

Министерство труда и социальной защиты Республики Хакасия
Государственное бюджетное учреждение Республики Хакасия
«Республиканский дом-интернат для детей «Теремок»

СОГЛАСОВАНА:
Протокол педагогического совета
№ 1 от 25 августа 2025 года

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом директора Н.В. Кеберле
№ 498-Д от 29.08.2025

***Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа социально-гуманитарной
направленности для детей с тяжелыми и множественными
нарушениями развития
«Учимся вместе»
на 2025 – 2026 учебный год***

Возраст детей: 7-18 лет.

Авторы-составители:
Воспитатели группы №17
Ивченко Н.В.
Карпухина О.В.

г. Абакан, 2025 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы:

1.1. Пояснительная записка-----	3
1.2. Цель и задачи программы-----	6
1.3. Содержание программы-----	6
1.4. Планируемые результаты-----	10

2. Комплекс организационно-педагогических условий:

2.1. Календарный учебный график -----	19
2.2. Формы аттестации -----	20
2.3. Условия реализации программы-----	21

3. Список литературы

Приложение-----	22
-----------------	----

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по формированию социально-гуманитарной направленности «Учимся вместе» разработана на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для детей с ограниченными возможностями здоровья «Все в моих руках» ГБУ РХ «Республиканский дом-интернат для детей «Теремок».

Программа «Учимся вместе» имеет **социально-педагогическую направленность**, определяет содержание и организацию образовательного процесса и рассчитана на формирование общей культуры воспитанников, на их духовно-нравственное и интеллектуальное развитие, социально-личностное становление.

В основу программы положен комплексный подход, который предполагает овладение воспитанниками с интеллектуальными нарушениями системой жизненно необходимых практических навыков и умений, обеспечивающей приобретение максимальное независимости в социуме, освоению ими нормами адекватного поведения в окружающем мире.

Также немаловажной является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитании полезных привычек, в том числе привычки к уходу за собой, потребности в двигательной активности.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что огромную роль в успешности социализации детей с интеллектуальными нарушениями играет субъективный социальный опыт, получаемый детьми в процессе жизнедеятельности. Социально полезные знания, умения, навыки и представления детей данной категории – все это является фундаментом для дальнейшего социального становления. Коррекционный и воспитательно-образовательный потенциал дополнительного образования, поиск новых возможностей развития, реабилитации и социализации детей-инвалидов, а создание доступной и безопасной среды, позволяет включить самого ребенка в доступные виды жизнедеятельности с учетом его индивидуальных способностей, психофизических особенностей, интересов, ценностных ориентаций.

Отличительной особенностью программы является то, что она адаптирована к детям-инвалидам с сенсорными нарушениями, грубым недоразвитием речи, с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА), с расстройствами аутистического спектра (РАС), генетическими нарушениями (синдром Дауна), имеющими умственную отсталость различной степени выраженности, с учетом их психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей.

При разработке программы учитывались психофизиологические особенности детей-инвалидов, такие как ярко выраженная моторная недостаточность, двигательное недоразвитие, затруднение движений рук и пальцев. У

воспитанников также нарушены основные психические процессы: восприятие, внимание, память, речь, мышление, эмоционально-волевая сфера. Поэтому приоритетным при реализации программы является не овладение детьми знаниями, а приобретение ими умения применять знания, овладение определенными способами социальных и предметных действий, применяемых как в рамках образовательной деятельности, так и в реальных и жизненных ситуациях.

Программа «Учимся вместе» имеет следующие разделы:

- 1) для детей с тяжелой степенью интеллектуальных нарушений:
 - АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание);
 - ЗДРАВСТВУЙ. МИР! (основы социализации и общения).
- 2) для детей с глубокой степенью интеллектуальных нарушений – Я САМА (бытовая самостоятельность).

Принципы построения программы

- ❖ принцип единства диагностики и коррекции – определение методов коррекции с учетом диагностических данных.
- ❖ безусловное принятие ребенка со всеми его индивидуальными чертами характера и особенностями личности.
- ❖ принцип компенсации – опора на сохранные, более развитые психические процессы.
- ❖ принцип системности и последовательности в подаче программного материала.
- ❖ учет уровня развития психических процессов детей.
- ❖ соблюдение необходимых психолого-педагогических условий для развития личности ребенка-инвалида: создание комфортной обстановки, поддержание положительного эмоционального фона.

Адресат программы: программа предназначена для детей-инвалидов в возрасте от 7 до 18 лет с речевыми нарушениями, с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА), с расстройством аутистического спектра (РАС), генетическими нарушениями (синдромом Дауна), имеющими интеллектуальную недостаточность различной степени выраженности.

