

ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
Автономное учреждение Тюменской области
«Центр комплексной реабилитации
«Родник»

РАССМОТРЕНО

Протокол № 2 от «31» марта 2025 г.
Педагогический совет
АУ ТО «ЦКР «Родник»

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 127 от «02» апреля 2025 г.
Руководитель АУ ТО «ЦКР «Родник»
Е.В. Шмакова



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
для детей с ОВЗ и инвалидностью**

Направленность программы: художественная

Адресат программы: дети в возрасте 3-17 лет

Срок реализации программы: 2025 год

Разработчики:

Прокопец Анна Владимировна,
ведущий специалист отделения
социальной реабилитации
Варяева Мария Валерьевна,
методист отделения социальной
реабилитации

Тюмень 2025

Оглавление

Глава 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы.....	3
Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	5
Содержание программы.....	6
Учебно-тематический план для детей 4-6 лет	7
4 уровень развития.....	7
2-3 уровень развития.....	7
0-1 уровень развития.....	9
Учебно-тематический план для детей 7-9 лет	11
4 уровень развития.....	11
2-3 уровень развития.....	12
0-1 уровень развития.....	14
Учебно-тематический план для детей 10-13 лет	16
4 уровень развития.....	16
2-3 уровень развития.....	17
0-1 уровень развития.....	19
Учебно-тематический план для детей 14-17 лет	22
4 уровень развития.....	22
2-3 уровень развития.....	23
0-1 уровень развития.....	24
Планируемые результаты освоения программы	27
Глава 2. Комплекс организационно-педагогических условий	30
Календарный учебный график.....	30
Условия реализации программы	30
Формы аттестации в дополнительном образовании	31
Методические материалы	34
Рабочие программы (модули).....	40
Список литературы	41
Приложения.....	42

Глава 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

Пояснительная записка

Универсальной основой для личного и социального благополучия любого человека, а ребенка с ограниченными возможностями особенно, является социально-бытовая адаптация – активное приспособление путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в обществе. Для ее успешной реализации необходимо специально организованное обучение навыкам самообслуживания.

Проживая в условиях постоянного обслуживания родителями, дети и подростки порой лишены возможности полноценно развивать самостоятельность, включаться в жизнь. Часто они отдалены от непосредственного приготовления пищи, ухода за одеждой, от целого ряда мелочей быта, составляющих уклад жизни современного человека. Родителям проще и удобнее самим выполнить режимные и гигиенические моменты, накормить и одеть ребенка, чем научить его. В результате дети и подростки либо не владеют, либо ограниченно используют самостоятельность в социально-бытовой сфере.

В «ЦКР «Родник» ежегодно приезжают дети и подростки с ограниченными возможностями на реабилитацию и абилитацию. Обязательным составляющим любой реабилитация является социальная реабилитация и ее неотъемлемая часть – формирование социально-бытовых представлений и навыков.

Актуальность. Овладение навыками самообслуживания напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его независимости, позволяет эффективно решать задачи сенсорного воспитания, развития речи, тонкой моторики и зрительно-моторной координации, а также умения выполнять действия по подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий. Также занятия по формированию социально-бытовых представлений и навыков позволяют детям и подростками с ограниченными возможностями расширять и

закреплять сведения и представления об окружающем мире, что в целом сказывается на развитии личности.

Новизна и уникальность данной программы отражается в разработке уровневого учебного плана, строящегося на внутренней системе деления детей на уровни развития, позволяющая учитывать актуальные умения.

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Уровень программы – базовый.

Адресат программы – программа рассчитана на детей 3-17 лет, в том числе с инвалидностью и часто и длительно болеющих детей, проходящих реабилитацию в ЦКР «Родник».

Общий объем программы – 6 часов.

Форма обучения – очная.

Язык обучения – русский.

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесные: устное изложение, беседа, объяснение и др.
- наглядные: показ видеоматериалов, наблюдение, показ педагогом приемов исполнения, работа по образцу и др.
- практические: пальчиковые упражнения, тренинг, вокальные упражнения, работа с материалами и др.

Тип занятий – комбинированный.

Формы проведения занятий – беседа, наблюдение, практическое занятие и др.

Срок освоения программы – 14 дней.

Режим занятий – академический час равен 30 – 40 минутам, понедельник – воскресение с 08:30 до 19:30.

Цели и задачи программы

Цель - создание условий для эффективного формирования у детей-инвалидов социально-бытовых представлений, знаний и навыков, необходимых для самостоятельной жизни; создание условий для информирования, консультирования и обучения родителей правилам бытового взаимодействия в процессе совместного проживания с ребенком-инвалидом.

Задачи программы:

1. Исследовать уровень сформированных бытовых навыков и навыков самообслуживания, выявить реабилитационный потенциал детей.
2. Организовать и провести комплекс реабилитационных мероприятий, способствующих адаптации детей-инвалидов в социально-бытовом пространстве.
3. Способствовать формированию санитарно-гигиенических навыков.
4. Способствовать обучению практическим навыкам личной гигиены и ухода за внешностью, самообслуживания, в том числе с помощью технических средств реабилитации.
5. Способствовать формированию правильных представлений и знаний о предметах домашнего обихода, их назначении и правилах обращения с ними.
6. Способствовать обучению навыкам посильного хозяйствственно-бытового труда.
7. Способствовать развитию умений, необходимых детям-инвалидам для осуществления самостоятельной жизнедеятельности.
8. Повысить уровень информированности и организовать консультирование детей-инвалидов старше 14 лет, родителей, законных или уполномоченных представителей.
9. Организовать обучение родителей эффективным методам формирования у детей социально-бытовых навыков.

Содержание программы

Первичная диагностика сформированности социально-бытовых представлений и навыков осуществляется исходя из данных разработанной анкеты, опроса сопровождающих и балльной системы оценивания, представленной в Приложении 1. Повторная диагностика для определения результатов формирования социально-бытовых представлений и навыков осуществляется на основе разработанного бланка результативности в баллах после проведения реабилитационных мероприятий и балльной системы оценивания, представленной в Приложении 2.

На основе бланка результативности был разработан бланк-отчёт сформированности бытовых навыков в результате проведения реабилитационных мероприятий, представленный в приложении 3. Сопровождающие информируются о результатах и получают рекомендации для организации корректной системы развития в домашних условиях.

Учебно-тематическое планирование осуществлялось с учетом возрастных особенностей детей и подростков, представленных в приложении 4 [5], эмпирических данных об актуальности формирования конкретного навыка в определенной возрастной категории при проведении реабилитационных мероприятий. После проведения занятий сопровождающие консультируют о дальнейшей отработке навыка. При необходимости предоставляется материал с алгоритмом действий для повторения навыка в домашних условиях.

Учебно-тематический план для детей 4-6 лет

4 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) *Теория.* Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Формировать знания о предметах личной гигиены: расчёска, мыло, полотенце, зубная щётка, мочалка, носовой платок. *Практика.* Упражнения: мыть руки с мылом, пользоваться полотенцем с помощью взрослого.

Тема 2. Одежда (2 ч.) *Теория.* Познакомить с понятиями правый-левый, лицевая-изнаночная сторона. *Практика.* Упражнения, направленные на обучение одеваться, раздеваться с помощью взрослого.

Тема 3. Домашнее хозяйство (2 ч.) *Теория.* Познакомить с понятием «уборка помещения», инвентарем для уборки. *Практика.* Упражнения: пользоваться совком и веником, салфетками для вытирания пыли.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) *Теория.* Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика.* Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

2-3 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение

3.	Домашнее хозяйство	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) Теория. Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Формировать знания о предметах личной гигиены: расчёска, мыло, полотенце, зубная щётка, мочалка, носовой платок. Практика. Упражнения: мыть руки с мылом, пользоваться полотенцем. Формировать привычку следить за своим внешним видом, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Тема 2. Одежда (2 ч.) Теория. Познакомить с понятиями правый-левый, лицевая-изнаночная сторона. Познакомить со стиральной машиной, утюгом. Практика. Упражнения, направленные на обучение одеваться, раздеваться самостоятельно; завязывать шнурки, застегивать пуговицы; выбирать одежду по сезону под руководством и контролем взрослого. Научить вешать вещи на прищепки для сушки, на плечики и в шкаф; научить стирать платочки.

