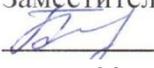


муниципальное общеобразовательное учреждение
«Воскресенская школа»

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора
 Е.В. Борисова
«30_» 08. 2018г.

Утверждено
приказом директора
МОУ «Воскресенская школа»
№ 145 от 30.08.2018г.
протокол педсовета № 1 от 30.08.2018г.

Рабочая программа по учебному предмету
«Самообслуживание»
для 1-4 классов

Разработчик программы:
Комарова Татьяна Алексеевна

с. Воскресенское
2018г.

Содержание.

1. Планируемые результаты освоения учебного предметас.3 - 6
2. Содержание учебного предметас.7 - 10
3. Тематическое планирование.....с.10

Программа разработана на основании:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
2. Письма Минобрнауки России от 28.10.2015 № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»
3. Федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях на 2018-2019 учебный год
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с глубокой умственной отсталостью.
5. Положения о рабочей программе педагога.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

1 класс

Обучающиеся должны знать:

- части тела,
- предметы санитарии,
- предметы одежды и обуви,
- посуду,
- культуру поведения.

Обучающиеся должны уметь:

- различать и называть части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени);
- различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, гребешок (расческа), зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;
- мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.
- совершать под присмотром и с помощью воспитателя утренний и вечерний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться;
- правильно хранить предметы туалета: мыльницу, зубную щетку, пасту или порошок, расческу, полотенце;
- различать и называть предметы одежды, обуви;
- одеваться и обуваться под присмотром взрослого;
- складывать снятую одежду и обувь;
- различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка и т.д.);
- мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол.
- понимать, что нельзя есть зеленые, а также невымытые ягоды, овощи и фрукты;
- садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению воспитателя или учителя;
- задвигать за собою стул;
- вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него;
- ходить попарно и знать свое место на прогулке;
- участвовать в физкультзарядке;
- не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.

2 класс

Обучающиеся должны знать:

- части тела,
- предметы санитарии,
- предметы одежды и обуви,
- посуду,
- культуру поведения.

Обучающиеся должны уметь:

- показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы;
- мыть ноги;
- пользоваться носовым платком;
- причесываться и следить за аккуратностью волос;
- следить за своим внешним видом: заправлять рубашку в штаны, застегивать рубашку и штаны на все пуговицы, натягивать колготки, расправлять складки воротничка;
- различать лицевую сторону от изнанки;
- застегивать и расстегивать пуговицы;

- различать обувь для правой и левой ноги, шнуровать ботинки;
- помогать старшим в сервировке стола, его уборка после еды;
- различать и называть основные продукты питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар и т.д.);
- заправлять постель под присмотром воспитателя, вечером приготовить ее на ночь;
- вытирать ноги, входя в помещение со двора, стряхивать снег с одежды;
- содержать в чистоте и опрятном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности.

3 класс

Обучающиеся должны знать:

- части тела,
- предметы санитарии,
- гигиену зубов, полости рта,
- предметы одежды и обуви,
- посуду,
- культуру поведения.

Обучающиеся должны уметь:

- показывать и называть части тела;
- показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец);
- ухаживать за зубами и полостью рта;
- обмывать тело до пояса;
- следить за чистотой рук и ног; мыть руки без напоминания после пользования уборной и всякого загрязнения;
- выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета (умывание, причесывание, чистка зубов);
- складывать и убирать, снятые с себя предметы одежды;
- мыть руки перед едой;
- мыть посуду под присмотром старших;
- следить за чистотой своей одежды и обуви, чистить загрязнившиеся вещи щеткой;
- различать, все ли пуговицы на месте;
- стирать мелкие вещи: воротники, платки, носки и т.д.
- накрывать на стол, прибирать посуду после еды, вытереть клеенку, накрывать стол скатертью;
- заправить постель, встряхнуть простыню, разостлать одеяло, покрывало, взбить подушку;
- прибирать за собой после еды, занятий;
- принимать участие в дежурствах по уборке класса, спальни, столовой; мыть чайную посуду, вытирать пыль с мебели, поливать цветы.