Режим занятий: продолжительность занятий определяется с учетом индивидуальных особенностей воспитанников с тяжелой и глубокой степенью умственной отсталости, и не может превышать 20–30 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

На освоение программного материала отводится 68 часов в год. Возможны изменения количества учебного времени в пределах 10% в связи с переносом праздничных и выходных дней в течение учебного года.

Обязательным условием является включение в структуру занятия не менее двух физкультурминут, а также использование здоровьесберегающих педагогических технологий.

Типы занятий:

- изучение нового материала.
- совершенствование и закрепление знаний.
- самостоятельное применение полученных знаний и навыков.
- комбинированный.
- диагностический.

Форма организации занятий: специфика организации учебной деятельности при реализации содержания программы состоит в том, что занятия могут проводиться как индивидуально, так и в парах, микро группах в зависимости от психофизических особенностей ребенка-инвалида, его интересов и способностей и строятся на основе предметно-практической деятельности, имеющих общих представлениях, с включением системы специальных упражнений, игровых и жизненных ситуаций, адаптационно-коррекционных технологий.

В обучении используются различные формы проведения занятий: практическое (теоретическое) занятие, занятие-путешествие, экскурсия, викторина, занятие-игра, конкурсы, сюжетно-ролевая игра, игдраматизация, проблемные игровые ситуации, занятие-презентация, и др.

Методы обучения

<i>Словесный</i>	<i>Наглядный</i>	<i>Практический</i>	<i>Мотивирующие</i>	<i>Возбуждающие интерес к получению знаний и умений</i>
объяснение, беседа, рассказ, чтение, диалог	рассматривание, наблюдение, демонстрация	выполнение задания по показу, по образцу, словесной инструкции, моделирование, игры и упражнения	создание ситуации успеха, загадывание загадок, создание ситуации новизны, занимательности, эффект удивления	игровое упражнение, проведение опыта, экспериментирование, проблемно-поисковые методы

Психолого-педагогическая характеристика детей

В группе 14 девочек, четверо из них имеют расстройство аутистического спектра, три девочки с нарушениями опорно-двигательного аппарата, два ребёнка с синдромом Дауна, у всех девочек наблюдаются речевые нарушения.

У всех воспитанниц отмечается задержка проявления дифференцированных эмоциональных реакций, слабый интерес к окружающим объектам и игре, неадекватность восприятия. Речевые нарушения носят системный характер и распространяются на все ее функции – коммуникативную, познавательную, регулирующую. Для детей с интеллектуальными нарушениями характерна ярко выраженная неравномерность, фрагментарность познавательного развития, чрезвычайная скудность представлений, несформированность способов восприятия, социальная незрелость.

У детей с аутистическими расстройствами наблюдаются навязчивые стереотипные движения, у ряда детей отсутствует речь, взаимодействие со сверстниками и взрослыми затруднено, развитие познавательных процессов находится на низком уровне: внимание неустойчиво, память механическая, мыслительные процессы недостаточно сформированы.

Для девочек с ДЦП в силу их основного заболевания характерно недоразвитие общей и тонкой моторики, связная речь отсутствует; отмечается нарушение всех когнитивных процессов: памяти, внимания, восприятия и мышления.

У девочек с синдромом Дауна эмоциональная сфера более сохранна; легко контактируют со взрослыми, проявляют симпатию к сверстникам. Однако наблюдается неустойчивость эмоциональных проявлений: поведенческие реакции зависят от настроения. Когнитивные процессы нарушены: внимание неустойчиво, легко отвлекаются, однако проявляют любопытство, живо реагируют на новизну; понимание речи находится на бытовом уровне, владеют рядом приемов альтернативной коммуникацией, произносят несколько слов.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание условий для формирования у воспитанников с интеллектуальными нарушениями социально-гуманитарной направленности, необходимых для социализации, ориентации в окружающей среде, повседневных жизненных ситуациях, развития максимально возможного навыка самостоятельности.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих **задач:**

- ❖ формирование на доступном уровне первичных представлений о здоровом образе жизни, знаний о себе, своем теле, уходе за ним, основ охраны здоровья и безопасности.
- ❖ сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
- ❖ расширение социальных контактов в микро социальном окружении, общего кругозора, развитие умения взаимодействовать с окружающими.
- ❖ формирование навыков межличностного общения посредством вербальной и невербальной коммуникации.
- ❖ обучение действиям по подражанию, образцу, словесной инструкции; применению предметов – орудий.
- ❖ развитие у детей интереса к предметам и явлениям окружающего социального и природного мира.
- ❖ использование окружающей обстановки для развития у детей ориентировки в пространстве, речи, восприятия, мышления, внимания и памяти.