Тема 3. Домашнее хозяйство (2 ч.) Теория. Познакомить с понятием «уборка помещения», инвентарем для уборки, различать назначение инвентаря для уборки. Практика. Упражнения: пользоваться совком и веником, салфетками для вытираания пыли. Учить: убирать тарелку со стола; помогать накрывать на стол. Выполнять несложные задания по уборке помещения подметать, вытираять пыль, мыть посуду, заправлять кровать; пользоваться совком и веником; поливать комнатные растения.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. Практика. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

0-1 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) Теория. Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Формировать знания о предметах личной гигиены: расчёска, мыло, полотенце, зубная щётка, мочалка, носовой платок. Практика. Упражнения: мыть руки с мылом, пользоваться полотенцем. Формировать привычку следить за своим внешним видом, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом; пользоваться зубной щеткой, мочалкой, полотенцем.

Тема 2. Одежда (2 ч.) Теория. Познакомить с понятиями правый-левый, лицевая-изнаночная сторона. Познакомить со стиральной машиной, утюгом. Практика. Упражнения, направленные на обучение одеваться, раздеваться самостоятельно; завязывать шнурки, застегивать пуговицы; выбирать одежду по сезону под руководством и контролем взрослого. Научить относить вещи в место для стирки, сортировать вещи, вешать вещи на прищепки для сушки, на плечики и в шкаф; научить стирать платочки.

Тема 3. Домашнее хозяйство (2 ч.) Теория. Познакомить с понятием «уборка помещения», инвентарем для уборки. Практика. Упражнения: пользоваться совком и веником, салфетками для вытирания пыли. Учить: убирать тарелку со стола; помогать накрывать на стол. Выполнять несложные задания по уборке помещения подметать, мыть посуду, заправлять кровать; помогать стирать одежду; поливать комнатные

растения; складывать на место свои вещи, убирать игрушки. Помогать кормить домашних животных под контролем взрослого.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. Практика. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

Учебно-тематический план для детей 7-9 лет

4 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) *Теория.* Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. *Практика.* Учиться под руководством взрослого (при помощи взрослого) пользоваться зубной щеткой, зубной пастой, полоскать рот после еды; умывать лицо, мыть руки, насухо вытираясь, пользуясь только индивидуальным полотенцем; пользоваться носовым платком и расческой.

Тема 2. Одежда (1 ч.) *Теория.* Познакомить с понятиями правый-левый, лицевая-изнаночная сторона. *Практика.* Развивать умение самостоятельно одевается-раздеваться; выбирать одежду по сезону; аккуратно складывать одежду, относить ее в место для стирки.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) *Теория.* Познакомить с понятием «уборка помещения», инвентарем для уборки. *Практика.* Учиться очищать посуду от остатков пищи, сметать крошки со стола после еды; мыть и вытираять посуду; поливать цветы, вытираять пыль, пользоваться веником и совком.

Тема 4. Этикет (1 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами поведения за столом. *Практика.* Развивать навык пользования вилкой, ложкой, тарелкой, кружкой, убирать их после приема пищи.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами поведения дома, когда остался один. Практика. Учиться распознавать опасные места в доме.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. Практика. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

2-3 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) Теория. Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. Практика. Учиться под руководством взрослого (при помощи взрослого) правильно мыть руки, мыть волосы, расчёсываться; для девочек – собирать волосы в хвост, завязывать резинкой; чистить и подстригать ногти ребёнка; следовать правилам смены нижнего белья.

Тема 2. Одежда (1 ч.) Теория. Учить детей называть разные виды одежды, из чего сшита, для чего предназначена. Формировать представление о видах одежды, соответственно времени года, учить сравнивать и обобщать; выделять виды одежды: детская, мужская, женская, а также форменную одежду людей различных профессий. Научить разбираться в программах для стирки. Практика. Развивать навык

самостоятельного выбора одежды по сезону; сортировать, аккуратно складывать и развешивать одежду в шкафу; относить одежду в место для стирки; сортировать перед стиркой в зависимости от цвета; ухаживать за обувью, иметь опрятный внешний вид. Учиться застегивать молнию и пуговицы, шнуровать обувь. Учиться стирать одежду вручную и с помощью стиральной машины, пользоваться машиной для сушки.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) *Теория.* Дать знания о видах и назначении инвентаря для уборки. Дать знание о функциональном назначении некоторых бытовых приборов (микроволновка, электрический чайник, стиральная машина, посудомоечная машина). *Практика.* Развивать умение самостоятельно накрывать на стол, убирать посуду со стола, очищать ее после приема пищи; умение приготовить бутерброд; разогревать еду в микроволновке; помогать убирать продукты; мыть посуду вручную и складывать ее в посудомоечную машину, вытирать посуду. Развивать умение самостоятельно застилать постель; убирать вещи в места хранения; самостоятельное выполнение заданий по уборке, сборе и выносе мусора, вытирание пыли. Учиться самостоятельно ухаживать за домашними, растениями под контролем взрослого.

Тема 4. Этикет (1 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами поведения за столом, в гостях и при приеме гостей. *Практика.* Развивать умение пользоваться столовыми приборами, учиться сервировать, расставлять мебель для приема гостей.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами безопасности при пользовании бытовой техникой, электричеством, водой. Расширять знания об опасных местах дома. *Практика.* Учиться алгоритму действия в экстременных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа и др., самостоятельно пребывать дома.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) *Теория.* Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика.* Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

0-1 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) **Теория.** Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. **Практика.** Самостоятельно мыть руки, ухаживать за полостью рта, ухаживать за волосами, выбирать необходимый тип прически и укладывать волосы, использовать фен и аксессуары для волос. Развивать навыки ухода за лицом с применением средств для ухода (гель для умывания, крем); самостоятельно подстригать ногти на руках и ногах, использовать гигиенические средства по назначению.

Тема 2. Одежда (1 ч.) **Теория.** Изучить способы по уходу за одеждой. **Практика.** Развивать навык самостоятельного выбора одежды по сезону; выбор правильного вида одежды для подходящего случая; сортировать, аккуратно складывать и развешивать одежду в шкафу; относить одежду в место для стирки; сортировать перед стиркой в зависимости от цвета под контролем взрослого. Учиться стирать одежду вручную и с помощью стиральной машины, гладить носовой платок, полотенце, используя утюг и гладильную доску; ухаживать за обувью; иметь опрятный внешний вид.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) **Теория.** Дать знание о видах и назначении инвентаря для уборки. Дать знание о функциональном назначении некоторых бытовых приборов. **Практика.** Развивать умение

самостоятельно накрывать на стол, убирать посуду со стола, очищать ее после приема; умение перемешивать, взбалтывать и резать тупым ножом; разогревать еду в микроволновке; помогать убирать продукты; мыть посуду вручную и складывать ее в посудомоечную машину, вытирать посуду. Развивать умение самостоятельно застилать постель, убирать вещи в места хранения; самостоятельное выполнение заданий по уборке, сборе и выносе мусора, вытирание пыли. Учиться пользоваться пылесосом: включение, чистка поверхности, выключение. Учиться самостоятельно ухаживать за домашними растениями, ухаживать за животными – кормить, мыть миски для кормления.

Тема 4. Этикет (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами поведения за столом, в гостях и при приеме гостей. Практика. Развивать умение пользоваться столовыми приборами, учиться сервировать, украшать стол и помещение, расставлять мебель для приема гостей.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами безопасности при пользовании бытовой техникой, электричеством, водой. Расширять знания об опасных местах дома. Дать знание о службах помощи и способах их вызова. Практика. Учиться алгоритму действия в экстремальных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа и др., самостоятельно пребывать дома; вызвать службы экстренной помощи при пожаре, бытовой травме. Расширять знания об опасных местах дома.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. Практика. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

Учебно-тематический план для детей 10-13 лет

4 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) **Теория.** Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. **Практика.** Развивать умение следить за личной гигиеной; правильно ухаживать за полостью рта; самостоятельно умываться, мыть отдельные части тела, причесываться.