4 класс

Обучающиеся должны знать:

- части тела,
- предметы санитарии,
- гигиену зубов, полости рта,
- предметы одежды и обуви,
- посуду,
- культуру поведения.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета;
- различать основные предметы санитарии и гигиены;
- различать предметы обуви и одежды;

- одеваться и обуваться самостоятельно;
- ухаживать за одеждой и обувью;
- различать мебель, ее назначение и уход за мебелью;
- выполнять практические работы по уходу за жилищем;
- различать предметы для уборки жилища;
- различать предметы для приема пищи;
- соблюдать технику безопасности при приготовлении пищи;
- уметь пользоваться столовыми приборами;
- уметь сервировать стол в школьной столовой.

2. Содержание учебного предмета.

1 класс

(1 час в неделю)

Темы	Содержание тем
Личная гигиена.	<p>Различение и называние частей тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени).</p> <p>Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, гребешок (расческа), зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;</p> <p>Гигиена тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.</p> <p>Беседа о чистоте, как залого здоровья.</p> <p>Утренний и вечерний туалет, мытье мылом рук, лица, насухо вытираться.</p> <p>Хранение предметов туалета: мыльница, зубная щетка, паста или порошок, расческа, полотенце.</p>
Навыки одевания и раздевания.	<p>Закрепить приобретенное в дошкольном возрасте умение различать и называть предметы одежды и обуви: носки, рубашки, платье, пальто и т.д.</p> <p>Закреплять навыки одевания и обувания под присмотром взрослого.</p> <p>Знать как складывать и куда класть или вешать снятую одежду.</p>
Навыки приема пищи.	<p>Уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка и т.д.).</p> <p>Закрепить навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол. Знать, что нельзя есть зеленые, а также невымытые ягоды, овощи и фрукты.</p>
Навыки культурного поведения.	<p>Садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению воспитателя или учителя. Выйдя из-за стола, задвигать за собою стул. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Уметь ходить попарно и знать свое место на прогулке. Участвовать в физкультурзарядке. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.</p>

2 класс

(1 час в неделю)

Темы	Содержание тем
Личная гигиена.	Показ и называние правой и левой руки, правой и левой ноги,

	<p>частей тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы. Закрепление ранее приобретенных навыков, уметь мыть ноги.</p> <p>Умение пользоваться носовым платком.</p> <p>Умение причесываться и следить за аккуратностью волос.</p>
Навыки одевания и раздевания.	<p>Закрепление ранее приобретенных навыков.</p> <p>Внешний вид: заправлять рубашку в штаны, застегивать рубашку и штаны на все пуговицы, натягивать колготки, расправлять складки воротничка.</p> <p>Порядок при надевании разных частей одежды.</p> <p>Различение лицевой стороны от изнанки.</p> <p>Застегивание и расстегивание пуговиц.</p> <p>Различение обуви для правой и левой ноги.</p> <p>Шнурование ботинок.</p>
Навыки приема пищи.	<p>Закрепление ранее приобретенных навыков. Введение дежурств.</p> <p>Помощь старшим в сервировке стола, его уборка после еды.</p> <p>Различение и называние основных продуктов питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар и т.д.).</p>
Уход за одеждой, обувью, постелью.	<p>Заправка постели под присмотром, вечером приготовить ее на ночь.</p> <p>Вытирание ног, входя в помещение со двора, стряхивание снега с одежды.</p>
Навыки поведения и самообслуживания.	<p>Содержание в чистоте и опрятном порядке своих вещей, рабочее место (парту), школьные принадлежности.</p> <p>Участие в линейке.</p>

3 класс
(1 час в неделю)

Темы	Содержание тем
Личная гигиена.	<p>Закрепление умения показывать и называть части тела. Умение показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец).</p> <p>Привитие основных гигиенических правил в отношении зубов и полости рта. Навыки и правила утренней зарядки и обмывания тела до пояса.</p> <p>Умение следить за чистотой рук и ног; мыть руки без напоминания воспитателя после пользования уборной и всякого загрязнения.</p> <p>Умение чистить зубы, полоскать рот.</p> <p>Умение самостоятельно, без помощи воспитателя выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета (умывание, причесывание, чистка зубов).</p>
Навыки одевания и раздевания.	<p>Аккуратно, без напоминания воспитателя складывать и убирать, снятые с себя предметы одежды.</p>
Навыки приема пищи.	<p>Мытье руки перед едой без напоминания взрослых.</p> <p>Мытье посуды под присмотром старших.</p>
Уход за одеждой, обувью, постелью.	<p>Умение следить за чистотой своей одежды и обуви, чистить загрязнившиеся вещи щеткой.</p> <p>Умение различать, все ли пуговицы на месте.</p> <p>Умение выстирать мелкие вещи: воротники, платки, носки и т.д.</p>
Навыки поведения	<p>Накрывание на стол, приборка посуду после еды, вытереть клеенку,</p>

