

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Уральский государственный педагогический университет»  
Институт специального образования

Кафедра специальной педагогики и специальной психологии

## **Формирование базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Выпускная квалификационная работа  
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование  
Профиль «Олигофренопедагогика»

Квалификационная работа  
допущена к защите  
Зав. кафедрой  
к.п.н., профессор О.В. Алмазова

\_\_\_\_\_  
дата                      подпись

Руководитель ОПОП:  
к.п.н., доцент Г.Г. Зак

\_\_\_\_\_  
подпись

Исполнитель:  
Коршунова Алёна Александровна,  
обучающийся БО-41 группы  
очного отделения

\_\_\_\_\_  
подпись

Научный руководитель:  
Брызгалова Светлана Олеговна,  
к.п.н., доцент  
кафедры специальной  
педагогики и специальной  
психологии

\_\_\_\_\_  
Подпись

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ УОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	9
1.1.Социализация как основной фактор жизненной подготовки обучающихся с умеренной умственной отсталостью.....	9
1.2.Формирование базовых социальных навыков обучающихся с нормативным развитием.....	15
1.3.Психолого–педагогическая характеристика обучающихся с умеренной умственной отсталостью.....	18
1.4.Особенности формирования базовыхсоциальных навыков обучающихся с умереннойумственной отсталостью.....	22
ГЛАВА 2. ИЗУЧЕНИЕ СФОРМИРОВАННОСТИ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ УОБУЧАЮЩИХСЯС УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	28
2.1. Характеристика базы исследования и контингента детей, задействованных в эксперименте.....	28
2.2.Обзор методов и методик изучения сформированности базовых социальных навыкову обучающихся с умеренной умственной отсталостью.....	31
2.3. Анализ результатов экспериментального исследования.....	36
ГЛАВА 3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	41
3.1.Содержание программы по формированию базовых социальных	

навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью.....	41
3.2 Апробация программы по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью.....	62
3.3 Анализ результатов контрольного эксперимента.....	68
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	73
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ	

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Формирование базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью имеет большое значение в дальнейшей адаптации данного контингента в жизни. Социальные навыки необходимы для развития самостоятельности и независимости обучающихся, для воспитания личности в целом.

Подчеркивая важность процесса формирования базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью, необходимо отметить распространенность инклюзивных процессов прописанных в Федеральном государственном стандарте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Б. Л. Блейкер писал, что одна из самых важных задач для обучающихся – научиться обслуживать себя: одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу, купаться и умываться. Обучающиеся осваивают эти умения в числе первых, после чего уже никто не напоминает, как это делать. Обучающиеся пользуются ими автоматически каждый день [4].

В. А. Шинкаренко выделял формирование базовых социальных навыков, как неотъемлемый этап в жизни, который необходимо пройти каждому человеку.

От уровня сформированности базовых социальных навыков, зависит последующая адаптация к жизни в обществе. Формирование базовых социальных навыков – это важный этап в развитии самостоятельности. Сформированные социальные навыки позволяют самостоятельно есть, пить, одеваться, соблюдать личную гигиену. Обучающимся с умеренной умственной отсталостью, формирование этих

навыков дается намного тяжелей, чем детям с нормативным развитием. У обучающихся с умеренной умственной отсталостью нарушены сенсорные процессы, мелкая и общая моторика, мышление, внимание, поэтому обучающемуся трудно освоить каждое новое действие. Любое действие достаточно сложно по своей структуре. Чтобы выполнить какое - либо действие, обучающемуся надо сориентироваться в пространстве, соотнести движение руки и то, как он поставит кисть, со своеобразием того или иного предмета, учесть его свойства, представить движение.

Обучение базовым социальным навыкам позволяет эффективно решать задачи расширения представлений и знаний обучающихся об окружающих вещах, сенсорного воспитания. Также, обучение базовым социальным навыкам способствует развитию речи, тонкой моторики и зрительно-моторной координации. Способствует развитию умения выполнять действия по словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий.

В настоящее время педагоги специальных образовательных организациях и родители имеют возможность обратиться к ряду программ и других изданий, помогающих сориентироваться в содержании трудового воспитания обучающихся с умственной отсталостью. В них выделяются общие направления трудового воспитания и конкретные навыки, задания, поручения, которыми должны овладеть эти дети [52].

И.Ю. Левченко отмечала, существенная роль в решении коррекционных, воспитательных и образовательных задач специальной педагогики принадлежит трудовому воспитанию. Включаясь в трудовой процесс, обучающиеся коренным образом меняют свое представление о себе и об окружающем мире. Меняется самооценка. В процессе общения и овладения новыми знаниями формируется мировоззрение ребенка.

Трудовая деятельность позволяет включать детей в процессы, которые оказывают благотворное влияние на весь организм. У них воспитываются

необходимые навыки личной гигиены, привычка следить за чистотой помещения, что создает условия для здорового образа жизни.

Обучение должно быть максимально индивидуализировано в зависимости от двигательных возможностей обучающегося. Двигательные умения, необходимо включались в повседневную жизнь и практическую деятельность, постоянно развивались и постепенно становились автоматизированными навыками [32].

**Объектом** исследования являются базовые социальные навыки у обучающихся с умеренной умственной отсталостью.

**Предмет** исследования – формирование базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью.

**Целью** исследования является изучение сформированности базовых социальных навыков, у обучающихся с умеренной умственной отсталостью и составление специальной программы по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью

**Задачи исследования:**

1. Изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Обзор методов и методик для исследования базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью
3. Изучение уровня сформированности социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью и обработка результатов.
4. Составление и апробация специальной программы освоение базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью

**Гипотеза:** если, при формировании базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью использовать специально составленную программу, учитывающую особенности данного контингента детей, то возможно, будет не только эффективное

формирование базовых социальных навыков но и развитие самостоятельности обучающихся.