Тема 2. Одежда (1 ч.) **Теория.** Изучить способы по уходу за одеждой. **Практика.** Развивать: умение самостоятельно одевается-раздеваться; выбирать одежду по сезону; аккуратно складывать одежду, относить ее в место для стирки.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) **Теория.** Познакомить с понятием «уборка помещения», инвентарем для уборки. **Практика.** Учиться очищать посуду от остатков пищи, сметать крошки со стола после еды; мыть и вытираять посуду; поливать цветы, вытираять пыль, пользоваться веником и совком.

Тема 4. Этикет (1 ч.) **Теория.** Познакомить с правилами поведения за столом. Знать вежливые слова при обращении, благодарности, просьбе. **Практика.** Развивать навык пользования вилкой, ложкой, тарелкой, кружкой, убирать их после приема пищи. Развивать навык пользования

вилкой, ложкой, тарелкой, кружкой, убирать их после приема пищи; умение вести себя за столом.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами техники безопасности при пользовании водой, электричеством. **Практика.** Учиться распознавать опасные места в доме.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. **Практика.** Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

2-3 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) Теория. Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. **Практика.** Развивать умение без напоминания следить за личной гигиеной, правильно ухаживать за полостью рта; умываться, мыться, мыть отдельные части тела; причесываться, подбирать вид прически и укладывать волосы использовать фен и аксессуары для волос. Развивать умение ухаживать за своей кожей и волосами с помощью соответствующих средств гигиены (шампунь, ополаскиватель, кондиционер) под контролем взрослого.

Тема 2. Одежда (1 ч.) Теория. Изучить способы по уходу за одеждой. Обучить различать, какую одежду нужно гладить, а какую – нет. Чтение и

понимание ярлычков на одежде. *Практика.* Развивать навык самостоятельного выбора одежды по сезону; выбора правильного вида одежды для подходящего случая под контролем взрослого; учиться гладить рубашку, брюки, платье под руководством и контролем взрослого; сортировать, аккуратно складывать и развешивать одежду в шкафу; относить одежду в место для стирки; сортировать перед стиркой в зависимости от цвета под контролем взрослого. Учиться стирать одежду вручную и с помощью стиральной машины, пользоваться машиной для сушки под контролем взрослого; ухаживать за обувью, иметь опрятный внешний вид.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) *Теория.* Дать знания о видах и назначении инвентаря для уборки. Дать знание о функциональном назначении некоторых бытовых приборов (микроволновка, электрический чайник, стиральная машина, посудомоечная машина, плита). *Практика.* Развивать умение самостоятельно застилать постель; убирать вещи в места хранения под контролем взрослого; самостоятельное выполнение заданий по уборке (протереть пыль, помыть окна и подоконники, протереть зеркало и пол, собрать и вынести мусор) под контролем взрослого. Развивать навык пользования пылесосом. Учиться самостоятельно ухаживать за домашними и садовыми растениями, ухаживать за животными – кормить, выгуливать, мыть миски для кормления под контролем взрослого. Формировать навык ухода за средствами мобильности: велосипед, ролики, коньки, скейтборд, лыжи, санки и т.д. под контролем взрослого.

Тема 4. Этикет (1 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами поведения за столом. Знать вежливые слова при обращении, благодарности, просьбе. *Практика.* Развивать умение пользоваться столовыми приборами; учиться сервировать, украшать стол и помещение, расставлять мебель для приема гостей; разрабатывать развлечения для гостей под руководством и контролем взрослого.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами техники безопасности при пользовании бытовой техникой, электричеством, водой

под контролем взрослого. *Практика*. Учиться распознавать опасные места в доме. Учиться алгоритму действия в экстренных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа и др., самостоятельно пребывать дома; безопасному пользованию простыми чистящими средствами; вызвать службы экстренной помощи при пожаре, бытовой травме.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика*. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

0-1 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Гигиена	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Одежда	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
3.	Домашнее хозяйство	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
4.	Этикет	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
5.	Сам дома	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
6.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Гигиена (1 ч.) Теория. Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение гигиенических предметов. *Практика*. Развивать умение без напоминания следить за личной гигиеной; самостоятельно правильно ухаживать за полостью рта; самостоятельно умываться, мыться, мыть отдельные части тела; причесываться подбирать вид причесок и укладывать волосы, использовать фен и аксессуары для волос. Развивать умение ухаживать за своей кожей и волосами с помощью соответствующих средств гигиены (шампунь, ополаскиватель, кондиционер).

Тема 2. Одежда (1 ч.) *Теория.* Изучить способы по уходу за одеждой. Обучить различать, какую одежду нужно гладить, а какую – нет. Чтение и понимание ярлычков на одежде. *Практика.* Развивать навык самостоятельного выбора одежды по сезону; выбора правильного вида одежды для подходящего случая; учиться гладить рубашку, брюки, платье; сортировать, аккуратно складывать и развешивать одежду в шкафу; относить одежду в место для стирки; сортировать перед стиркой в зависимости от цвета, фактуры ткани. Учиться стирать одежду вручную и с помощью стиральной машины, пользоваться машиной для сушки; разбираться в программе для стирки; ухаживать за обувью, иметь опрятный внешний вид. Развивать умение соблюдать правила ухода за одеждой в соответствии с информацией на ярлычке.

Тема 3. Домашнее хозяйство (1 ч.) *Теория.* Дать знания о видах и назначении инвентаря для уборки. Дать знание о функциональном назначении некоторых бытовых приборов (микроволновка, электрический чайник, стиральная машина, посудомоечная машина, плита, блендер). Различение основных частей пылесоса. *Практика.* Развивать умение самостоятельно накрывать на стол, убирать посуду со стола, очищать ее после приема и приготовления пищи; умение перемешивать, взбалтывать и резать тупым ножом; умение приготовить простое блюдо с учетом правил здорового питания из имеющихся ингредиентов; разогревать еду в микроволновке; помогать убирать продукты; мыть посуду вручную и с помощью посудомоечной машины и вытирать ее. Развивать умение самостоятельно застилать постель, убирать вещи в места хранения; самостоятельное выполнение заданий по уборке (протереть пыль, помыть окна и подоконники, протереть зеркало и пол, собрать и вынести мусор). Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, установка регулятора мощности, включение, чистка поверхности, выключение, отсоединение съемных деталей пылесоса. Учиться самостоятельно ухаживать за домашними и садовыми растениями, ухаживать за животными – кормить, выгуливать, мыть миски для кормления под контролем взрослого. Формировать навык ухода за

средствами мобильности: велосипед, ролики, коньки, скейтборд, лыжи, санки и т.д.

Тема 4. Этикет (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами поведения за столом. Знать вежливые слова при обращении, благодарности, просьбе.

Практика. Развивать умение пользоваться столовыми приборами, учиться сервировать, различать виды посуды, украшать стол и помещение, расставлять мебель для приема гостей; учиться составлять меню с учетом правил здорового питания; разрабатывать развлечения при приеме гостей под руководством и контролем взрослого.

Тема 5. Сам дома (1 ч.) Теория. Познакомить с правилами техники безопасности при пользовании бытовой техникой, электричеством, водой под контролем взрослого. Расширять знания об опасных местах дома.

Практика. Учиться алгоритму действия в экстремальных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа и др., самостоятельно пребывать дома; безопасному пользованию простыми чистящими средствами; вызвать службы экстренной помощи при пожаре, бытовой травме. Уметь отключать щиток электричества, перекрывать кран подачи водоснабжения и газа.

Тема 6. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика.* Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

Учебно-тематический план для детей 14-17 лет

4 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Домашнее хозяйство	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Сам дома	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
3.	Этикет	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Домашнее хозяйство (1 ч.) Теория.

Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Изучить назначение бытовых приборов, посуды, инвентаря. *Практика.* Учиться под контролем взрослого убирать в раковину грязную посуду, с поверхности стола остатки еды и мусора. Учиться под контролем взрослого убирать жилую часть дома: убирать вещи по местам хранения, заметать мусор на совок, высыпать мусор в урну, вытираять пыль и поливать комнатные растения.

