Утверждено приказом директора КОГКУСО «Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»

№ 87/1 ОП от 21.09.2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

социально - педагогической направленности по домоводству

«Я сам смогу»

КОГКУСО «Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными

возможностями»

|  |
| --- |
| Составитель: |
| социальный педагог |
| Чеснокова И.А. |

г.Киров 2022г.

## Аннотация к программе

Настоящая программа предназначена для реализации услуг в целях повышения коммуникативного потенциала получателей социальных услуг, имеющих ограничения жизнедеятельности. Программа включает в себя проведение мероприятий, направленных на формирование социально – бытовых представлений и навыков у детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Работа по программе рассчитана на возрастные группы 7 – 18 лет с учетом возрастных и психофизических особенностей, уровнем сформированности социальных представлений и навыков.

Срок реализации программы 1 месяц.

# Содержание программы

1. Пояснительная записка

|  |
| --- |
| 4 |
| 5 |
| 5 |
| 6 |
| 7 |
| 7 |
| 8 |
| 10 |
| 11 |
| 13 |
| 14 |

1. Цели и задачи программы
2. Структура программы
3. Формы и методы работы по программе
4. Основные направления реализации программы
5. Календарно - тематический план
6. Тематическое планирование
7. Организация деятельности по программе
8. Ожидаемые результаты от реализации программы
9. Приложение
10. Список литературы

## Пояснительная записка

Актуальность данной программы обусловлена тем, что в настоящее время составной частью социальной политики Российской Федерации является улучшение качества жизни населения страны. Россия стремится достичь достойных стандартов для граждан своей страны, и в этой связи очень важно обеспечить равные условия социальной адаптации и интеграцию в общество детей - инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Успех интеграции в значительной степени зависит от социально – бытовой деятельности человека, его способности самостоятельно организовать свой быт. Поэтому подготовить каждого ребенка к самостоятельной, независимой от помощи окружающих жизни - главная задача работы социального педагога. В сущности, весь процесс обучения и воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья направлен на то, чтобы обеспечить его социальную адаптацию в общество.

У детей с ограниченными возможностями здоровья, часто длительноболеющих и с хроническими заболеваниями развитие познавательных процессов и высших психических функций находится на низком уровне, не соответствует возрастным нормам. Часто эти нарушения сочетаются с отклонениями поведения, отсутствием мотивации в любом виде деятельности, сниженной работоспособностью, быстрой утомляемостью, головными болями. Эти дети отличаются неосознанным восприятием новых факторов, правил, теоретических сведений. У них отмечается крайняя несамостоятельность в практической деятельности, плохая переключаемость с одного вида деятельности на другую.

Отсутствие логического мышления проявляется в неспособности к обобщению, затруднениями в понимании любых явлений в окружающем мире. Предметно – практическое мышление носит ограниченный характер. Произвольное внимание слабо выражено. Внимание отличается плохой фиксированностью на объекте и легко рассеивается.

Отмечается недоразвитие моторики – движения бедные, однообразные, часто угловатые, бесцельные, замедленные, может наблюдаться двигательное беспокойство, наличие содружественных движений. Эмоции бедные, однообразные. Все психические процессы тугоподвижные и инертные.

Указанные недостатки свидетельствуют о том, что воспитательная работа с данной группой детей заключается в специально организованном педагогическом процессе, включающем в себя:

* определение доступного уровня содержания материала по объёму и глубине;
* индивидуальный подход;
* доступность усвоения материала занятия;
* практическую направленность и прикладной характер рассматриваемых вопросов;
* коррекцию и развитие недостатков умственного развития на основе применения специальных наглядно – практических методов обучения и игровых технологий;
* формирование положительной мотивации деятельности.

Программа актуальна ещё и тем, что в процессе систематической и целенаправленной работы есть возможность повысить их приспособленность к жизни.

Работа по программе необходима и актуальна. Параллельно с формированием социально – бытовых представлений и навыков, дети получают другие важные сведения, умения, навыки, представления и личностные качества, расширяют свой социальный кругозор, приобретают необходимые социальные компетенции.

# Цель и задачи программы

## Цель:

Практическая подготовка детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, часто длительноболеющих и с хроническими заболеваниями к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, повышение уровня их общего развития.