1.3. Содержание программы

Содержание программы «Учимся вместе» разработано в соответствии со следующими уровнями сложности:

- **1 уровень**- предполагает получение знаний, умений и навыков по всем направлениям программы дополнительного общеразвивающего образования и их реализации при поддержке педагога.

- **2 уровень**– предполагает получение знаний, умений и навыков по всем направлениям программы дополнительного общеразвивающего образования и их реализации при минимальной поддержке педагога.

- **3 уровень**–предполагает получение знаний, умений и навыков по всем направлениям программы дополнительного общеразвивающего образования и их самостоятельная реализация.

Учебный план

1 уровень				
№	Название раздела программы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	34	14	20
2	ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	34	14	20
	Итого	68	28	40
2 уровень				
1	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	34	14	20
2	ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	34	14	20
	Итого	68	28	40
3 уровень				
1	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	34	14	20
2	ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	34	14	20
	Итого	68	28	40

Учебный план

1 уровень				
№	Название раздела программы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Я САМА	68	28	40
	Итого	68	28	40
2 уровень				
1	Я САМА	68	28	40
	Итого	68	28	40
3 уровень				
1	Я САМА	68	28	40
	Итого	68	28	40

1 уровень

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)

Представление о себе как человеке, об основных частях тела и лица человека.

Упражнения на ориентировку в собственном теле.

Знакомство с элементарными навыками ухода за своим лицом и телом, предметами личной гигиены.

Представления об овощах и фруктах, продуктах питания.

Знакомство с правилами безопасного передвижения в помещении.

Знакомство с правилами безопасного поведения на прогулке, на занятиях.

ЗДРАВСТВУЙ, МИР! (основы социализации и общения)

Знакомство с микросоциумом. Представления о социальных отношениях с окружающими: сверстниками и взрослыми.

Накопление опыта доброжелательных отношений с окружающими.

Формирование навыков коммуникации и общения с использованием речевых и неречевых средств.

Формирование умения здороваться и прощаться (с учетом возможностей детей, используя вербальные и невербальные средства коммуникации).

Знакомство с доступными правилами дорожного движения.

2 уровень

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)

Формирование представлений о себе как человеке, об основных частях тела и лица человека.

Упражнения на ориентировку в собственном теле, показ (называние) частей тела и лица на себе.

Формирование элементарных навыков ухода за своим лицом и телом.

Предметы личной гигиены. Их назначение и уход за ними.

Формирование представлений об овощах и фруктах, продуктах питания, полезных для здоровья человека.

Правила безопасного передвижения в помещении: соблюдение осторожности при спуске и подъеме по лестнице; открывании – закрывании двери.

Правила безопасного поведения на улице, на прогулке, на занятиях, в досуговой деятельности.

ЗДРАВСТВУЙ, МИР! (основы социализации и общения)

Формирование представлений о социальных отношениях с окружающими: сверстниками и взрослыми. Расширение опыта доброжелательных отношений с окружающими.

Развитие навыков коммуникации и общения с использованием речевых и неречевых средств. Знакомство с правилами взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Формирование умения здороваться и прощаться, спокойно обращаться с просьбой (с учетом возможностей детей, используя вербальные и невербальные средства коммуникации).

Знакомство с элементарными представлениями о том, что хорошо в поведении человека (проявление сочувствия, желание помочь и др.) и что плохо (нельзя драться, отбирать, ломать и др.).

Формирование представлений о правилах дорожного движения.

3 уровень

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)

Представление о себе как человеке, об основных частях тела и лица человека, их назначении
Упражнения на ориентировку в собственном теле, показ (называние) частей тела и лица на себе, дидактической игрушке, картинке.
Бережное отношение к своему телу.

Овладение культурно-гигиеническими навыками: элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Предметы личной гигиены. Их назначение и уход за ними. Правила личной гигиены в течение дня.

Представления о полезной и вредной пище, об овощах и фруктах, продуктах питания, полезных для здоровья человека.

Представление о пользе движения, утренней зарядки, прогулки, физических упражнениях и играх. Правила безопасного передвижения в помещении: соблюдение осторожности при спуске и подъеме по лестнице; открывании - закрывании двери

Правила безопасного поведения на улице, на прогулке, в досуге.

ЗДРАВСТВУЙ, МИР! (основы социализации и общения)

Выстраивание социальных отношений с окружающими: сверстниками и взрослыми посредством доброжелательных отношений с окружающими. Соблюдение правил взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Умение здороваться и прощаться, спокойно обращаться с просьбой (с учетом возможностей детей, используя вербальные и невербальные средства коммуникации). Умение называть свое имя, имена окружающих.