Тема 2. Сам дома (2 ч.) Теория. Познакомить с правилами техники безопасности при пользовании водой, электричеством. Знать опасные места дома. *Практика.* Учиться под руководством взрослого пользоваться домофоном, телефоном, телевизором, другими видами бытовой техники (микроволновка, тостер, мультиварка, блендер, посудомоечная машина, сушильная машина).

Тема 3. Этикет (2 ч.) Теория. Познакомить с правилами поведения за столом. Знать вежливые слова при обращении, благодарности, просьбе. *Практика.* Научить под контролем и руководством взрослого выполнять координированные действия и требования при приеме еды и напитков, потреблении их культурно приемлемыми способами. Учиться под руководством взрослого соблюдать культурно-гигиенические навыки при приеме гостей и правило поведения пребывания в гостях.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика.* Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

2-3 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Домашнее хозяйство	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Сам дома	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
3.	Этикет	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Домашнее хозяйство (1 ч.) Теория.

Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. *Практика.* Учиться под контролем взрослого убираться после приема пищи: мыть тарелки, кружки, убирать с поверхности стола остатки еды и мусора. Учиться под контролем взрослого убирать жилую часть дома: убирать вещи по местам, вытирая пыль, подметать, сметание мусора на полу в определенное место, заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну, раскладывание предметов интерьера по местам. Учиться под контролем взрослого удалять домашний мусор: собрать хлам и мусор вокруг дома, собрать мусор для удаления, использовать мусоропровод. Учиться под контролем взрослого заботиться о комнатных растениях и растениях, растущих вне дома (поливать). Учиться заботиться о домашних животных: кормить, чистить, ухаживать и дрессировать, следить за их здоровьем.

Тема 2. Сам дома (2 ч.) Теория. Знать, где находится щиток для отключения электроэнергии, кран для отключения водоснабжения, опасные места дома. Изучить правила пользования электроприборами под

контролем взрослого. *Практика.* Развивать навык, самостоятельно пользоваться телефоном, компьютером и другими видами бытовой техники. Освоение алгоритма действия в экстренных ситуациях дома – пожар, взлом, утечка газа и др., соблюдение техники безопасности при пользовании бытовыми приборами.

Тема 3. Этикет (2 ч.) *Теория.* Познакомить с правилами пребывания в гостях и подготовка к приему гостей. *Практика.* Обучить выполнять координированные действия и требования при приеме приготовленной пищи, потреблении ее культурно приемлемыми способами; смешивать, размешивать и разливать жидкости для питья, открывать бутылки и банки. Культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания дома, приема гостей. Развивать навык различать виды посуды, расставлять ее на столе, украшать стол, расставлять мебель с учетом количества гостей, разрабатывать развлечения для гостей.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) *Теория.* Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. *Практика.* Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

0-1 уровень развития

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Домашнее хозяйство	1	0,5	0,5	Устный опрос, наблюдение
2.	Сам дома	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
3.	Этикет	2	0,4	1,6	Практическая работа, наблюдение
4.	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Практическая работа, наблюдение
	Итого:	6	1,5	4,5	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие. Домашнее хозяйство (1 ч.) *Теория.* Диагностика, анкетирование сопровождающих, определение уровня развития социально-бытовых навыков ребенка. Иметь представления о посуде, ее видах в зависимости от назначения и материалов, из которых она изготовлена. *Практика.* Развивать навык самостоятельно убираться

после приготовления пищи (мыть тарелки, столовые приборы, кухонный стол и пол на кухне и в столовой); убирать с поверхности стола остатков еды и мусора. Развивать навык самостоятельно убирать жилую часть дома (вытираять пыль, подметать, протирать, мыть пол, окна и стены, убирать ванную комнату и туалет, чистить мебель). Учить убираться, соблюдая последовательность: сметание мусора на полу в определенное место; заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Соблюдение последовательности действий при мытье пола и поверхности мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, отжимание тряпок, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, установка регулятора мощности, включение (вставление вилки в розетку; нажатие кнопки), чистка поверхности, выключение (поворот рычага; нажатие кнопки; вынимание вилки из розетки), отсоединение съемных деталей пылесоса. Обучить самостоятельно удалять домашний мусор (собрать хлам и мусор вокруг дома, собрать мусора для удаления, использовать мусоропровод, сжигать мусор и т.д.). Самостоятельно содержать в сохранности вспомогательные средства (протезы, специальную технику и приспособления для ведения хозяйства, и самообслуживания), поддерживать в рабочем состоянии средства личного передвижения (трости, ходунки, кресла-каталки и каталки), средства связи и отдыха. Самостоятельно заботиться о комнатных растениях и растениях, растущих вне дома (сажать, поливать и опылять растения, заниматься садоводством и выращивать продовольственные культуры для личного пользования). Самостоятельно заботиться о домашних животных (кормить, чистить, дрессировать, следить за их здоровьем, организовать заботу о них во время своего отсутствия). Самостоятельно застилать кровать, стирать бельё и одежду вручную, развешивать ее сохнуть; соблюдать гигиенические нормы на кухне при приготовлении пищи. Обучить

использованию кухонных весов, мерных ложек и чашек, кухонных ножей, разделочных кухонных досок, терок, картофелечисток, скалок, противня, кухонных нагревательных приборов, кастрюль, сковород, щеток для мытья посуды, сушилок для посуды, столовых приборов, соломинок для напитков, кружек, стаканов, чашек, блюдца, тарелок, мисок, оградителей тарелок для пищи. Научить соблюдать гигиенические нормы на кухне при приготовлении пищи.

Тема 2. Сам дома (2 ч.) Теория. Знать, где находится щиток для отключения электроэнергии, кран для отключения водоснабжения, опасные места дома. Изучить правила пользования электроприборами. Практика. Самостоятельно пользоваться телефоном, компьютером и другими видами бытовой техники. Развивать навык действия в экстременных ситуациях дома – пожар, взлом, утечка газа и др.

Тема 3. Этикет (2 ч.) Теория. Ознакомиться с правилами этикета приема гостей и самостоятельного пребывания в гостях, правилами расстановки посуды, ее видами, украшение стола. Практика. Развивать навык приготовление простых и сложных блюд для себя и других, составление меню, выбор съедобных продуктов и напитков; смешивать, размешивать и разливать жидкости для питья, открывать бутылки и банки; совмещать компоненты для приготовления пищи; готовить горячую и холодную пищу; сервировка стола; культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания дома и в гостях, подготовка к приему гостей. Расстановка мебели с учетом количества гостей; разработка развлечения для гостей.

Тема 4. Итоговое занятия (1 ч.) Теория. Анкетирование сопровождающих, анализ результатов и сбор обратной связи. Практика. Повтор отработанных упражнений для закрепления социально-бытовых умений.

Планируемые результаты освоения программы

Метапредметные результаты:

- Развитие познавательных процессов: улучшение зрительно-моторной координации; развитие памяти, внимания и концентрации на выполняемом действии; развитие пространственных представлений.
- Развитие умения действовать по инструкции и алгоритму: выполняет одноступенчатую инструкцию/многоступенчатую инструкцию; действует по визуальному алгоритму.
- Развитие навыков решения бытовых проблем: умение обратиться за помощью в случае затруднения; способность найти альтернативный способ действия.

Личностные результаты:

- Сформированность положительной самооценки и уверенности в своих силах: ребенок испытывает чувство гордости и удовлетворения от самостоятельно выполненного действия.
- Развитие мотивации к самостоятельности: появление желания выполнять действия бытового значения без помощи взрослого.
- Снижение уровня тревожности в бытовых ситуациях: ребенок чувствует себя более безопасно и комфортно в знакомых и новых бытовых условиях.
- Развитие ответственности: понимание последствий своих действий (разлил воду — нужно вытереть; разбросал игрушки — трудно найти).
- Формирование адекватного отношения к своим особенностям: понимание, что некоторые действия могут требовать больше времени или усилий, и принятие этой ситуации.