**База исследования.** Исследование проходило на базе государственного казенного общеобразовательной организации Свердловской области, Екатеринбургской школы №1.

**Структура ВКР.** Выпускная квалификационная работа состоит из 3 глав; введения; заключения; приложений; списка литературы (55 источников); таблиц в ВКР –6; рисунков – 4.

# **ГЛАВА 1. ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ УОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ**

## **1.1. Социализация как основной фактор жизненной подготовки обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Формирование базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью важнейший этап в воспитании личности человека. Так как, дальнейшее развитие, дальнейшая социализация в общественной жизни не может протекать нормально, если у ребенка не сформированы базовые социальные навыки. Для обучающегося с умеренной умственной отсталостью преодолеть трудности и овладеть такими навыками как, самостоятельно пить из чашки или надевать рубашку – достижение, способное резко поднять его самооценку.

Г.М. Коджаспирова дает такое определение понятию навык – действие, доведенное до автоматизма; формирующееся путем многократного повторения [25].

А.С. Воронин описывает навык, как автоматизированное умение; компонент практической деятельности, проявляющееся в автоматическом выполнении необходимых действий, доведенных до совершенства путем многократного повторения[6].

И.Ю. Устинов в своих трудах отмечает навык, как автоматизированное выполнение операции, которое не требует постоянного контроля сознания; такой уровень освоения операции, при котором она выполняется как бы автоматически, рефлекторно, без постоянного



контроля сознания. Таким образом,навык – это условный рефлекс. Формирование некоторых навыков происходит под влиянием повторяющихся ситуаций, требующих специфической реакции. При управляемом усвоении объективного опыта человечества (например, при обучении) для формирования навыков планируются и проводятся специальные тренировки. Качество и прочность сформированного навыка зависит от количества повторений [43].

Социальные навыки можно определить, как формы специально усвоенного поведения, к которым индивид прибегает при социальном взаимодействии, с целью добиться от окружающих поощрительных реакций.

Социальные навыки – это жизненные навыки, необходимые для процессов социализации и включения нормальную в жизнь общества.

В базовые социальные навыки входят: умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу, купаться, умываться и т.п. Уровень их сформированности напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его независимости[5].

В своих трудах А.Г. Маклаков писал, что при формировании навыков большую роль играет организация процесса трудового воспитания.

В своих трудах А.Г. Маклаков отмечал, что при формировании базовыхсоциальныхнавыковбольшую роль играет не только семья, в процессе учебной и внеклассной деятельности ребенка, но и правильная организация трудового воспитания. Трудовое воспитание – это целенаправленный процесс формирования элементарных трудовых умений, позитивной мотивации. Трудовое воспитание обучающихся с умеренной умственной отсталостью характеризуется специфическими особенностями: нарушениями в моторном, интеллектуальном развитии. Трудовая деятельность направлена на то, чтобы сформировать у

обучающихся навыки планирования работы, вербализации действий, анализа трудового процесса и оценки результата труда[33].

Существует несколько классификаций базовых социальных навыков.

А.И.Мещеряков выделяет следующие навыки:

1. Навыки раздевания и одевания. Включает в себя умение одеваться и раздеваться (утром, вечером, на прогулку, после прогулки).

2. Навыки, связанные с утренним и вечерним туалетом: чистка зубов, полоскание рта, мытье и вытирание рук, ног, лица, ушей; причесывание, пользование уборной (туалетом).

3. Навыки приема пищи. Это навыки необходимые для приема пищи: правильная поза за столом во время еды, пользование столовой посудой (ложкой, тарелкой, чашкой, салфеткой).

4. Навыки, связанные с гигиеной сна. А именно, заправка и приготовление постели, правильное положение тела во время сна, пользование ночным горшком.

5. Навыки поведения: в столовой, в спальне, на прогулке; соблюдение опрятности, пользование мусорной корзинкой [36].

В.А. Шинкаренко дает следующую классификацию навыкам самообслуживания:

1. Гигиена тела: умывание, мытье под душем, в ванной, в бане. В т.ч. пользование кранами горячей и холодной воды; мытье рук; мытье ног; мытье лица; мытье волос с использованием мыла, шампуней; намыливание мочалки; использование мочалки при мытье; смывание моющих средств при мытье под душем, в ванной, в бане; вытирание полотенцем малых размеров; вытирание банным полотенцем; пользование, сушильным автоматом (электро-полотенцем). Полоскание зубов; чистка зубов. Гигиена интимных частей тела. Расчесывание (причесывание) волос. Использование носового платка. Использование вазелина, детского крема для ухода за кожей, гигиенической помады, дезодоранта. Стрижка ногтей

2. Пользование туалетом: умение проситься в туалет в знакомой обстановке и в незнакомой обстановке, умение откладывать (сдерживать) опрвление нужды, расстегивание и снятие одежды перед опрвлением нужды, опрвление нужды в унитаза, горшок, писсуар, пользование туалетной бумагой, смывание унитаза, мытье рук после опрвления нужды.

3. Питание: питье из чашки, кружки, стакана, использование соломки для питья, использование при приеме пищи столовых приборов, использование салфетки, наливание холодной и теплой жидкости, разворачивание несложных упаковок (на конфетах, печенье, шоколаде ит.п.), отвинчивание пробки, открывание картонной упаковки с жидкостью, очистка фруктов от кожуры, мытье овощей, фруктов, ягод перед употреблением их в пищу, накладывание и размешивание сахара, намазывание масла на хлеб, отрезание масла, колбасы, сыра, хлеба, очистка картофеля, других овощей, нарезание овощей, фруктов, простейшая сервировка стола, уборка стола, мытье посуды, вытирание посуды.