и самообслуживания.	<p>накрывать стол скатертью.</p> <p>Заправка постели, встряхнуть простыню, разостлать одеяло, покрывало, взбить подушку.</p> <p>Без напоминания прибирать за собой после еды, занятий.</p> <p>Помощь младшим детям при совершении туалета.</p> <p>Помощь старшим: принимать участие в дежурствах по уборке класса, спальни, столовой; мыть чайную посуду, вытирать пыль с мебели, поливать цветы.</p>
---------------------	---

4 класс
(1 час в неделю)

Темы	Содержание тем
Личная гигиена.	<p>Повторение и закрепление пройденного о частях тела и предметах санитарии и гигиены.</p> <p>Выполнение в нужной последовательности всех этапов утреннего и вечернего туалета.</p>
Одежда и обувь.	<p>Повторение и закрепление пройденного в младших классах.</p> <p>Развешивание одежды на вешалки, раскладывание на спинки стула и складывание перед сном. Чистка щеткой платья, пальто, головного убора.</p> <p>Виды обуви. Повторение и закрепление пройденного в младших классах. Уход за обувью: удаление пыли и налипшей грязи с кожаной обуви; мытье резиновой обуви.</p> <p>Шнуровка ботинок и завязывание и развязывание шнурка.</p>
Уход за жилищем.	<p>Закрепление всех навыков, полученных в младших классах по уборке классного помещения.</p> <p>Наш дом. Название мебели и ее назначение. Гигиенические правила уборки в классе. Уборка и заправка своей постели. Назначение каждого предмета постельного белья. Уборка и соблюдение порядка на письменном столе. (Размещение книг и других письменных принадлежностей по своим местам, вытирание пыли и соблюдение порядка).</p>
Приготовление пищи.	<p>Знакомство с кухней и кухонной посудой. Соблюдение чистоты и порядка. Название кухонной посуды, нагревательных приборов и правил пользования ими. Техника безопасности при приготовлении пищи. Режим питания - завтрак, обед, полдник, ужин. Кто и где готовит пищу (в школе, дома). Умение пользоваться столовыми приборами.</p>
Практическая работа.	<p>Уход за комнатными цветами.</p> <p>Сервировка стола в школьной столовой. Экскурсия в хлебный и овощной магазины, покупка продуктов.</p>

3. Тематическое планирование

1 класс

(1 час в неделю, 33 часа в год)

№	Название раздела	Количество часов
1	Личная гигиена.	10
2	Одежда и обувь.	8
3	Уход за жилищем.	8
4	Навыки приема пищи.	7

2 класс
(1 час в неделю, 34 часа в год)

№	Название раздела	Количество часов
1	Личная гигиена.	8
2	Одежда и обувь.	10
3	Уход за жилищем.	8
4	Навыки приема пищи.	8

3 класс
(1 час в неделю, 34 часа в год)

№	Название раздела	Количество часов
1	Личная гигиена.	9
2	Одежда и обувь.	8
3	Уход за жилищем.	10
4	Навыки приема пищи	7

4 класс
(1 час в неделю, 34 часа в год)

№	Название раздела	Количество часов
1	Личная гигиена.	5
2	Одежда и обувь.	8
3	Уход за жилищем.	7
4	Приготовление пищи.	9
5	Практическая работа.	5

Приложение

Мониторинг показателей самостоятельности
Оценочные материалы.

Действие выполняется взрослым (ребенок пассивен)	!
Действие выполняется ребенком:	
- не выполняет задание	-
- выполняет задание со значительной помощью	зп
- выполняет задание с частичной помощью	чп
- выполняет задание по подражанию	п
- выполняет задание по образцу	о
- выполняет задание самостоятельно, но допускает ошибки	сш
- выполняет задание самостоятельно (без ошибок)	+

Учебный год	2015 -2016		2016 - 2017		2017 - 2018		2018 - 2019	
Предметы, задачи и содержание обучения	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
Самообслуживание	1 п.	2 п.	1 п.	2 п.	1 п.	2 п.	1 п.	2 п.
- называние и показ частей тела								
- использование предметов санитарии								

- различать и называть предметы одежды и обуви								
- навыки одевания и обувания								
- навыки приема пищи								
- различение предметов питания								