Предметные результаты:

1. Формирование навыков самообслуживания и личной гигиены:

С помощью взрослого:

- Проявляет готовность к выполнению гигиенических процедур (подставляет руки под воду, открывает рот при чистке зубов с помощью взрослого).

- Снимает и надевает некоторые элементы одежды с помощью взрослого (шапку, носки, тапки).

- Пользуется туалетом с помощью взрослого.
- Пытается есть ложкой (удерживает ее, зачерпывает пищу).

Частично самостоятельно:

- Самостоятельно моет и вытирает руки, умывается, чистит зубы с помощью взрослого (который наносит пасту, контролирует качество).

- Самостоятельно снимает и надевает простую одежду без застежек.

- Аккуратно ест ложкой, пьет из кружки.
- Выражает словесно или жестом потребность сходить в туалет.

Самостоятельно:

- Полностью самостоятельно выполняет все процедуры личной гигиены, включая пользование душем/ванной, причесывание.

- Самостоятельно одевается и раздевается, справляется с молниями, пуговицами, липучками.

- Аккуратно ест вилкой и ножом.

- Следит за своим внешним видом (замечает, если испачкался, просит помочь или устраняет загрязнение сам).

2. Формирование навыков ведения домашнего хозяйства

С помощью взрослого:

- Проявляет интерес к домашним делам (наблюдает, пытается повторять).

- Выполняет простые поручения по дому совместно со взрослым («Принеси тарелку», «Положи вещь в корзину»).

Частично самостоятельно:

- Убирает свои игрушки на место.
- Вытирает стол после еды губкой.
- Раскладывает столовые приборы перед едой.
- Поливает цветы с помощью взрослого.

- Сортирует чистое белье для складывания (свое/чужое, носки/футболки).

Самостоятельно:

- Самостоятельно заправляет свою кровать.
- Поддерживает порядок в своей комнате/зоне.
- Моет посуду после себя (небьющуюся).
- Вытирает пыль, подметает пол.
- Выполняет простые операции по приготовлению пищи (помыть овощи, сделать бутерброд, налить сок).

3. Формирование социально-коммуникативных навыков в быту:

С помощью взрослого:

- Использует простые слова или жесты для общения в бытовых ситуациях («дай», «помоги», «пить»).
- Узнает и адекватно реагирует на стандартные бытовые ситуации (появление еды на столе — садится есть).

Частично самостоятельно:

- Использует вежливые слова («спасибо», «пожалуйста», «здравствуйте», «до свидания») по напоминанию.
- Обращается с просьбой о помощи.
- Соблюдает очередность в играх и простых бытовых действиях.
- Адекватно ведет себя в общественных местах (магазин, поликлиника) с поддержкой взрослого.

Самостоятельно:

- Инициирует общение, задает вопросы в бытовых ситуациях.
- Соблюдает правила поведения за столом в гостях и общественных местах.
 - Может сделать простую покупку в магазине (выбрать товар, расплатиться).
 - Может ответить на телефонный звонок и передать простую информацию.

Глава 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Продолжительность смены: 14 день.

Количество учебных часов по программе: 6 часов, академический час равен 30-40 минутам. Режим работы: понедельник-суббота с 08:30 до 19:30.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий используется материально-техническая база ЦКР «Родник».

- Учебные классы.
- Столы, стулья, шкафы, специализированные сидячие места для детей с НОДА.
- Сбор дидактических и методических материалов: тематические подборки картинок, фотографий, развивающие игры, понятийные модели, макеты, таблицы, объясняющие последовательность работы, изделия педагога.
- Расходные материалы: канцелярские принадлежности и т.д.

Созданы условия для беспрепятственного доступа в здание и передвижения внутри здания детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата (наличие пандусов, лифтов, подъемников, поручней, широких дверных проемов).

Кадровое обеспечение

Социальные педагоги, обладающие не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности.

Формы аттестации в дополнительном образовании

Формы контроля

Текущий контроль: на занятиях проводится оценка знаний, практических умений и навыков, качества выполнения практических упражнений.

Формы проведения текущего контроля:

- устный опрос (определение, насколько учащиеся усвоили материал);
- наблюдение;
- объективная оценка выполнения практических упражнений.

Промежуточный контроль: проводится после изучения всех тем программы.

Форма проведения промежуточного контроля:

- сбор обратной связи;
- тестирование.

Оценочные материалы

Для оценки уровня сформированности социально-бытовых представлений и навыков были разработаны: анкета по выявлению сформированности социально-бытовых представлений и навыков на основе опроса сопровождающих в баллах (Приложение 1); бланк результативности формирования социально-бытовых представлений и навыков после проведения реабилитационных мероприятий в баллах (приложение 2).

В анкете баллы обозначают следующее: 0 баллов – не умеет, 1 балл – выполняет совместно с взрослым, 2 балла – частично выполняет с взрослым и частично сам, 3 балла – ребенок выполняет сам.

В бланке результативности баллы обозначают следующее: 1 балл – частично сформирован при обучении, 2 балла – при обучении сформирован полностью.

На основе данных анкеты рассчитывается в баллах показатель сформированности бытовых навыков до начала реабилитации, дающий возможность проводить реабилитационные мероприятия в соответствии с

классификацией, сформированной бытовых навыков у детей и подростков с разной нозологией в зависимости от уровня развития.

Ранжирование владения бытовыми навыками до начала проведения реабилитационных мероприятий:

4 уровень: от 0 до 35 баллов – частично сформированы навыки самообслуживания: гигиена, манипуляции с одеждой, пользование столовыми приборами, требуется формирование элементарных бытовых навыков, при воспроизведении бытовых навыков требуется помочь и контроль со стороны взрослого.

3 уровень: от 36 до 53 баллов – в большем объеме сформированы навыки самообслуживания: гигиена, манипуляции с одеждой, сервировка стола и пользование столовыми приборами, частично знает функциональное назначение бытовых предметов и умеет некоторыми пользоваться, частично знаком с этикетом, с некоторыми правилами поведения в быту и техникой безопасности при пользовании бытовыми предметами, требуется развитие и формирование бытовых навыков, необходим контроль качества со стороны взрослого.

2 уровень: от 54 до 71 баллов – навыки самообслуживания сформированы по возрасту: гигиена, манипуляции с одеждой, сервировка стола и пользование столовыми приборами, знаком с этикетом, частично знает функциональное назначение бытовых предметов и умеет ими пользоваться, частично знает правила поведения в экстремальных ситуациях и технику безопасности при пользовании бытовыми приборами, в быту, при пользовании электричеством, водоснабжением, требуется развитие и частичное формирование бытовых навыков и контроль качества со стороны взрослого.

1 уровень: от 76 до 83 баллов – навыки самообслуживания сформированы по возрасту: гигиена, манипуляции с одеждой, сервировка стола и пользование столовыми приборами, знаком с этикетом, знает функциональное назначение бытовых предметов и умеет ими пользоваться, частично знает правила поведения в экстремальных ситуациях и технику безопасности при пользовании бытовыми приборами, в быту, при

пользовании электричеством, водоснабжением, бытовой химией в соответствии с возрастной доступностью, требуется дальнейшее развитие бытовых навыков.

0 уровень: от 94 и более баллов – бытовые навыки сформированы полностью: гигиена, манипуляции с одеждой, сервировка стола и пользование столовыми приборами, знаком с этикетом, может самостоятельно принимать гостей, знает функциональное назначение бытовых предметов и умеет ими пользоваться, знает правила поведения в экстренных ситуациях и технику безопасности при пользовании бытовыми приборами, в быту, при пользовании электричеством, водоснабжением, бытовой химией в соответствии с возрастной доступностью, требуется некоторая коррекция бытовых навыков.

В бланке результативности после проведения реабилитационных мероприятий указывается в баллах степень сформированности бытовых навыков, позволяющая отследить динамику изменений и эффективность разработанной программы. Результаты и рекомендации заносятся в бланк-отчёт для информирования сопровождающего и организации корректной системы развития в домашних условиях (Приложение 2).