4. Одежда. Одевание и раздевание: надевание и снятие отдельных предметов одежды (гольф; чулок; колготок; головных уборов; варежек, рукавиц, перчаток; трусов; шортов; брюк; маек, сарафана, платья (через голову); пальто), заправка рубашки. Застегивание и расстегивание одежды на: пуговицах, молниях, крючках, петлях. Расшнуровывание и зашнуровывание элементов одежды, заправка и застегивание ремня, завязывание и развязывание шарфа, пояса, платка, косынки, ленточек. Раздевание и одевание в определенном порядке, складывание одежды, развешивание одежды.

5. Обувь. Одевание и снятие обуви: надевание и снятие отдельных предметов обуви: домашних тапочек; полукед; туфель; ботинок; сапог. Расшнуровывание и зашнуровывание обуви: с выполнением завязывания. Расстегивание и застегивание обуви на: «липучках»; молниях; пряжках. Размещение снятой обуви в отведенном для ее хранения месте.

6.Обежда и обувь. Гигиена и уход: чистка одежды сухой платяной щеткой, протираание, мытье резиновой обуви,чистка обуви:текстильной;валяной;замшевой; сушка обуви; стирка с мылом личных мелких вещей; сушка личных мелких вещей; пришивание пуговиц вплотную к ткани [52].

Следует различать понятия привычка и умение. Г.М. Каджаспирова дает следующие определения этим понятиям.

Привычка –сложившийся способ поведения, осуществление которого в определенной ситуации приобретает для человека характер потребности. Привычки могут не только складываться стихийно, но и быть продуктом направленного воспитания, перерастать в устойчивые черты характера.

Умение –это подготовленность к теоретическим и практическим действиям, выполнение которых требует быстрой, точной, сознательной реакции, на основе усвоенных знаний и жизненного опыта. Умение формируется путем упражнений и создает возможность выполнения действия не только в привычных, но и в изменившихся условиях [25].

Нарушение интеллекта – это стойкое необратимое нарушение познавательной деятельности, возникшее в результате органического поражения головного мозга [20].

Под интеллектом принято понимать, способность человека успешно применять полученные знания и опыт в практической деятельности, в частности ставить перед собой задачи, вытекающие из реальной действительности, и успешно решать их [41].

Интеллект – система всех познавательных способностей индивида, способность к познанию и решению проблем, определяющих успешность любой деятельности[6].

С.Д. Забрамная в своих трудах описывает умственную отсталость, не просто как «малое количество ума», она пишет, что это качественные изменения всей психики, всей личности в целом, возникшие в результате перенесенных органических повреждений центральной нервной

системы. Умственная отсталость, это такая нарушение развития, при котором страдают не только интеллект, но и высшие психические функции, физическое развитие [19].

В Международной классификации болезней десятого пересмотра (МКБ-10), умственная отсталость – это состояние задержанного или неполного развития психики, характеризующееся нарушением способностей, которые проявляются у обучающихся в период созревания, обеспечивающих общий уровень интеллектуальности, т.е. когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей. Отсталость может развиваться в сочетании с любыми другими психическими или соматическими расстройствами или возникнуть без них.

В настоящее время выделяют: легкую умственную отсталость: F-70, умеренную умственную отсталость: F-71, тяжелую умственную отсталость: F-72, глубокую умственную отсталость: F-73. Эти обозначения впервые появились в международной классификации десятого пересмотра (МКБ10).

МКБ10 –документ, включающий в себя статистическую и классификационную основу в здравоохранении. Периодически (раз в десять лет) пересматривается под руководством ВОЗ (всемирная организация здоровья). МКБ является нормативным документом, обеспечивающим единство методических подходов и международную сопоставимость материалов.

В России органы и организации здравоохранения осуществили переход статистического учета на МКБ-10 в 1999 году.

При легкой степени умственной отсталости, обучающиеся способны усваивать базовые социальные навыки. Обучающиеся сталкиваются с некоторыми трудностями в обучении. Речевые навыки формируются с некоторой задержкой. Большинство способны использовать речь в повседневных целях, поддерживать беседу и участвовать в клиническом расспросе. К позднему подростковому возрасту обучающиеся осваивают программу пяти-шести классов обычной школы. Ориентировочный IQ

(коэффициент интеллекта) составляет 50-69 (в зрелом возрасте умственное развитие соответствует развитию в возрасте 9-12 лет). Большинство взрослых людей с легкой степенью умственной отсталости способны работать, поддерживать нормальные социальные отношения и вносить вклад в общество. Справляются с посильным трудом, который не требует владения навыками абстрактного мышления, самостоятельно жить и вести хозяйство.

Умеренная умственная отсталость – ориентировочный IQ - 35 до 49 (в зрелом возрасте умственное развитие соответствует развитию в возрасте 6-9 лет). Наблюдается заметное отставание в развитии с детства, но большинство способны обучаться и достичь определенной степени независимости в самообслуживании, приобрести адекватные коммуникационные и учебные навыки. У таких людей медленно развиваются понимание и использование речи, ограничено окончательное ее развитие. Отстает развитие моторики. Обучающиеся способны освоить базовые социальные и ручные навыки, навыки ориентировки в знакомой местности. После окончания специальной (коррекционной школы), обучающиеся с умеренной умственной отсталостью могут избирательно общаться и устойчиво справляться с неквалифицированным, несложным трудом в специализированных условиях. Взрослые будут нуждаться в разных видах поддержки в быту и на работе.

