит пищу».	Беседа, практическая работа, экскурсия, сюжетно-ролевая игра.
Санитарно – гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи.	Беседа, практическая работа, упражнения, игровые задания.
Технология приготовления	Виды, необходимые продукты. Мастер класс по приготовлению бутерброда.

простых блюд.	
Технология приготовления простых блюд.	Салаты: овощные, рыбные, мясные, технология приготовления.
Технология приготовления простых блюд (Первые блюда).	Разновидности блюд: суп, борщ, щи, уха, технология приготовления.
Технология приготовления простых блюд (Вторые блюда).	Классификация блюд: блюда из мяса, птицы, рыбы, гарниры, технология приготовления.
Технология приготовления простых блюд (Напитки).	Горячие напитки: чай, холодные напитки: соки, лимонад и т.д.

Кадровое обеспечение программы:

Специалисты КГБУ СО Центр семьи «Канский»: заведующий отделением, специалист по социальной работе, педагог-психолог, воспитатель, младший воспитатель.

Показатели для оценки хода реализации программы:

- Доля детей от общего числа задействованных в программе, у которых наблюдается положительная динамика.
- Уровень доступности занятий для целевой аудитории.
- Уровень вовлеченности детей в мероприятиях в рамках программы.
- Количество детей, с которыми осуществляется работа по реализации программы.
- Количество занятий проведенных в рамках реализации программы.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Формирование умений ориентироваться в окружающем социуме на бытовом уровне, обслуживать себя с минимальной посторонней помощью.
2. Формирование знаний, умений и навыков бытового труда.
3. Отработка навыков самообслуживания и личной гигиены для достижения возможной степени независимости.
5. Привитие навыков здорового образа жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аксенова А.К., Бугаева Т.И. и др., научный руководитель И.М. Бажнокова. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений: 0-4 классы. – 2-е изд. – СПб.: филиал изд-ва «Просвещение», г. Санкт-Петербург, 2020. – 223 с.
2. Бурмистрова Е.В. Семья с «особым ребенком»: психологическая и социальная помощь// Вестник практической психологии образования. 20018. №4 (17).
3. Выготский Л.С. Основы дефектологии. – СПб.: Лань, 2016. – 654 с.
4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида: Методическое пособие.-2-е изд.-М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2018.
5. Глухов В.П. Основы коррекционной педагогики и специальной психологии; Учеб.-метод. пособие для вузов. – М.: МГГУ им. М.А. Шолохова, 2019. -311 с.
6. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Практическое пособие. Изд.3-е испр. и доп.- М.: АРКТИ, 2017.
7. Приходько О.Г. и др. Деятельность педагога, учителя-предметника, классного руководителя при включении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов в образовательное пространство: метод. материалы / О.Г. Приходько и др . – М.: ГБОУ ВПО МГПУ, 2016.