Оценка результативности деятельности ребенка так же отслеживается по педагогическому представлению, которое заполняется на каждого ребенка по итогам заезда (Приложение 3).

Методические материалы

Принципы программы

Программа разработана и составлена с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физических особенностей развития детей. Занятия, включенные в программу, носят целенаправленный характер и способствуют развитию самостоятельности у детей-инвалидов. Работа на занятиях по формированию социально-бытовых навыков опирается на следующие принципы:

1. Принцип гуманистической направленности (уважение личности, развитие индивидуальности, поддержка сознания собственной ценности и значимости).
2. Принцип комплексного воздействия (в процесс социализации включены психологическое, социальное и педагогическое воздействие).
3. Принцип гибкости и динамичности (способность к оперативной перестройке в соответствии с требованиями ситуации).
4. Принцип учета и создания условий (учет и создание условий для развития адаптационных и компенсаторных возможностей детей-инвалидов, последовательность и преемственность этапов социализации).
5. Принцип обратной связи (осуществляется посредством оценки эффективности социально-бытовой адаптации и интеграции в общество здоровых детей).

Время освоения содержания программы индивидуально и зависит от комплекса причин (заболевание, структура нарушения и т.д.).

Структура занятия:

1. Ритуал приветствия для формирования представлений о начале занятия, создания положительного настроя на урок.
2. Пальчиковая гимнастика для формирования кинетической основы отрабатываемых действий.
3. Знакомство с тематикой занятия.
4. Практическое формирование навыка с использованием повторений и обязательной корректировкой ошибок и неточностей.

5. Ритуал прощания для формирования представлений о прощании и обратной связи между ребенком и педагогом.

6. Консультирование сопровождающего об особенностях формирования социально-бытовых представлений и навыков.

Этапы овладения практическими навыками:

1. Выполнение отдельных трудовых действий с помощью педагога.
2. Выполнение серии трудовых действий совместно с педагогом.
3. Относительно самостоятельное последовательное выполнение серии трудовых действий с опорой на план-схему (пиктограммы) и инструкции педагога.
4. Самостоятельное последовательное выполнение серии трудовых действий.

Уровни усвоения деятельности:

- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;
- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- самостоятельная деятельность;
- умение самостоятельно исправлять допущенные ошибки.

Длительность прохождения этапов и содержание обучения практическим навыкам каждого обучающегося зависит от возраста, уровня развития детей и подростков с разной патологией. При наличии грубых нарушений моторики, эмоционально-волевой сферы, не позволяющих обучающемуся освоить практические умения и навыки, возможно их пассивное участие в занятиях с другими детьми и выполнения отдельных операций с помощью педагога.

Перечень применяемых методик, методов, технологий

Особенностью организации инклюзивных занятий является то, что специалист учитывает разнообразие детей-инвалидов, участвующих в программе реабилитации и абилитации, их особенности, возможности, интересы. В связи с этим возникает необходимость менять методики, формы, методы и технологии работы. Включение в практику разнообразных

методов позволяет усовершенствовать коррекционный процесс, предотвратить утомление, поддержать познавательную активность детей и повысить эффективность работы в целом.

1. Технология индивидуализированного обучения. Выбор самостоятельной работы – главное в обучении, форма организации деятельности позволяет выстроить процесс обучения в соответствии с уровнем развития ребенка; развитие способностей эффективно, если давать ребенку картину усложняющихся задач, мотивировать сам процесс учения, но оставлять ребенку возможность работать на том уровне, который для него в настоящем возможен, доступен.

2. Здоровьесберегающая технология. Создание следующих условий обучения: отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания; рациональная организация учебного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями; использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности детей, направленных на сохранение и повышение резервов работоспособности.

3. Технология, направленная на развитие социальных (жизненных) компетенций детей: прямое обучение социальным навыкам, через подражание. При прямом обучении социальным навыкам специалист обучает детей правильному поведению через правила и примеры, регулирует процесс взаимодействия. Обучение через подражание важно для любого ребенка, но особенно оно важно для обучения детей с задержкой психического развития, для детей с РАС.

4. Коррекционно-развивающая технология. Практическая деятельность, которая характеризуется рациональной последовательностью использования инструментария с целью достижения качественного результата.

5. Оккупационная терапия. Терапия повседневными занятиями. Является интегральной частью комплексной программы медицинской, социальной и психолого-педагогической реабилитации. Это необходимый компонент эффективной помощи людям, испытывающим трудности

функционирования в повседневных ситуациях. Оккупационные занятия позволяют развивать способности и навыки, которые могут быть использованы в повседневной жизни, позволяют ребенку адаптироваться к окружающей обстановке.

Воспитательная работа

Воспитательный компонент является неотъемлемой и ключевой частью комплексной программы формирования социально-бытовых навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья. Если на специальных занятиях происходит первичное обучение и отработка изолированных действий, то воспитательная работа призвана перенести эти умения в реальную жизнь, сформировать устойчивые привычки и воспитать личностные качества, необходимые для самостоятельности.

Цель воспитательной работы: создание целостной, поддерживающей и мотивирующей воспитательной среды, которая способствует максимальной адаптации ребенка с ОВЗ к повседневной жизни, его социализации и становлению как самостоятельной личности через освоение бытовой деятельности.

Ключевые воспитательные задачи:

1. Мотивационно-ценостные задачи:

- Сформировать положительное отношение и интерес к бытовой деятельности, самообслуживанию и труду.
- Воспитать понимание необходимости и практической пользы выполняемых бытовых действий (чистота = здоровье, порядок = комфорт и безопасность).
- Развить чувство удовлетворения и радости от самостоятельно выполненной работы, от полученного результата («Я это сделал сам!»).
- Сформировать ценность чистоты, опрятности и порядка как нормы жизни.

2. Личностно-развивающие задачи:

- Воспитать самостоятельность и независимость в доступных пределах, снизить гиперопеку.

- Развить волевые качества: усидчивость, старательность, доведение начатого дела до конца (в рамках возможностей ребенка).
- Повысить самооценку и уверенность в себе за счет преодоления посильных трудностей и получения реального результата своих действий.
- Сформировать чувство ответственности за свои действия, за свои вещи, за порученное дело (например, полив цветка).
- Воспитать адекватное отношение к ошибкам как к части процесса обучения, формирование умения просить о помощи.

3. Социально-коммуникативные задачи:

- Сформировать навыки сотрудничества и взаимопомощи в процессе совместной бытовой деятельности (вместе накрываем на стол, помогаем другу застегнуть пуговицу).
- Воспитать культуру поведения в различных бытовых ситуациях: за столом, в гостях, в общественных местах (магазин, поликлиника).
- Развить навыки социального взаимодействия: умение обратиться с просьбой, поблагодарить, соблюдать очередь, адекватно реагировать на замечания.
- Привить основы вежливого общения с использованием «вежливых слов» в соответствующих ситуациях.

4. Задачи по обеспечению безопасности жизнедеятельности:

- Сформировать представления об основных правилах безопасного поведения в быту (обращение с электроприборами, горячей водой, острыми предметами).
- Воспитать привычку соблюдать правила гигиены как основу сохранения собственного здоровья.
- Обучить алгоритмам действий в стандартных и потенциально опасных бытовых ситуациях (что делать, если разлил воду, потерялся в магазине).

Для решения поставленных задач используется комплекс форм работы, интегрированных в повседневную жизнь и специально организованных:

1. Специально организованная деятельность:

- Сюжетно-ролевые игры («Кафе», «День рождения», «Супермаркет»): Позволяют в безопасной обстановке проигрывать и воспитывать модели социального поведения, общения, решения бытовых проблем.
- Тематические беседы и обсуждения («Для чего мы моем руки?», «Как вести себя в гостях?»): Направлены на формирование понимания смысла действий и социальных норм.
- Чтение и обсуждение художественной литературы, сказок терапевтической направленности (например, «Федорино горе», «Мойдодыр»).
- Трудовые поручения и коллективные дела («Поможем няне расставить стаканы», «Наведем порядок в игровом уголке»): Воспитывают трудолюбие, ответственность перед коллективом, умение работать вместе.
- Система поощрений (верbalная похвала, «доска достижений», медали «За аккуратность»): Решает задачи мотивации и повышения самооценки.