Элементарные представления о том, что хорошо в поведении человека (проявление сочувствия, желание помочь и др.) и что плохо (нельзя драться, отбирать, ломать и др.). Понятие о дружбе, ее значении в жизни человека. Правила поведения в гостях.

Доступные гендерные (мальчики и девочки, мужчины и женщины) и возрастные представления (маленький ребенок и взрослый, молодой и старый человек).

Представления о доступных правилах дорожного движения. Культура поведения на улице и в транспорте.

1 уровень

Я САМА (бытовая самостоятельность)

Части тела и лица. Ориентировка в схеме собственного тела.

Игры и упражнения на ознакомление с туалетными принадлежностями рассматривание и соотнесение их с изображением (с помощью педагога).

Знакомство с предметами по уходу за волосами. Рассматривание себя в зеркале (с помощью педагога).

Игры и упражнения на ознакомление с предметами посуды для приема пищи (с помощью педагога).

Игры и упражнения на ознакомление с предметами одежды и обуви (с помощью педагога).

2 уровень

Я САМА (бытовая самостоятельность)

Части тела и лица. Ориентировка в схеме собственного тела

Туалетные принадлежности. Игры и упражнения на их различение, их рассматривание и соотнесение их с изображением (с помощью педагога).

Предметы по уходу за волосами. Рассматривание себя в зеркале, расчесывание волос перед зеркалом (с помощью педагога).

Предметы посуды для приема пищи. Игры и упражнения на различение предметов посуды (с помощью педагога).

Предметы одежды и обуви. Игры и упражнения на различение предметов одежды и обуви (с помощью педагога).

Знакомство с предметами туалета, основными правилами безопасного пользования туалетом (с помощью педагога).

3 уровень

Я САМА (бытовая самостоятельность)

Туалетные принадлежности. Распознавание туалетных принадлежностей по их функциональному назначению, определение их свойств (с помощью педагога).

Упражнения на обучение процессу умывания рук и лица на основе совместных, имитационных, практических действий. Формирование навыка использования полотенца по назначению, умения находить свое полотенце (с помощью педагога).

Уход за волосами. Формирование навыка использования расчески по назначению, умения находить свою расческу (с помощью педагога).

Предметы посуды для приема пищи. Распознавание предметов посуды по их функциональному назначению, упражнения на освоение навыка последовательности приема пищи на основе совместных, имитационных, практических действий (с помощью педагога).

Предметы одежды и обуви. Распознавание предметов одежды и обуви по функциональному назначению, группировка в совместной деятельности. Совместные, имитационные, практические действия со шнуровками, липучками, пуговицами.

Предметы туалета, основные правила безопасного пользования туалетом. Практические упражнения на отработку последовательности действий в процессе пользования туалетом (с помощью педагога).

1.4. Планируемые результаты

Результаты освоения программы рассматриваются как возможные (примерные) и соразмерные с индивидуальными возможностями детей с интеллектуальными нарушениями.

1 уровень

В результате обучения по направлению «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
дети будут:

- иметь представления о себе;
- обучены элементарным культурно-гигиеническим навыкам;
- соблюдать правила безопасного поведения в группе.

В результате обучения по направлению «ЗДРАВСТВУЙ, МИР!»
дети будут:

- поддерживать доброжелательные отношения с окружающими;
- откликаться на свое имя;
- обращаться с просьбой, используя вербальные и невербальные средства

коммуникации.

2 уровень

В результате обучения по направлению «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
дети будут:

- ориентироваться в схеме собственного тела;
- соблюдать личную гигиену;
- иметь представления об овощах и фруктах;
- соблюдать правила безопасного поведения в группе и на улице.

В результате обучения по направлению «ЗДРАВСТВУЙ, МИР!»
дети будут:

- поддерживать доброжелательные отношения с окружающими;
- откликаться (называть) на свое имя и фамилию;
- в доступной форме приветствовать окружающих;
- обращаться с просьбой, используя вербальные и невербальные средства коммуникации.

3 уровень

В результате обучения по направлению «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
дети будут:

- следить за своим внешним видом;
- соблюдать личную гигиену;
- иметь представления об овощах и фруктах, полезных продуктах питания;
- соблюдать правила безопасного поведения в группе и на улице, в общественных местах.

В результате обучения по направлению «ЗДРАВСТВУЙ, МИР!»
дети будут:

- идентифицировать себя как девочку;
- будут знать свое имя и имена окружающих;
- научиться здороваться и прощаться;
- обращаться с просьбой, используя вербальные и невербальные средства коммуникации.

1 уровень

В результате обучения по направлению «Я САМА»
дети расширят представления:

- о собственном теле, частях тела и лица;
- о туалетных принадлежностях.