Тяжелая степень умственной отсталости – ориентировочный IQ колеблется от 20 до 34 (в зрелом возрасте умственное развитие соответствует развитию в возрасте 3-6 лет). Вероятна необходимость постоянной поддержки и наблюдения. Минимально развитие речевых навыков и моторики. В дошкольном периоде дети с тяжелой степенью умственной отсталости не способны к самообслуживанию и общению. При систематических занятиях в подростковом возрасте оказывается возможным ограниченное речевое и невербальное общение, освоение элементарных навыков самообслуживания (прием пищи, умыться, одеться и др.). При постоянном наблюдении возможно достижение автономности существования на резко сниженном уровне.

Глубокая умственная отсталость –ориентировочный IQ ниже 20 (в зрелом возрасте умственное развитие ниже развития в трехлетнем возрасте). Развитие сенсомоторики на минимальном уровне, позволяет уже в подростковом возрасте при систематической тренировке добиться развития резко ограниченных базовых социальных навыков. Такие обучающиеся нуждаются в постоянном контроле и уходе, так как большинство больных остаются неподвижными и неспособными контролировать физиологические отправления. Общение доступно, лишь на невербальном уровне. Результатом является тяжелое ограничение самообслуживания, коммуникабельности и подвижности[13].

Формирование базовых социальных навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью это очень длительный и трудоемкий процесс, так как нарушены многие психические процессы.

Вывод: базовые социальные навыки – это базовые автоматизированные умения, необходимые, для жизни в современном обществе.

Выделяют несколько классификаций социальных навыков. Наиболее распространенной является классификация Шинкаренко В.А.

У обучающихся с умеренной умственной отсталостью освоение базовых социальных навыков затруднено и требует специальной подготовки.

## **1.2. Формирование социальных навыков обучающихся нормативным развитием**

Изучением ребенка с нормативным развитием занимались Л.Ц. Кагермазова, Г.А. Кураев, А.Г.Маклаков и многие другие.

Взрослея, ребенок все больше стремится к самостоятельности. В 2-3 года ребенок может сам снять рубашку, а к пяти годам – самостоятельно

накрыть на стол. Уметь заботиться о себе, необходимый навык для социально-личностного развития детей.

Нормально развивающийся ребенок, овладевает некоторыми базовыми навыками в первом году жизни. Уже к 18 месяцам ребенок способен добиться значительных результатов. Например, он учится самостоятельно держать столовые приборы во время еды, просится в туалет и т.д. К 4 годам при непосредственной помощи взрослого, у ребенка формируются основные навыки. А именно, навыки: одевания, чистки зубов, мытья рук и навыки пользования туалетом [12].

В полной мере, самостоятельно ухаживать за собой дети начинают в более взрослом возрасте, но первые признаки самостоятельности начинают проявляться довольно рано.

К 8 месяцам дети учатся понимать, связь различных предметов между собой. Поэтому, они могут пользоваться ими в соответствии с их предназначением. Дети с нормативным развитием могут причесать волосы расческой или, подражая взрослому имитировать разговор по игрушечному телефону. К 24 месяцам, ребенок может пить из чашки, а через несколько месяцев он учится сам держать ее в руках.

После первого года дети начинают осознавать себя, как отдельную личность. К 15 месяцам дети могут узнать себя в зеркале. По мере укрепления собственного «я» у детей формируются основные базовые социальные навыки.

В течение следующих трех лет дети с нормативным развитием овладевают такими навыками, как:

Пользоваться вилкой и ложкой: в большинстве случаев, навык пользования приборами развивается к 17-18 месяцам. Но некоторые дети начинают пользоваться приборами уже после 13 месяцев. К 4 годам обучающийся, уже учится пользоваться приборами практически как взрослый, поэтому целесообразно уже с этого возраста обучать его правилам этикета и нормам поведения за столом.



С 12 по 20 месяцев дети научаются самостоятельно снимать и расстегивать одежду на простых застежках(кнопки, липучки).

Чистить зубы: к 16 месяцам дети начинают проявлять желание выполнять это действие самостоятельно. Но, как правило, овладение этим навыком приходит только в промежутке между 3 и 4 годами. При этом до 7 лет процесс чистки зубов необходимо контролировать.

Мыть и вытирать руки: этот навык развивается у детей между 19 и 30 месяцами, одновременно с умением ходить в туалет.

Одевание. Уже в 20 месяцев дети могут одевать свободную одежду, через несколько месяцев — футболки, майки и т.д. А к 2,5 – 3 годам дети могут полностью одеваться сам. Примерно в возрасте около 27 месяцев они, научаются снимать обувь.

Пользование туалетом. Большинство детей овладевают данным навыком к 1,5 – 2 годам, но у некоторых детей на формирование данного навыка уходит гораздо больше времени. Существует два ключевых признака готовности к пользованию туалетом: 1 – умение самостоятельно снимать и надевать штаны (колготки); 2 – понимание своих естественных позывов.

Самостоятельноеприготовление завтрака. Как правило, обучающийся в возрасте 3 лет может выполнить некоторые элементарные действия. Например:насыпать хлопья из коробки и залить их молоком. Большая часть обучающихсяучатся этому к 4,5 годам.

Уход за помещением.С 3 лет,обучающихся необходимо приучать раскладывать все вещи по своим местам, прибирать за собой игрушки.

По мере взросления ребенок учится лучше и лучше заботиться о себе.