2. Взаимодействие с семьей:

- Консультации для родителей о важности единых требований дома и в учреждении.
- Совместные мастер-классы, где дети демонстрируют родителям свои умения.
- Визуальные памятки и чек-листы для дома, помогающие родителям последовательно и правильно организовывать бытовую деятельность ребенка.

Рабочие программы (модули)

Данная программа имеет уровневую систему, так как выстроена по двум критериям: возраст обучающихся и их уровень развития бытовых умений, в соответствии с этим имеет следующие модули:

1. План работы для детей 4-6 лет:
 - 4 уровня развития бытовых умений;
 - 2-3 уровень развития бытовых умений;
 - 0-1 уровень развития бытовых умений
2. План работы для детей 7-9 лет:
 - 4 уровня развития бытовых умений;
 - 2-3 уровень развития бытовых умений;
 - 0-1 уровень развития бытовых умений
3. План работы для детей 10-13 лет:
 - 4 уровня развития бытовых умений;
 - 2-3 уровень развития бытовых умений;
 - 0-1 уровень развития бытовых умений
4. План работы для детей 14-17 лет:
 - 4 уровня развития бытовых умений;
 - 2-3 уровень развития бытовых умений;
 - 0-1 уровень развития бытовых умений

В рамках учебного плана были рассмотрены темы, выстроенные в рамках возрастных границ:

1. Гигиена
2. Одежда
3. Домашнее хозяйство
4. Этикет
5. Сам дома

Список литературы

1. Акаторов Л. И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические основы: Учеб. пособие для студ. Высш. Учеб. заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2008. – 368 с.
2. Баряева Л. Б. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью – СПб.: ЦДК 2011. 1. – 248 с.
3. Бгажнокова И. М., Ульянцева М. Б., Комарова С. В. и др., под ред. И. М. Бгажноковой. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития: [программно-методические материалы] – М.; ВЛАДОС, 2010.
4. Бейкер Брюс Л., Брайтман Алан Дж. Путь к независимости. Обучение детей с особенностями развития бытовым навыкам. М.: 1997.
5. Ликотт-Хеймс Д. Что должен уметь ребенок от 2-18 лет // Самый семейный сайт [интернет-сайт]. 2000-2024.
6. Маллер А. Р., Цикото Г. В. Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью: Учеб. пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 208 с.
7. Обучение детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Программы // Сб. ст. под ред. А. М. Царева. – Псков: АНО Центр социального проектирования «Возрождение», 2004.
8. Организация работы по социально-бытовой адаптации детей-инвалидов. Учебное пособие. – М.: ФГАОУ АПК и ППРО, 2017. – 416 с.
9. Социально-бытовая реабилитация: учебное пособие / Лаврентова Т. И., Долгова Н. Б., Аристова Г. А; Пензенский гос. Пед. Ун-т им. В. Г. Белинского, Каф. Социологии и теории социальной работы. – Пенза: Изд-во ПГПУ, 2011. – 71 с.
10. Программа дефектологических занятий по формированию практических умений – Тюмень: АУСОН ТО «ОРЦ «Родник», 2023. – 20 с.
11. Чигарова И. И, Шайхиева Э. Х. Программа по социально-бытовой адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья. Методические рекомендации – Казань: ГКУ «РРЦ Министерства труда, занятости и социальной защиты Республики Татарстан», 2017. – 134 с.

Приложения

Приложение 1

Анкета по выявлению сформированности социально-бытовых представлений и навыков у детей и подростков с ограниченными возможностями на основе опроса сопровождающих в баллах

0 баллов – не умеет, 1 балл – выполняет совместно с взрослым, 2 балла – частично выполняет с взрослым и частично сам, 3 балла – ребенок выполняет сам

Навык	Балл
Моет руки с мылом, вытирает их полотенцем	
Умеет пользовать зубной щеткой	
Расчесывает волосы	
Самостоятельно моется	
Самостоятельно моет отдельные части тела	
Самостоятельно ухаживает за ногтями на руках	
Самостоятельно ухаживает за ногтями на ногах	
Знает функциональное назначение предметов для гигиены	
Различает свою одежду	
Сам одевается	
Сам раздевается	
Сам обувается	
Сам разувается	
Может завязать-развязать шнурки	
Может застегнуть-расстегнуть пуговицы, липучки, замок	
Осуществляет выбор одежды по сезону	
Может сортировать одежду	
Может сложить одежду в места хранения	
Сам ухаживает за обувью	
Сам ухаживает за одеждой	
Знает функциональное назначение предметов для ухода за одеждой	
Сам пользуется бытовыми приборами для ухода за одеждой	
Использует вилку, ложку, нож во время приема пищи	
Может сервировать стол для приема пищи	
Знает правила поведения в гостях	
Знает функциональное назначение предметов для приготовления и приема пищи	
Сам пользуется бытовыми приборами для приготовления пищи	
Сам убирается в комнате	
Сам вытирает пыль	
Сам пылесосит	
Сам моет пол	
Ухаживает за домашними растениями	
Знает функциональное назначение предметов для уборки помещения	
Ухаживает за домашними животными	
Сам пользуется бытовыми приборами для уборки помещения	
Знает опасные места в помещении	
Знает правила поведения в экстременных ситуациях	
Знает правила поведения при пользовании бытовыми приборами, электрическом, газом, водоснабжением, бытовой химией в соответствии с возрастной доступностью	
ИТОГО:	

Бланк результативности формирования социально-бытовых представлений и навыков у детей и подростков с ограниченными возможностями в баллах после проведения реабилитационных мероприятий

1 балл – частично сформирован, требует помощи взрослого

2 балла – при обучении сформирован полностью

Критерии оценки результативности	Балл
Моет руки с мылом, вытирает их полотенцем	
Умеет пользовать зубной щеткой	
Расчесывает волосы	
Самостоятельно моется	
Самостоятельно моет отдельные части тела	
Самостоятельно ухаживает за ногтями на руках	
Самостоятельно ухаживает за ногтями на ногах	
Знает функциональное назначение предметов для гигиены	
Различает свою одежду	
Сам одевается	
Сам раздевается	
Сам обувается	
Сам разувается	
Может завязать-развязать шнурки	
Может застегнуть-расстегнуть пуговицы, липучки, замок	
Осуществляет выбор одежды по сезону	
Может сортировать одежду	
Может сложить одежду в места хранения	
Сам ухаживает за обувью	
Сам ухаживает за одеждой	
Знает функциональное назначение предметов для ухода за одеждой	
Сам пользуется бытовыми приборами для ухода за одеждой	
Использует вилку, ложку, нож во время приема пищи	
Может сервировать стол для приема пищи	
Знает правила поведения в гостях	
Знает функциональное назначение предметов для приготовления и приема пищи	
Сам пользуется бытовыми приборами для приготовления пищи	
Сам убирается в комнате	
Сам вытирает пыль	
Сам пылесосит	
Сам моет пол	
Ухаживает за домашними растениями	
Знает функциональное назначение предметов для уборки помещения	
Сам пользуется бытовыми приборами для уборки помещения	
Ухаживает за домашними животными	
Знает опасные места в помещении	
Знает правила поведения в экстремальных ситуациях	
Знает правила поведения при пользовании бытовыми приборами, электрическом, газом, водоснабжением, бытовой химией в соответствии с возрастной доступностью	

(вид путевки)

Педагогическое представление

Фамилия, имя _____ возраст _____

Социально-бытовая и социально-средовая реабилитация/абилитация

Мероприятие	План	Отметка об исполнении
Выявление существующих барьеров в самообслуживании, ориентации в быту, во взаимодействии, ориентировке, обращении за помощью и коммуникативного взаимодействия в условиях социальной среды. Обучение навыкам самообслуживания, персональной сохранности, дифференциации «свой-чужой» и осознанию своих телесных границ в целях безопасности при взаимодействии с людьми, а также осознанию телесных границ других людей	в течение курса реабилитации	V