2 уровень

В результате обучения по направлению «Я САМА»
дети будут:

- иметь представление о частях тела и лица;
- иметь представление о своих туалетных принадлежностях и предметах по уходу за волосами;
- иметь представление о посуде для приема пищи.

3 уровень

В результате обучения по направлению «Я САМА»

дети будут:

- различать свои туалетные принадлежности и предметы по уходу за волосами;

- различать посуду для приема пищи;

- иметь представление о предметах туалета и об основных правилах безопасного пользования туалетом.

Календарно-тематическое планирование

1 УРОВЕНЬ

Название раздела	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Знакомство с частями лица. Рассматривание себя в зеркало.	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с микросоциумом. Наша группа.	4	2	2
Итого		8		
Октябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Части лица. Д/игра «Покажи правильно»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Ближайшее окружение. Моя семья.	4	2	2
Итого		8		
Ноябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Упражнения на ориентировку в собственном теле. Пальчиковая игра «Где же наши ручки?»	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Ближайшее окружение. Я и моя семья.	4	1	3
Итого		8		
Декабрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Ориентировка в собственном теле. Чтение стихотворения И. Ильиной «Это глазки, чтобы видеть...»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Ближайшее окружение. Я и мои сверстники в группе.	4	2	2
Итого		8		
Январь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Знакомство с предметами личной гигиены. Мыло.	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Ближайшее окружение. Я и окружающие меня взрослые.	3	1	2
Итого		7		
Февраль				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Знакомство с предметами личной гигиены. Полотенце.	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Д/игра «Узнай и покажи» (моя	4	1	3

	семья)			
Итого		8		
Март				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Знакомство с предметами личной гигиены. Расческа.	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Д/игра «Узнай и покажи» (воспитанники группы)	4	2	2
Итого		7		
Апрель				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Рассматривание предметов личной гигиены. Д/игра «Чудесный мешочек»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Д/игра «Узнай и покажи» (окружающие взрослые)	4	1	3
Итого		8		
Май				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Наблюдение за процессом умывания. Чтение потешки «Водичка-водичка...»	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Представления о социальных отношениях с окружающими: с кем я играю и гуляю.	3	1	2
Итого		6		
Итого за год		68		

2 УРОВЕНЬ

Название раздела	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Представление о себе как человеке. Д/игра «Части тела»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Взаимодействие с окружающими взрослыми. Я и другие.	4	2	2
Итого		8		
Октябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Представление о себе как человеке. Ситуативная беседа «Что я знаю о себе?»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Взаимодействие с окружающими слыми. Мое настроение.	4	2	2
Итого		8		
Ноябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Части тела и лица. Чтение потешки «Это глазки, чтобы видеть...»	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Взаимодействие с окружающими и взрослыми. Я в кругу друзей.	4	1	3
Итого		8		
Декабрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Части тела и лица. Чтение потешки «Где же наши ушки...»	4	2	2

ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Взаимодействие с окружающими взрослыми. Мой друг в группе.	4	2	2
Итого		8		
Январь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Упражнения на ориентировку в собственном теле. Д/игра «Покажи части тела (лица)»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Я учусь общаться. Проявление сочувствия. Д/игра «Кукла заболела»	3	1	2
Итого		7		
Февраль				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Предметы личной гигиены, их назначение. Д/игра «Мыло душистое и полотенце пушистое»	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Я учусь общаться. Проявление желания помочь. Д/игра «Помоги товарищу»	4	1	3
Итого		8		
Март				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Предметы личной гигиены, их назначение. Д/игра «Чудесный мешочек»	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Я учусь общаться. Д/игра «Я здороваюсь (жест, карточка, слово и др.)»	4	2	2
Итого		7		
Апрель				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Предметы личной гигиены, их назначение. Д/игра «Такие разные расчески»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Я учусь общаться. Д/игра «Дай, на ((жест, карточка, слово и др.)»	4	1	3
Итого		8		
Май				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Предметы личной гигиены. Знакомство с зубной щеткой и пастой.	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Я учусь общаться. Д/игра «Я прощаюсь (жест, карточка, слово и др.)».	3	1	2
Итого		6		
Итого за год		68		

3 УРОВЕНЬ

Название раздела	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Уход за своим лицом и телом. Упражнение «Учимся умываться».	4	2	2

ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с гендерными представлениями (мальчик–девочка). Идентификация себя как девочки	4	2	2
Итого		8		
Октябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Уход за своим лицом и телом. Упражнение «Умываемся–вытираемся»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с элементарными нормами поведения человека. Ситуативная беседа «Что такое хорошо и что такое плохо».	4	2	2
Итого		8		
Ноябрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Уход за своим лицом и телом. Полоскание рта (показ). Игры с водой.	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с элементарными нормами поведения человека. Ситуативная беседа «Как вести себя в гостях».	4	1	3
Итого		8		
Декабрь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Уход за своим лицом и телом. Полоскание рта. Упражнение «Фонтанчики»	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с элементарными правилами движения. Правила поведения на транспорте и на улице.	4	2	2
Итого		8		
Январь				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Продукты питания. Молоко и хлеб.	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Учимся здороваться и прощаться, обращаться с просьбой (вербальные и невербальные средства коммуникации)	3	1	2
Итого		7		
Февраль				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Правила безопасного передвижения в помещении: соблюдение осторожности при спуске и подъеме по лестнице; открывании – закрывании двери.	4	1	3
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Учимся откликаться (называть) свое имя, знание имен окружающих.	4	1	3
Итого		8		

Март				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Представления об основах здорового образа жизни. Режим дня.	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Взаимодействие с окружающими взрослыми и сверстниками. Ситуативная беседа «Что такое дружба»	4	2	2
Итого		7		
Апрель				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Продукты питания. «Овощи и фрукты – полезные продукты».	4	2	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с гендерными представлениями (мужчины и женщины). Представления о семье.	4	1	3
Итого		8		
Май				
АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ	Представления об основах здорового образа жизни: польза движения, утренней зарядки, прогулок, физических упражнений и игр.	3	1	2
ЗДРАВСТВУЙ, МИР!	Знакомство с возрастными представлениями (маленький ребенок и взрослый, молодой и старый человек).	3	1	2
Итого		6		
Итого за год		68		

1 УРОВЕНЬ

Раздел	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
Я САМА	Части лица. Д/игра «Покажи у куклы»	8	4	4
Итого		8		
Октябрь				
Я САМА	Части тела. Д/игра «Покажи у куклы»	8	4	4
Итого		8		
Ноябрь				
Я САМА	Упражнения на ориентировку в схеме собственного тела. Пальчиковая игра «Где же наши ручки?»	8	4	4
Итого		8		
Декабрь				
Я САМА	Игры и упражнения на ознакомление с туалетными принадлежностями рассматривание и соотнесение их с изображением (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		

Январь				
Я САМА	Знакомство с предметами по уходу за волосами. Рассматривание себя в зеркале (с помощью педагога).	7	4	3
Итого		7		
Февраль				
Я САМА	Игры и упражнения на ознакомление с предметами посуды для приема пищи(с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Март				
Я САМА	Игры и упражнения на ознакомление с предметами одежды и обуви(с помощью педагога).	8	3	4
Итого		7		
Апрель				
Я САМА	Игры и упражнения на ознакомление с предметами посуды для приема пищи(с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Май				
Я САМА	Игры и упражнения на ознакомление с предметами одежды и обуви(с помощью педагога).	6	3	3
Итого		6		
Итого за год		68		

2 УРОВЕНЬ

Раздел	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
Я САМА	Части тела. Д/игра «Покажи правильно»	8	4	4
Итого		8		
Октябрь				
Я САМА	Части тела и лица. Д/игра «Я назову, а ты покажи»	8	4	4
Итого		8		
Ноябрь				
Я САМА	Упражнения на ориентировку в собственном теле. Пальчиковая игра «Где же наши ручки?»	8	4	4
Итого		8		
Декабрь				
Я САМА	Туалетные принадлежности. Игры и упражнения на их различение, рассматривание и соотнесение их с изображением (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Январь				
Я САМА	Предметы по уходу за волосами. Рассматривание себя в зеркале, расчесывание	7	3	4

	волос перед зеркалом (с помощью педагога).			
Итого		7		
Февраль				
Я САМА	Предметы посуды для приема пищи. Игры и упражнения на различение предметов посуды (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Март				
Я САМА	Предметы одежды и обуви. Игры и упражнения на различение предметов одежды и обуви (с помощью педагога).	7	3	4
Итого		7		
Апрель				
Я САМА	Знакомство с предметами туалета. Д/игра «Покажи правильно»	8	4	4
Итого		8		
Май				
Я САМА	Основные правила безопасного пользования туалетом (с помощью педагога).	6	3	3
Итого		6		
Итого за год		68		

3 УРОВЕНЬ

Раздел	Тема занятия	Всего	Теория	Практика
Сентябрь				
Я САМА	Туалетные принадлежности. Распознавание туалетных принадлежностей по их функциональному назначению, определение их свойств (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Октябрь				
Я САМА	Упражнения на обучение процессу умывания рук и лица на основе совместных, имитационных, практических действий.	8	4	4
Итого		8		
Ноябрь				
Я САМА	Формирование навыка использования полотенца по назначению, умения находить свое полотенце (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Декабрь				
Я САМА	Уход за волосами. Формирование навыка использования расчески по назначению, умения находить свою расческу (с помощью педагога).	8	4	4
Итого		8		
Январь				
Я САМА	Предметы посуды для приема пищи. Распознавание предметов посуды по их	7	3	4