К школе обучающиеся должны овладеть всем спектром базовых социальных навыков. В младшем школьном возрасте, должны формироваться такие умения, как подготовка к школе, к тому или иному уроку, развиваться самостоятельность в выполнении определенных трудовых заданий и т.д.

Вывод: Базовые социальные навыки в норме формируются уже к первому классу. В период обучения в школе ребенок самостоятельно начинает следить за чистотой рабочего места, за опрятностью одежды и т.д.

### **1.3. Психолого–педагогическая характеристика обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Изучением обучающихся с умеренной умственной отсталостью занимались такие ученые, как Л.М.Шипицына, А.Р. Маллер, С.Д. Забрамная.

Умственная отсталость – это качественные изменения психики обучающегося, его личности в целом, возникшие вследствие органического поражения головного мозга, при котором страдают не только интеллект, но и все высшие психические функции.

У обучающихся с умеренной умственной отсталостью, относительно нормативного развития более замедленны процессы формирования понимания и использования речи, а окончательное развитие в этой области ограничено. Отстает развитие базовых социальных навыков и моторики, некоторые дети нуждаются в надзоре на протяжении всей жизни. Для обучающихся характерно, ограничение школьных успехов, но часть детей, все же осваивает основные навыки, необходимые для чтения, письма и счета. В зрелом возрасте, лица с умственной отсталостью могут справиться с простой практической работой при тщательном построении заданий и обеспечении квалифицированного надзора. Некоторые способны достичь самостоятельного проживания. Взрослея обучающиеся становятся, достаточно мобильны, большинство из них обнаруживают признаки социального развития, что заключается в способности к установлению контактов, общению с другими людьми и участию в элементарных социальных занятиях[13].

С.Д. Забрамная и Т.Н. Исаева в своей статье раскрывают характерные черты присущие той или иной степени умственной отсталости. Например, относительно двигательной сферы, можно отметить определенную неловкость крупных движений, недостаточную координированность при выполнении тех или иных действий (в статическом положении, при выполнении динамических и силовых проб, при совместных действиях обеих рук, ног и т.д.). Недостаточно сформированы тонкие движения пальцев рук. Отмечаются нарушения произвольных движений. Обучающиеся с легкой степенью умственной отсталости способны овладеть базовыми социальными навыками и выполнить несложные бытовые действия. Способны контролировать свои потребности физиологического характера, соблюдать гигиену (принимать пищу, тщательно пережевывать и не проливая, пользоваться носовым платком, туалетной бумагой, чистить зубы и т.д.), а также одеваться, складывать одежду на место. В случаях затруднения используют помощь взрослого.

При умеренной и тяжелой умственной отсталости, отклонения в физической развитии, являются более выраженными.

При умеренной умственной отсталости у обучающихся можно отметить нечеткость основных движений, неловкую походку, слабую регуляцию мышечных усилий, трудности зрительно-двигательной координации, трудности самостоятельного выполнения двигательных упражнений, а также недоразвитие дифференцированных движений пальцев рук и недостатки произвольных движений. У обучающихся с умеренной умственной отсталостью большие трудности вызывает самостоятельное выполнение действий по самообслуживанию и овладение различными бытовыми навыками. При выполнении гигиенических процедур, при одевании, приеме пищи возникают трудности в усвоении правильной последовательности действий. Нуждаются в постоянной стимуляции и совместных действиях со взрослым.

При тяжелой умственной отсталости наблюдаются: неустойчивость походки обучающихся, хаотичность некоторых движений, плохая координация, слабая регуляция мышечных усилий. Большинству обучающихся с трудом дается удержание предметов в руке. Грубые нарушения зрительно-двигательной координации. Невозможность выполнения двигательных упражнений по подражанию взрослому. Грубое недоразвитие дифференцированных движений пальцев рук. Недостатки произвольных движений носят выраженный стойкий характер. При обслуживании себя очень зависимы от помощи взрослого. Затруднен самоконтроль физиологических потребностей. Не выполняют самостоятельно действий по личной гигиене [21].

Е.А. Мастюков в своих трудах пишет об особенностях клинической картины, наличии органической этиологии и сопутствующих расстройств, тяжелая умственная отсталость во многом сходна с категорией умеренной умственной отсталости. Нижние уровни функционирования, отмеченные в F71, наиболее характерны и для этой группы обучающихся. У большинства обучающихся, наблюдается выраженная степень моторного нарушения или другие сопутствующие дефекты, указывающие на наличие клинически значимого повреждения или аномального развития центральной нервной системы [34].

При глубокой степени умственной отсталости коэффициент умственного развития ниже 20, отсюда следует, что дети ограничены в способностях к пониманию или выполнению требований или инструкций. Большинство таких детей неподвижны или резко ограничены в подвижности. Как правило, не способны контролировать физиологические процессы, а именно страдают недержанием мочи и кала. С данным контингентом детей возможны лишь самые элементарные формы невербальной коммуникации. Они неспособны либо мало - способны заботиться о своих основных потребностях и нуждаются в постоянной помощи и надзоре [21].

Л.М. Шипицына отмечает, что для обучающихся с умеренной умственной отсталостью характерно недоразвитие когнитивных функций, страдает восприятие. Это является результатом снижения слуха, зрения, недоразвития речи, узким объемом восприятия. Обучающиеся с трудом отделяют главное от второстепенного. Восприятие характеризуется замедленным темпом, нарушением его обобщенности, и меньшей дифференцированностью. В учебной деятельности это проявляется в том, что обучающиеся путают похожие буквы, картинки, цифры, слова и пр. Для обучающихся характерны трудности восприятия пространства и времени.