Эффективность реабилитации

Критерии оценки эффективности реабилитации	Динамика в течение заезда	
	Положительная динамика	Без динамики
Способность к самостоятельному обслуживанию, соблюдению санитарно-гигиенических норм и личной гигиены		
Способность к освоению представлений и знаний о предметах домашнего обихода, их назначении и правилах обращения с ними		
Способность к персональной сохранности в быту		
Способность к осознанию себя и адекватному поведению, с учетом социально-правовых норм		
Способность к социальному и средовому взаимодействию в различных ситуациях, в том числе умение обращаться за помощью		
Способность к персональной безопасности в условиях окружающей среды		

Рекомендации _____

Социальный педагог _____ (ФИО) _____ (подпись)

Приложение 4

Описание бытовых умений в соответствии с возрастом

Бытовые умений детей 4-6 лет				
Гигиена	Одежда	Управление домом	Этикет	Безопасность
Умывается, моет руки, вытирается полотенцем, самостоятельно моет отдельные части тела под присмотром взрослого; чистить зубы; причесывается (со взрослым).	Самостоятельно одевается-раздеваться (с помощью взрослого); выбирать одежду по сезону под контролем взрослого; складывать одежду в места хранения под контролем взрослого; относить одежду в место для стирки.	Убирать тарелку со стола, очищать ее после еды; помогает накрывать на стол. Заправлять постель с посторонней помощью. Убирает игрушки под контролем взрослого. Знает назначение инвентаря для уборки и умеет пользоваться совком и веником, выполнять простые задания по уборке; помогает стирать одежду, вытирать пыль, поливать домашние растения, подметать под контролем взрослого; помогать кормить домашних животных под контролем взрослого.	Самостоятельно принимать пищу, пользоваться столовыми приборами, знать элементарные правила поведения за столом, в гостях и при приеме гостей.	Знает опасные места дома.
Бытовые умений детей 7-9 лет				
Гигиена	Одежда	Управление домом	Этикет	Безопасность
Без напоминания следить за личной гигиеной. Самостоятельно чистит зубы; умывается, моется, моет отдельные части тела; причесывается (с помощью взрослого).	Самостоятельно одевается-раздеваться, обуваться-разуваться; выбирать одежду по сезону; складывать одежду в места хранения; относить одежду в место для стирки.	Самостоятельно накрывает на стол, убирает тарелку со стола, очищать ее после приема пищи. Умеет перемешивать, взбалтывать и резать тупым ножом; делать сэндвичи; разогревать еду в микроволновке; помогать убирать продукты; мыть посуду. Самостоятельно убирает игрушки. Знает назначение инвентаря для уборки и умеет им пользоваться, выполняет простые задания по уборке, выносит мусор; помогает стирать	Умеет пользоваться столовыми приборами, знает элементарные правила поведения за столом, в гостях и при приеме гостей; может сервировать стол на элементарном уровне.	Знает опасные места дома. Умеет безопасно пользоваться простыми чистящими средствами; частично знает технику безопасности пользования бытовой техникой, электричеством, водой. Может вызвать службы экстренной помощи при пожаре, бытовой травме.

		<p>одежду, вытирает пыль, поливает домашние растения, подметает под контролем взрослого; помогает кормить домашних животных под контролем взрослого.</p> <p>Знает функциональное назначение некоторых бытовых приборов и умеет ими пользоваться. Заботиться об уличных игрушках.</p>		
--	--	--	--	--

Бытовые умений детей 10-13 лет

Гигиена	Одежда	Управление домом	Этикет	Безопасность
Без напоминания следит за личной гигиеной. Самостоятельно чистит зубы; умывается, моется, моет отдельные части тела; причесывается. Умеет ухаживать за своей кожей и волосами с помощью соответствующих средств гигиены	Самостоятельно одевается-раздеваться, обуваться-разуваться; выбирать одежду по сезону; выбор правильного вида одежды для подходящего случая; гладить рубашку, брюки, платье; различать, какую одежду нужно гладить, а какую – нет; сортировать, аккуратно складывать и развешивать одежду в шкафу; относить одежду в место для стирки. Стирка одежды вручную или с помощью стиральной машины, сортировка перед стиркой в зависимости от цвета. Чтение и понимание ярлычков на одежде.	<p>Самостоятельно накрывает на стол, убирает тарелку со стола, очищать ее после приема пищи. Умеет перемешивать, взбалтывать и резать тупым ножом; делать сэндвичи; разогревать еду в микроволновке; помогать убирать продукты; мыть посуду вручную и с помощью посудомоечной машины.</p> <p>Самостоятельно застилает постель, убирает игрушки. Знает назначение инвентаря для уборки и умеет им пользоваться, выполняет задания по уборке, выносит мусор; вытирает пыль, поливает домашние растения, подметает; помогает кормить домашних животных под контролем взрослого.</p> <p>Знает функциональное назначение некоторых бытовых приборов и умеет ими пользоваться. Заботиться об уличных игрушках, средствах мобильности: велосипед, ролики,</p>	Умеет пользоваться столовыми приборами, знает правила поведения за столом, в гостях и при приеме гостей; может сервировать и украсить стол, разработать развлечения при приеме гостей.	Самостоятельно пребывает дома и частично знает алгоритм действия в экстремальных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа и др. Знает опасные места дома. Умеет безопасно пользоваться простыми чистящими средствами; частично знает технику безопасности пользования бытовой техникой, электричеством, водой. Может вызвать службы экстренной помощи при пожаре, бытовой травме.

		коньки, скейтборд, лыжи, санки и т.д.		
Бытовые умений детей 14-17 лет				
Гигиена	Одежда	Управление домом	Этикет	Безопасность
<p>Чистка зубов; ежедневное принятие душа; умение ухаживать за своей кожей и волосами с помощью соответствующих средств гигиены и с учетом их особенностей.</p> <p>Юноши должны знать, как правильно бриться.</p> <p>Девушки должны знать о правилах гигиены во время менструации, уметь правильно выбирать и утилизировать соответствующие средства гигиены.</p>	<p>Подбор подходящей по размеру и сезону одежды; выбор правильного вида одежды для подходящего случая; шить; гладить рубашку, брюки, платье, костюм; различать, какую одежду нужно гладить, а какую - нет.</p> <p>Стирка одежды вручную или с помощью стиральной машины, выведение простых пятен, сортировка перед стиркой в зависимости от цвета и фактуры ткани.</p> <p>Сортировка, аккуратное складывание и развешивание одежды в шкафу.</p> <p>Чтение и понимание ярлычков на одежде.</p>	<p>Пользуется бытовыми приборами для кухни, уборки помещения и знает их функциональное назначение; знает разновидности посуды, столовых приборов и способов их использования. Умеет готовить простые блюда из доступных ингредиентов; имеет представления принципах здорового питания.</p> <p>Знает особенности текущей и генеральной уборки, протирает пыль и пылесосит, моет полы и избавляться от паутины, содержит в чистоте кухню, ванную комнату, туалет; регулярно убирает мусор; устраняет беспорядок; ухаживает за комнатными растениями и животными. время от времени.</p> <p>Знает, как мыть посуду вручную и с использованием посудомоечной машины, сушилки, умеет убирать со стола после приема пищи.</p> <p>Заботиться об уличных средствах мобильности: велосипед, ролики, коньки, скейтборд, лыжи, санки и т.д.</p>	<p>Умеет сервировать стол для ежедневного приема пищи, пользоваться столовыми приборами.</p> <p>Знает правила поведения в общественных местах, при приеме и посещении гостей. Для приема гостей умеет сервировать и украсить стол, правильно расставить мебель, разработать меню, подготовить развлечения.</p>	<p>Самостоятельно пребывает дома и знает алгоритм действия в экстренных ситуациях – пожар, взлом, утечка газа, бытовая травма и др.</p> <p>Соблюдает технику безопасности при пользовании бытовыми приборами, бытовой химией.</p> <p>Умеет отключать щиток электроэнергии, перекрывать кран для отключения водоснабжения, газа, знает опасные места дома.</p>