	функциональному назначению, упражнения на освоение навыка последовательности приема пищи на основе совместных, имитационных, практических действий (с помощью педагога).			
Итого		7		
Февраль				
Я САМА	Предметы одежды и обуви. Распознавание предметов одежды и обуви по функциональному назначению, группировка в совместной деятельности.	4	1	3
Итого		8		
Март				
Я САМА	Предметы туалета, основные правила безопасного пользования туалетом. Практические упражнения на отработку последовательности действий в процессе пользования туалетом (с помощью педагога).	7	4	3
Итого		7		
Апрель				
Я САМА	Развитие мелкой моторики. Игры с прищепками, вкладышами, мозаикой.	4	2	2
Итого		8		
Май				
Я САМА	Совместные, имитационные, практические действия со шнуровками, липучками, пуговицами.	6	3	3
Итого		6		
Итого за год		68		

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график на 2025–2026 учебный год

Этапы образовательной деятельности	1 уровень 2 уровень 3 уровень	
Начало учебного года	1 сентября	
Окончание учебного года	23 мая	
Каникулы:		
Осенние	27.10.2025—04.11.2025	
Зимние	29.12.2025—11.01.2026	
Весенние	23.03.2025—31.03.2026	
Продолжительность учебного года	34 недели	
Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Продолжительность занятий	Не более 30 минут – групповые занятия	Не более 20 минут – индивидуальные занятия
Число занятий в неделю	2	2
Перерыв между занятиями	10 минут	
Время работы учебных групп	Первая половина дня: с 9.00 до 12.45 часов. Вторая половина дня: с 16.00 до 19.00 часов.	

Форма освоения адаптированной дополнительной программы	Очная
Промежуточная аттестация первого полугодия	Декабрь
Промежуточная аттестация второго полугодия	Май
Итоговая аттестация	Май (по завершению обучения по адаптированной дополнительной образовательной общеразвивающей программе для детей с ограниченными возможностями здоровья)
Занятия в каникулярное время	Занятия детей в учебных группах не проводятся. Согласно плану учреждения организуются культурно-массовые, физкультурно-спортивные мероприятия, экскурсии, и др.

2.2. Формы аттестации

Аттестация результатов освоения воспитанниками программного содержания, сформированности доступных представлений, знаний, практических умений и навыков осуществляется через различные **диагностические методы**: наблюдение, выполнение практических работ и упражнений, опрос, беседу, учёт активности участия детей в различных мероприятиях (олимпиадах, выставках, праздниках, конкурсах, проектах и др.).

Промежуточный контроль по итогам первого полугодия проводится в **декабре**, по итогам учебного года – **в мае**. Основные показатели результативности обучения включают в себя:

- количество воспитанников, полностью освоивших образовательную программу;
- количество воспитанников, освоивших программу в необходимой степени;
- количество воспитанников слабо освоивших или не освоивших программу.

Индивидуальная результативность освоения образовательной программы отражается в диагностической карте, что позволяет проанализировать доступные достижения ребенка:

Уровень	Параметры уровней
Низкий	усвоено от 0% до 50% программного материал
Средний	усвоено от 51% до 70% программного материала
Высокий	усвоено от 71% до 100% программного материала

Оценивание и отслеживание результатов воспитанников позволяет зафиксировать полученные результаты и сопоставить с планируемыми результатами, обеспечить контроль и коррекцию деятельности по каждому направлению, осуществлять качественный анализ.

В качестве диагностического инструментария при оценивании овладения элементарными культурно-гигиеническими навыками возможно использование методик, адаптированных для детей с ментальными

нарушениями: «Уроки гигиенических навыков» (автор С.Е. Шукшина); «Правила личной гигиены» (автор М.Н. Сигимова).

2.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Важнейшим условием реализации программы «Учимся вместе» является создание развивающей здоровьесберегающей образовательной среды как комплекса комфортных психолого-педагогических и социальных условий, необходимых для обучения, воспитания, развития и социализации детей-инвалидов.