## Задачи программы:

1. Готовить детей к самостоятельной жизни и труду.
2. Формировать навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.
3. Совершенствовать поведенческие навыки, способствующие сохранению жизни и здоровью ребёнка, привычку к здоровому образу жизни.
4. Повышать уровень общего развития.
5. Консультировать родителей по обучению детей хозяйственно-бытовому труду в домашних условиях.

## Структура программы

Формирование социально – бытовых представлений и навыков является одним из немногих видов деятельности, в которой ребенок- инвалид или ребёнок с ограниченными возможностями здоровья, часто длительноболеющий и с хроническими заболеваниями достигает видимого успеха, что чрезвычайно важно для его полноценного личностного развития.

Программа включает в себя формирование социально-бытовых навыков, отработку навыков самообслуживания как основу успешной адаптации в общество.

Предметно-практическая деятельность по программе проходит как основа формирования трудовых навыков.

Вся работа на занятиях носит целенаправленный характер и способствует развитию самостоятельности воспитанников при выполнении заданий, предусмотренных программой. Согласно программе, занятия планируются для каждого ребёнка с учётом возрастных и психофизических особенностей, уровнем сформированности социально-бытовых навыков и умений.

Занятия дают возможность повторять, постепенно усложнять, расширять и углублять ранее полученные знания, повышать уровень их осознанности детьми.

## Формы и методы работы по программе:

* 1. КРЗ (коррекционно – развивающие занятия).
  2. Игры (дидактические, сюжетно-ролевые).
  3. Беседа.
  4. Практические упражнения(работа).
  5. Наблюдение.
  6. Просмотр видеоматериалов (презентаций).

## Методы воспитательного воздействия

Ведущее место занимают практические и наглядные методы воспитания:

* Объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, шаблонами).
* Репродуктивные (работа по образцам).
* Частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование развивающих игр).
* Предметно – практические методы (практические действия с предметами и материалами).
* Методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование).
* Методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение).
* Методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценки).

## Технологии педагогической деятельности

* личностно – ориентированные технологии;
* информационно – коммуникационные технологии;
* здоровьесберегающие технологии.