Восприятие тесно связано с такой психической функцией, как мышление. Мышление – это основной инструмент познания. Его формы: анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Анализируя, обучающийся может пропустить ряд важных свойств, выделяя лишь самые заметные части. При анализе предметов, выделяют в основном общие характеристики, а не индивидуальные свойства предмета. Поэтому у обучающегося нет представления о предмете в целом. Сравнение по незначительным или по несоотнесимым признакам, происходит в следствие несформированности навыка вычленять главные признаки.[51].

О.П. Гаврилушкина в своих трудах указывает на то, что для успешного обучения, необходимо чтобы обучающиеся обладали достаточно развитым воображением. У обучающихся с умеренной умственной отсталостью воображение характеризуется фрагментарностью, неточностью и схематичностью.

Внимание характеризуется замедленной переключаемостью, маленькой устойчивостью и трудностью его распределения. При умственной отсталости сильно страдает произвольное внимание [13].

Е.В. Морожина отмечает, что при умственной отсталости нарушается фонетическая сторона речи, лексика и грамматика. Большинству умственно

отсталых обучающихся свойственны существенные отклонения в словесно-логическом мышлении. У обучающихся возникают трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи [37].

В своих трудах К.С. Лебединская описывает нарушения эмоционально-волевой сферы. Для умственно отсталых детей обучающихся в первом классе характерны: эмоциональная неустойчивость, слабость собственных намерений, побуждений. Нарушение эмоционально-волевой сферы характеризуется также недоразвитием личностных компонентов. Чаще дети выбирают тот вид деятельности, который не требует приложения волевых усилий [31].

Е.В. Морожина выделяет следующую особенность формирования базовых социальных навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью: умственно отсталые дети, приступают к работе, не руководствуясь конечной целью. У обучающихся могут возникнуть проблемы в самостоятельном планировании собственной деятельности. В ходе работы обучающиеся часто возвращаются к предыдущим этапам. Одной из важнейших характеристик деятельности умственно отсталых является не критичность к выполненной работе [37].

#### **1.4. Особенности формирования базовых социальных навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Изучением особенностей формирования базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью занимались такие ученые как Захарова И.Ю., Морожина Е.В., Фадина Г.В., Никольская О.С. и др.

Формирование базовых социальных навыков – очень сложный и длительный процесс, но это единственный верный путь к реабилитации.

В своих работах Г.В. Фаина пишет, что взрослея, обучающийся учится делать все больше вещей самостоятельно. Воспитание базовых социальных навыков у обучающегося с умеренной умственной отсталостью является начальным звеном в воспитании личности человека.

Формирование у обучающихся с умеренной умственной отсталостью базовых (т.е. минимально необходимых) жизненно-практических навыков должно стать предметом особой заботы, как в специальных образовательных организациях, так и в семье[44].

В.А. Шинкаренко отмечает, что овладение, даже самыми простыми, социальными навыками не только снижает зависимость обучающихся от окружающих (одновременно облегчая их деятельность по уходу за ребенком), но и направлен на укрепление их уверенности в своих силах, способствует продвижению в психомоторном развитии и формированию общей структуры деятельности, создает предпосылки другим видам деятельности.

У обучающихся с умеренной умственной отсталостью возможно успешное формирование последовательно усложняющихся навыков: гигиена тела; пользование туалетом; прием пищи; навык правильного обращения с продуктами питания и их элементарной обработки; приготовление простых блюд; одевание и раздевание; навык ухода за одеждой и обувью; поддержание порядка в помещении и его уборки; уход за комнатными растениями; уборка территории; выполнение мелких покупок; некоторых других базовых социальных навыков [52].

Е.В. Морожина обращает внимание на то, что у обучающихся с умеренной умственной отсталостью формирование базовых социальных навыков не происходит самопроизвольно. Они формируются в процессе трудового воспитания в специальных образовательных организациях, в семье. Поэтому в обучении этим навыкам должны принимать участие как

специалисты, так и родители. В основе такого обучения лежит специальная программа, которая учитывает индивидуальные возможности ребенка [37].

Как правило, к четырем годам базовые социальные навыки либо совсем не сформированы, либо сформированы частично, но в очень малом объеме.

У обучающихся умеренной умственной отсталости заметно отстает развитие социальных навыков. При проявлении определенной настойчивости и терпении, данному контингенту можно привить такие навыки, но некоторые дети нуждаются в надзоре на протяжении всей жизни. Участие в общественном труде ограничено и сводится к выполнению простой физической работы при постоянном контроле и побуждении, т.к. как правило чувство долга и ответственности у обучающихся не развито.

Е.В. Морожина описывает программу, разработанную на основе опыта работы Центра лечебной педагогики г. Москва, которая дает возможность обучать детей с различными нарушениями развития. Учитель, учитывая особенности и уровень развития детей, может правильно подобрать из программы подходящие для обучения разделы. В основе данной программы лежит пошаговое обучение, позволяющее быстро и эффективно обучить ребенка определенному навыку в том возрасте, который соответствует формированию этого же навыка при нормальном развитии. Для каждого навыка расписана определенная последовательность шагов (всегда от простого к сложному).

Программа работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста с минимальными мозговыми дисфункциями представлена двумя направлениями. Первый уровень - программа представлена на предметном уровне, когда при работе используются реальные предметы или их заместители. Вторая программа представлена на символическом уровне, то есть педагог использует расписание, составленное при помощи картинок или пиктограмм. Детей необходимо научить работать последовательно по заданной программе, контролировать свои действия, подчинять свое



поведение объективным требованиям, которые заданы определенной ситуацией.

Задачами такого обучения являются – определение текущего развития определенного навыка, определить последовательность шагов формирования, отработать этот навык внутри каждого шага, необходимо заранее разработать поощрительную систему, обсудить результаты с родителями обучающегося.

Нарушения, характерные для умственно отсталых обучающихся, мешают формированию базовых социальных навыков. Такими нарушениями являются: недостаточная сформированность мыслительной сферы, двигательной сферы, нарушения речи, зрения и др. Поэтому, у обучающихся с различными нарушениями развития, особенности формирования базовых социальных навыков так же будут различны.

У обучающихся с нарушением эмоционально-волевой сферы сложность обучения базовым социальным навыкам связана с нарушением контакта, трудностью произвольного внимания и страхов. Навык, которым обучающийся уже овладел, с трудом переносится в другую ситуацию, при этом неуспех может вызвать протест против повторной попытки неудавшегося действия.

У обучающихся с умеренной умственной отсталостью, трудности при формировании базовых социальных навыков возникают в результате пассивного протекания психических процессов, большого периода времени между предъявляемой информацией и ответной реакцией ребенка, выраженных двигательных нарушений (если они есть).

Особое внимание следует обратить на обучение базовым социальным навыкам обучающихся с органическими поражениями центральной нервной системы, в т. ч. с гидроцефалией, детским церебральным параличом с выраженными нарушениями движений, с эпилепсией и эписиндромом. Обучение базовым социальным навыкам занимает большое количество времени, формирование навыков происходит в медленном темпе. При

обучении необходимо адекватно подходить к подбору технических средств реабилитации.

Обучающиеся с сочетанными нарушениями развития, часто с сенсорными нарушениями (слуха, зрения, чувствительности). При работе с этой группой необходимо учитывать, какой именно дефект присутствует у обучающегося. Базовые социальные навыки формируются с опорой на сохраненные функции. К примеру, при работе со слабослышащими, необходимо задействовать зрительное восприятие, используя различные картинки, пиктограммы, предметы, символы – в зависимости от того, на каком уровне находится обучающийся [37].

А.И. Мещеряков указывал на то, что базовые социальные навыки формируются в режимные моменты (еда, сон, туалет). Но в промежутках между этими режимными моментами деятельность обучающегося, необходимо планировать и организовывать так, чтобы формирование основных жизненных навыков не прекращалось. Если обучающегося оставляют без надзора, эти навыки распадаются [36].

Вывод: в 1 главе рассмотрен процесс развития детей с сохраненным интеллектом; особенности процесса развития детей с умеренной умственной отсталостью и особенности формирования базовых социальных навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью. На основании изученной литературы, можно сделать вывод, что у обучающихся с умеренной умственной отсталостью, формирование базовых социальных навыков вызывает намного больше трудностей, чем у детей с нормативным развитием. Обучающийся с нормативным развитием уже после года может осуществить отдельные действия, направленные на себя: надеть и снять шапку, снять носки, варежки, может сам есть ложкой и т.д. Эти навыки обучающиеся приобретают сами, подражая действиям взрослых, ухаживающих за ними. У обучающихся с умеренной умственной отсталостью только через подражание, усвоение образца базовые социальные навыки формируются, по разным причинам. Например: нарушения

произвольных движений и координации, различных видов восприятия, особенности развития ЭВС, низкий уровень развития функций программирования и контроля, нарушения интеллектуального развития.

## ГЛАВА 2. ИЗУЧЕНИЕ СФОРМИРОВАННОСТИ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

### 2.1. Характеристика базы исследования и контингента обучающихся, задействованных в эксперименте

*Характеристика базы исследования.*

Экспериментальное исследование проводилось на базе государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области, Екатеринбургской школы №1.

Цель констатирующего этапа: продиагностировать уровень сформированности базовых социальных навыков у обучающихся 6 «Б» класса с умеренной умственной отсталостью.

Методы исследования: наблюдение, индивидуальная беседа с обучающимся; опрос.

Экспериментальное исследование включало два этапа: подготовительный этап и экспериментальная часть исследования.

Подготовительный этап включает в себя:

- 1) Разработку опросников и материалов необходимых для исследования
- 2) Анализ работы педагога с обучающимися и их родителями
- 3) Работа с документацией и обследование обучающихся

*Характеристика контингента обучающихся, задействованных в эксперименте.*

В эксперименте приняла участие группа обучающихся 6 «Б» класса 13-14 лет в количестве 5 человек.

**Контингент обучающихся задействованных в эксперименте**

<b>Имя</b>	<b>Класс</b>	<b>Возраст</b>	<b>Диагноз</b>
1. Евстегнеев Владислав	6 «Б»	14	F – 71
2. Конев Михаил	6 «Б»	13	F – 71
3. Лангаев Андрей	6 «Б»	13	F – 71
4. Плотников Всеволод	6 «Б»	13	F – 71
5. Тарасов Иван	6 «Б»	13	F – 71

Качественная характеристика обучающихся задействованных в экспериментальной работе.

ВладиславЕ. 2002 года рождения.

Особенности развития: эмоционально – волевая сфера незрелая. Нуждается в поддержке и одобрении со стороны взрослого. Запас общих знаний и представлений ниже возрастной нормы (знает ФИО, возраст, домашний адрес. Ближайшие родственные связи устанавливает частично. В простых географических положениях ориентируется слабо). Временные представления так же развиты слабо. Восприятие поверхностное. Концентрация внимания низкая. Неусидчив. Мышление наглядно-образное. Основные мыслительные операции сформированы слабо. Нарушение речи – дизартрия. В контакт вступает не сразу. Навыки самообслуживания развиты частично.