Оснащение	цветная бумага, белый и цветной картон, ножницы, кисти для клея, клей, пластилин, простые и цветные карандаши, кисти для рисования, краски, альбомы для рисования, строительный материал (пластмассовый, настольный или напольный), пазлы, конструкторы разных видов, бумага разных видов и фактур, природный и бросовый материал, шнуровки, различное оборудование для игровой деятельности, спортивное оборудование
ТСО и оборудование	телевизор, DVD-проигрыватель, музыкальный центр напольная магнитная доска
Дидактические пособия	наглядные пособия, демонстрационный материал, иллюстрации, плакаты, развивающие игры, атрибуты для различных видов игр

3. Список литературы

1. Буре Р.С. Социально-нравственное воспитание дошкольников. Методическое пособие. - М.: Мозаика - Синтез, 2012.
2. Вострухина Т.Н., Кондрыкинская Л.А. Знакомим с окружающим миром детей 3-5 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2013.
3. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития: (программно-методические материалы) / (Бгажнокова И.М., Ульянцева и др.); под ред. И.М. Бгажноковой. - М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2010.
4. Дидактические игры-занятия в ДОУ (младший возраст). Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ. /авт.-сост. Е.Н. Панова. - Воронеж: ЧП Лакоценин С.С.,2007.
5. Гусарова Н.Н. Маленькие сказки и развивающие упражнения для дошкольников. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
6. Коррекционно-развивающие технологии в ДОУ: программы развития личностной, познавательной, эмоционально-волевой сферы детей, диагностический комплекс /авт.-сост. Л.В. Годовникова. - Волгоград: Учитель, 2013.
7. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Л.Б. Баряева и др.; под. ред. Л.Б. Баряевой.-СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.
8. Худенко Е.Д., Дедюхина Г.В. Комплексная программа развития и социализации особого ребенка в семье. – М., 2009

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с ментальными нарушениями по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (1 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)						
1.1.	Имеет представление о себе						
1.2.	Ориентируется в схеме собственного тела						
1.3.	Знает предметы личной гигиены						
2.	ЗДРАВСТВУЙ, МИР!(основы социализации и общения)						
2.1.	Откликается на свое имя						
2.2.	Поддерживает доброжелательные отношения с окружающими						
3.3.	Обращается с просьбой, используя вербальные или невербальные средства коммуникации						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с ментальными нарушениями по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (2 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)						

1.1.	Ориентируется в схеме собственного тела						
1.2.	Соблюдает личную гигиену						
1.3.	Имеет представление об овощах и фруктах						
1.4.	Соблюдает правила безопасного поведения в группе и на улице						
2.	ЗДРАВСТВУЙ, МИР! (основы социализации и общения)						
2.1.	Откликается на свое имя и фамилию						
2.2.	Представления о правилах дорожного движения, транспорте						
2.3.	Выполняет просьбу взрослого						
2.4	Приветствует и прощается с окружающими в доступной форме						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с умственной отсталостью по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (3 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ (здоровьесбережение и самопознание)						
1.1.	Идентификация себя как мальчика						
1.2.	Соблюдение личной гигиены						
1.3.	Знание основ здорового образа жизни						
1.4.	Соблюдение правил безопасного поведения в группе, на улице, общественных местах						
2.	ЗДРАВСТВУЙ, МИР! (основы социализации и общения)						

2.1.	Откликается на свое имя и фамилию						
2.2.	Развитие коммуникативных навыков						
2.3.	Умеет здороваться и прощаться						
2.4.	Выполнение поручений						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с ментальными нарушениями по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (1 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	Я САМА (бытовая самостоятельность)						
1.1.	Имеет представление о себе						
1.2.	Ориентируется в схеме собственного тела						
1.3.	Имеет представление об туалетных принадлежностях						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели:

Карта промежуточной аттестации

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с ментальными нарушениями по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (2 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	Я САМА (бытовая самостоятельность)						
1.1.	Имеет представление о себе						
1.2.	Ориентируется в схеме собственного тела						
1.3.	Имеет представление об туалетных принадлежностях						
1.4.	Имеет представление об уходе за волосами						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

адаптированной рабочей программы дополнительного образования для детей школьного возраста с ментальными нарушениями по формированию социально-значимых компетенций «Учимся вместе» (3 уровень)

Ф.И. ребенка _____

№ п/п	Оцениваемый критерий	декабрь			май		
		Н	С	В	Н	С	В
1.	Я САМА (бытовая самостоятельность)						
1.1.	Имеет представление о себе						
1.2.	Ориентируется в схеме собственного тела						
1.3.	Имеет представление об туалетных принадлежностях						

1.4	Имеет представление об уходе за волосами						
1.4	Имеет представление о посуде						
1.5	Имеет представление об основных правилах безопасного пользования туалетом						
	Средний показатель						

Уровни освоения программы:

«В» - высокий (справляется самостоятельно)

«С» - средний (выполняет с помощью взрослого)

«Н» - низкий (не выполняет даже с помощью взрослого).

Заключение:

Воспитатели: