

УТВЕРЖДЕНО:
И.О. директоре МКОУ
«Травянский СОЦ»
Г.А. Дементьева
Приказ № 01-15/172
от «31» августа 2026 г.

село Травянское
2026

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету самообслуживание разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП) общего образования обучающихся с НОДА и тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4) и реализуется на базе ГБОУ СО «Туринской школы – интернат».

Нормативными и правовыми **основаниями** разработки основной образовательной программы являются:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 465 «Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимого при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению, а также норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания».
5. Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области».
9. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 13.08.2021 № 805-Д «Об утверждении Порядка получения общего образования лицами с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в

том числе достигшими возраста 18 лет, в общеобразовательных организациях, расположенных на территории Свердловской области».

10. Постановление Правительства Свердловской области от 23.04.2015 № 270-ПП «Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации, и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинских организациях, находящихся на территории Свердловской области»;

11. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Туринская школа – интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 10.01.2020 №20-Д.

12. Локальные акты образовательного учреждения.

Цель изучения учебного предмета

Цель:

– достижение максимально возможных положительных результатов самообслуживания себя, для обеспечения бытовой независимости.

Задачи изучения учебного предмета

- дать учащимся необходимые знания, сформировать практические умения обслуживать себя при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах;
- формировать мотивацию к самообслуживанию, формировать умение слушать учителя и выполнять его требования;
- формировать умения принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах;
- формировать умения сообщать о своих потребностях;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- воспитывать самостоятельность, положительное отношение к самостоятельности;
- способствовать общему развитию данной категории детей;
- способствовать реабилитации, коррекции и адаптации учащихся в современное общество.

Общая характеристика учебного предмета.

Учебный предмет «Самообслуживание» направлен на организацию простой и доступной практической деятельности обучающихся, способствующую общему развитию обучающихся с НОДА и ТМНР, формируют умения решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей. Эти занятия являются средством активного познания окружающей действительности.

Место предмета в учебном плане.

Учебный предмет "Самообслуживание" входит в предметную область "Человек", относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с НОДА (вариант 6.4.)

Место учебного предмета "Самообслуживание" в учебном плане для первого этапа обучения в соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с НОДА с ТМНР представлена в следующей таблице:

Класс	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Количество часов в год
6 класс	34 учебные недели	0.5 часа	17

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

В процессе обучения обучающимися ТМНР введена безоценочная форма аттестации. Текущая аттестация проводится в форме беседы, опроса, индивидуальных заданий, наблюдений за работой на уроке.

Формы промежуточной аттестации: мониторинг освоения СИПР.

Планируемые результаты

В структуре планируемых результатов введуще место принадлежит личностным и предметным результатам.

Личностные результаты по программе

Физические характеристики и персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша);
- проявляет уважение к людям старшего возраста.

«Уверенность в себе»

- осознает, что может, а что ему пока не удается;

«Чувства, желания, взгляды»

- понимает эмоциональные состояния других людей;
- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- проявляет собственные чувства;

«Социальные навыки»

- умеет устанавливать и поддерживать контакты;
- умеет кооперироваться и сотрудничать;
- избегает конфликтных ситуаций;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- использует элементарные формы речевого этикета;
- принимает добродетельные шутки в свой адрес;
- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно-личностный блок

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне)

- стремится помогать окружающим

Биологический уровень

- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)

- сообщает о изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- семейно-бытовых;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

Ответственность за собственное здоровье, безопасность жизнь

- осознает, что определенные его действия несут опасность для него;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Экологическая ответственность

- не мусорит на улице;

- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает, наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведения искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;

- принимать и оказывать помощь.

Планируемые предметные результаты.

- Умение решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.
- Умение обслуживать себя или принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах.
- Умение общаться со своими потребностями.
- Умение следить за своим внешним видом.
- Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- Поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
- Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и др.), чередовать их с занятиями.

Планируемые результаты базовых учебных действий

Группа БУД	Учебные действия и умения
Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к	- входить и выходить из учебного помещения со звонком;

эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся	- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.); - принимать цели и произвольно включаться в деятельность; - передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.
Формирование учебного поведения	- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание): - умение выполнять инструкции педагога: - использование по назначению учебных материалов: - умение выполнять действия по образцу и по подражанию
Формирование умения выполнять задание	1) в течение определенного периода времени: - способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин. 2) от начала до конца: - при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца. 3) с заданными качественными параметрами: - ориентируется в качественных параметрах задания
Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога; - выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

Содержание программы предмета 5-6 класс

Самообслуживание: раздеваться и одеваться, расстегивать и застегивать пуговицы, расшнуровывать и зашнуровывать ботинки, застёгивать молнии, следить за своим внешним видом, быть подтянутым и аккуратным, устранять не порядок в

одежде, аккуратно складывать или вешать свои вещи, соблюдать порядок в своём шкафчике. Знать и различать виды одежды, обуви, головных уборов, элементарные правила ухода за одеждой, обувью. Должны иметь представления о том для чего нужно содержать в чистоте и порядке одежду и обувь. Своевременно пользоваться туалетом. Пользоваться носовым платком, складывать его. Чистить зубы самостоятельно с нанесением зубной пасты на щетку. Поведение за столом, в спальне.

Календарно-тематическое планирование

6 класс

№	Тема урока	Количество часов	Дата
1.	(Летняя, зимняя, осенняя одежда).	1	
2.	Подбираем одежду в зависимости от погоды.	1	
3	Правильно ставить обувь в отведенное место.	1	
4	Пользоваться щеткой для одежды.	1	
5	«Обувь взрослая–обувь детская»	1	
6	Раздевание и одевание одежды по пиктограммам.	1	
7	Чистим загрязнения на одежде.	1	
8	Вставляем нижний край молнии в замок.	1	
9	Застегивание пуговиц	1	
10	Одеваем носки	1	
11	Выбираем соответствующую одежду, по сезону и случаю.	1	
12	Намыливание мочалки :использование мочалки при мытье.	1	
13	Вытирание банным полотенцем.	1	
14	Смывание унитаза Мытье рук после туалета.	1	
15	Заправляю свою постель(стряхиваю и разглаживаю простынь, расправляю одеяло)	1	
16	Правила поведения за столом; эстетика приема пищи.	1	
17	Итоги. Наблюдение	1	

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности по предмету

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса, реализуемого на основе рабочей программы по самообслуживанию обучающихся с НОДА и тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4), представлено следующими объектами и средствами:

1. Учебно-методическое обеспечение:

Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью/ Л. Б. Баряева, Д. И. Бойков, В. И. Липакова и др.; Под. ред. Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. — СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011. — 480 с

2. Технические средства:

- персональный компьютер(ноутбук);
- мультимедийный проектор.

3. Учебно-практическое оборудование:

- плакаты, предметные и сюжетные картинки по темам «Гигиена», «Части тела», «Одежда», «Обувь», «Посуда», «Правила поведения за столом»;
- обучающее видео
- Разрезные картинки-пазлы «Игрушки».
- Таблица «Человек» (части тела, органы).
- Шнуровальный планшет и ботинок.
- Зеркало.
- Зубные щетки.
- Иголки, нитки, пуговицы, ножницы.
- Предметы по уходу за внешностью: расческа, щетка, заколки.
- Салфетки, полотенца, туалетная бумага, мыло.
-