## Основные направления реализации программы:

* Жилище
* Растениеводство
* Одежда

## Календарно - тематический план

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Всего часов |
| 1 | Жилище. Виды уборок. Инвентарь и средства для уборки квартиры. | 1 |
| 2 | Сухая уборка. | 1 |
| 3 | Виды поверхностей. Протирание пыли. | 1 |
| 4 | Виды комнатных растений. Ручной инвентарь и посуда для выращивания  комнатных растений. | 1 |
| 5 | Уход и размножение комнатных растений. (цветочных растений  открытого грунта) | 1 |
| 6 | Стирка. | 1 |
| 7 | Утюжка. | 1 |
| 8 | Итоговое занятие | 1 |
| Всего: | | 8 |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Цель | Содержание | Практическая часть |
| Жилище | | | | |
| 1 | Жилище. Виды уборок.  Инвентарь и средства для уборки  квартиры. | Познакомить с основными видами  жилых  помещений и их  назначением, сформировать практические навыки ухода за  помещением (комнатой,  квартирой) | Назначение помещений в  квартире (доме) Повседневная (ежедневная),  еженедельная  генеральная(сезонная) уборки. Инвентарь и  средства для уборки (швабра, веник, совок, таз, ведро, ветошь - тряпки, спреи,  жидкости, чистящие порошки, полироли, народные средства). Техника безопасности при использовании бытовой химии. | Подбор  необходимого инвентаря и  средств для проведения уборки (сухой, влажной). |
| 2 | Сухая уборка. | Научить проводить  сухую уборку. | Алгоритм проведения сухой уборки.  Инвентарь для проведения уборки. | Уборка помещения  - подметание пола. |
| 3 | Виды поверхностей. Протирание пыли. | Научить правилам протирания пыли с  разных поверхностей. | Из каких материалов изготовлены  предметы в  помещении, и уметь их распознавать.  Особенности и правила ухода за поверхностями из  разных материалов.  Средства и инвентарь для протирания пыли. | Протирание пыли с разных  поверхностей (дерево, металл, зеркало, стекло). |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Растениеводство | | | | |
| 4 | Виды  комнатных растений. Ручной инвентарь и посуда для выращивания комнатных растений. | Научить определять несколько комнатных растений. Научить подбирать  необходимую посуду и инвентарь для ухода за  комнатными растениями. | Знакомство с названиями и особенностями  комнатных растений. Подбор необходимого инвентаря(лейка, пульверизатор, цветочный горшок, тряпочка, губка,  кисточка) для ухода. | Определение  названия цветов по картинке (фото или в живую).  Подготовка необходимого инвентаря для ухода за  растениями. |
| 5 | Уход за  комнатными растениями (цветочными растениями открытого грунта). | Научить  ухаживать за растениями в доме (на  клумбе). Познакомить со способами размножения комнатных  растений. | Правила ухода за комнатными  растениями в зависимости от их  особенностей (полив, протирание листьев, опрыскивание, подкормка, обрезка, пересадка)  Особенности размножения  растений. Правила и  способы размножения комнатных растений. | Уход за  комнатными растениями. |
| Одежда | | | | |
| 6 | Стирка. | Научить выполнять  машинную и ручную  стирку белья. | Моющие средства, их виды: порошки, мыло, пасты, отбеливатели. Техника безопасности при использовании  моющих средств.  Условные обозначения на упаковках с  моющими средствами и на белье (ярлык).  Стиральная машина,  правила обращения. | Подготовка белья к стирке и стирка  белья в стиральной машине.  Ручная стирка (носовой платок или носки).  Экскурсия в прачечную. Знакомство со стиральной  машиной. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Подготовка вещей к стирке: очистка от пыли, шерсти, волокон, починка белья, сортирование по типу ткани и окраске.  Стирка, полоскание,  отжим, сушка. |  |
| 7 | Утюжка. | Научить правилам  обращения с утюгом и выполнению утюжки  белья. | Правила глажения одежды.  Последовательность глажения одежды.  Утюжка одежды.  Техника безопасности при работе утюгом. | Утюжка нижнего белья или полотенца. |
| 8 | Итоговое  занятие |  |  |  |

## Организация деятельности по программе

Длительность прохождения этапов и содержание обучения практическим навыкам каждого воспитанника зависит от его индивидуальных особенностей развития. Между тем грубые нарушения моторики, эмоционально – волевой сферы, не позволяющие некоторым воспитанникам освоить практические умения и навыки, не исключают их пассивного соучастия в занятиях с другими детьми и выполнения отдельных операций с помощью социального педагога.

Такой подход позволяет развивать познавательную деятельность детей, помогают им лучше усваивать программные сведения.

В программе предусмотрены упражнения, которые воспитанник выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки определенных умений и навыков на основе знаний.

Деятельность по программе может быть организованна как групповым, так и подгрупповым занятием.

При любой форме деятельности занятие делится на 2 части: образовательную и игровую или практическую.

На образовательную часть отводится не более 10 минут. На игровую часть или практическую – 15 минут.

Образовательная часть воспитательного занятия включает в себя изучение программного материала по специальным коррекционно – развивающим методикам.

Игровая (практическая) часть включает в себя специальные коррекционно- развивающие упражнения, практическую работу, дидактические и ролевые игры по закреплению изученного материала, игры, имитирующие ситуации из повседневной жизни, быта, окружающей действительности.

С целью развития мотивации, активизации познавательных возможностей целесообразно использовать ИКТ - технологии, применять мультимедийные средства обучения, развивающие компьютерные игры и компьютерные тренировочные задания.

Для проведения занятий используются:

-учебный кабинет для занятий (изучение теории);

-игровая комната;

-спальная комната;

-прачечная.

## Механизм отслеживания конечных результатов

* + итоговое занятие;
  + самостоятельное выполнение задания.

## Ожидаемые результаты от реализации программы

Дети должны **знать:**

* о городском и сельском жилище;
* о коммунальных удобствах;
* о планировке жилища;
* о функциональном назначении кухни, гостиной, спальни, сан.узла,

прихожей, о гигиенических требованиях жилища;

* о правилах и последовательности проведения сухой и влажной уборки;
* о правилах безопасности при работе с бытовой химией;
* о растениях в доме, их назначении: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений (3—5 видов) и их назначении;
* о правилах ухода за декоративными растениями: подкормка, температурный, световой режим;
* о правилах ухода за одеждой (машинная и ручная стирка);
* правила ручной стирки индивидуальных вещей (машинной стирки);
* о правилах техники безопасности при работе с инструментами, бытовыми электроприборами, химическими средствами;
* правила обращения со стиральной машиной;

•правила обращения с утюгом.

Дети должны **уметь:**

* производить сухую (подметать пол) и влажную (протирать пыль) уборку помещений;
* подбирать необходимые чистящие (моющие) средства и инвентарь для проведения уборки;
* уметь подбирать необходимый инвентарь и кашпо для ухода за декоративными (комнатными) растениями;
* уметь ухаживать за комнатными растениями (и цветами открытого грунта);
* выполнять правила техники безопасности при работе с инструментами, бытовыми электроприборами, химическими средствами;
* подбирать моющие средства для стирки различных изделий;
* владеть навыками ручной стирки мелких вещей (машинной стирки).
* гладить одежду.

## Приложение.

**Организация социально-бытовой ориентировки**

Для проведения теоретических и практических занятий по домоводству необходимо иметь соответствующие помещения (комнаты): учебный кабинет для занятий (изучение теории), игровая комната, спальная комната, прачечная, оснащенные необходимой мебелью и оборудованием, комнатными растениями.

Для проведения практических занятий используются:

* лейка;
* набор для ухода за комнатными растениями;
* пульверизатор;
* утюг электрический;
* гладильная доска;
* веник (щётка);
* совок;
* таз;
* стиральная машина;
* щётки платяные.

Пособия печатные:

-инструкционные карты (карточки алгоритма выполняемой работы) стирки одежды, ухода за растениями, сухой уборке и т. д.;

-дидактический материал в картинках;

-альбомы с демонстрационным материалом по изучаемой теме.

Презентации по темам: «Жилище», «Виды уборок», «Уход за комнатными растениями», «Размножение декоративных растений», «Стирка», «Утюжка». Технические средства:

Компьютер или ноутбук.

## Список литературы:

1. Андреева С.В. Мониторинг социализации воспитанников – Волгоград: Учитель, 2013. – 111с.
2. Воронкова В.В. Социально – бытовая ориентировка учащихся 5 – 9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 247с. – (Коррекционная педагогика).
3. Гладкая В.В. Социально – бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – 2-е изд. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006. – 192с. – (Коррекционная школа).
4. ДевятковаТ.А.Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя; под. ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005. – 302 с. – (Коррекционная педагогика).
5. Исав Д.Н. Умственная отсталость у детей и подростов Руководство. – СПб.: Речь, 2003. – 391с.
6. Коркунов В.В. Социально-трудовая адаптация учащихся и выпускников вспомогательных школ: методические рекомендации. – Екатеринбург, 1999.

– 37 с.

1. Коркунов В.В. Индивидуальный поход к учащимся в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида. – Екатеринбург, 2005. – 128 с.
2. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 192 с.
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально – бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя / С.А.Львова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005. - 136с.: ил. – (Коррекционная педагогика).
4. Никуленко Т.Г. Коррекционная педагогика: учебное пособие

/Т.Г.Никуленко, С.И.Самыгин. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – Ростов н./Д: Феникс, 2009. – 445, [1] с. – (Высшее образование).

1. Павлова Ж.П. Моделирование реальных ситуаций на занятиях по социально-бытовой ориентировке// Дефектология. – 1987. - № 2.
2. Рубинштейн С.Я. Психология умственного отсталого школьника: Учеб. пособие. – М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
3. Степанов Е.Н. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания. – М.: ТЦ Сфера, 2002, - 124с.
4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида:

Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.-192с.

1. Щербакова А.М. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 вида», пособие для учителя, Москва, гуманитарный издательский центр «Владос», 2001 г
2. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в

развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. - М.: АРКТИ, 2002. – 79 с. (Методическая библиотека).

1. Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. – М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 2001. – 576с.: ил.
2. Субчева В.П. Социально - бытовая ориентировка. Методическое пособие:5-9 классы.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013г.
3. <https://festival.1september.ru/articles/581107/>