Михаил К. 2003 года рождения.

Особенности развития: отсутствует мотивация к обучению. Мышление конкретное, предметное с выраженной слабостью обобщения и опосредования. Внимание кратковременное, переключаемость и целенаправленные действия отсутствуют. Мелкая моторика развита плохо, тремор рук. Восприятие нарушено, не понимает субординацию в отношении между взрослым и ребенком. Контроль своих действия осуществляет плохо, ошибки самостоятельно не исправляет. Недостаточность волевого контроля ведет к эмоциональной неустойчивости, что проявляется возбуждением и импульсивным поведением. Слабо развита речь. Заметна постоянная

саливация. Плохо развиты временные и пространственные представления. Знает только свое имя, фамилию. Домашний Адрес не знает. Себя не обслуживает. При одевании и раздевании требуется помощь со стороны взрослого. Неаккуратен. Неопрятен при приеме пищи.

Андрей Л. 2003 года рождения.

Особенности развития: нарушение речи – псевдобульбарная дизартрия. Говорит односложно словами или словосочетаниями. Дизартрия. Характерна быстрая утомляемость. Вялый, малоподвижный, пассивный, с астеническим синдромом. Физически развит слабо. Нарушена координация. Эмоциональный фон несколько повышен. Запас общих знаний и представлений значительно ниже возрастной нормы. Не знает ни даты рождения, ни домашнего адреса. Родственные связи самостоятельно не устанавливает. Временные представления сформированы частично (путает последовательность дней недели, месяцев, времен года). Мышление ригидное с явными дефектами операционного компонента. Наглядно-образный тип мышления. В контакт вступает постепенно. Инструкции понимает не с первого раза. Нуждается в помощи со стороны взрослого, в индивидуальной работе. Навыки самообслуживания развиты частично.

Всеволод П. 2003 года рождения.

Особенности развития: нарушение эмоций и воли. Речь нарушена, мало понятна. Запас общих знаний и представлений крайне ограничен (не называет свою фамилию, не знает точный адрес). Временные представления развиты частично. Родственные связи не устанавливает. Восприятие фрагментарное. Все параметры внимания (устойчивость, переключаемость, распределение) нарушены. Мышление ригидное, с явными дефектами операционного компонента. Основные мыслительные операции не сформированы. Преобладающим видом мышления, является наглядно – действенное. В быту ориентирован частично. В контакт вступает плохо. В инструкции не вникает. Требуется дополнительные разъяснения. Навыки самообслуживания развиты частично.

Иван Т. 2003 года рождения.

Особенности развития: эмоционально волевая сфера нарушена. Устойчивая мотивация слабая. Запас общих знаний и представлений ниже возрастной нормы (может назвать ИФ, улицу на которой живет). Ближайшие родственные связи не устанавливает. В географических положениях не ориентируется (город, страна и т.д.). Временные представления развиты слабо. Зрительное восприятие фрагментарное, поверхностное. Внимание неустойчивое. Основные мыслительные операции сформированы слабо. Преобладающий вид мышления наглядно – образное. Нарушение речи – дизартрия. В контакт вступает свободно. Инструкции понимает с первого раза. Навыки самообслуживания развиты частично.

**Вывод:** Т.о. изучение психолого-педагогической характеристики на обучающихся 6 «Б» класса и проанализировав заключения ПМПКкомиссии: дало нам представление об актуальном состоянии развития данного контингента.

## **2.2. Обзор методов и методик изучения базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Для изучения были выделены следующие базовые социальные навыки: ежедневный туалет, поддержание надлежащего вида, пользование и уход за обувью, пользование и уход за одеждой.

Для изучения сформированности базовых социальных навыков нами были выделены следующие методы: наблюдение, индивидуальная беседа с обучающимся, опрос.

### **1. Наблюдение**

Наблюдение по каждому выбранному навыку проводилось в течение дня в соответствии с режимными моментами и расписанием.

Ежедневный туалет. Наблюдение осуществлялось за тем, как обучающиеся делают зарядку по утрам. За тем как обучающиеся умываются и моют руки: пользуются ли мылом, полотенцем. Какие манипуляции производят с краном, могут ли правильно настроить воду (холодную, горячую).

Поддержание надлежащего вида. Наблюдение проводилось за тем, как обучающиеся могут поддерживать опрятный вид на протяжении дня. Могут ли самостоятельно воспользоваться расческой. Используют ли зеркало, для проверки внешнего вида или для приведения себя в порядок (заправить рубашку, почистить одежду и т.д.). Используют ли носовой платок или салфетку по необходимости.

Пользование и уход за одеждой и обувью. Наблюдение осуществлялось с того момента как обучающийся приходил в образовательную организацию. Отмечалось, как он выглядит. Что на нем одето и как. Сам ли одевается на прогулку и раздевается после. Где хранит одежду, обувь. Убирает ее на место или оставляет там, где снял после переодевания на занятие по физической культуре. Отмечалось состояние обуви и одежды.

По данным наблюдения выставлялась оценка (балл) - от 1 до 3, который соответствовал уровню развития навыка.

Низкий уровень – ребенок не самостоятелен. Дети не могут самостоятельно пользоваться средствами гигиены: расческа, полотенце и др. – 1 балл.

Достаточный – на этом уровне дети также мало инициативны, однако в вышеперечисленных навыках, при непосредственном участии взрослого начинают проявлять самостоятельность – 2 балла

Актуальный – уровень самостоятельности обучающихся, которые могут самостоятельно причесываться, умыться без участия взрослого. Обучающийся проявляет себя для своего возраста полностью самостоятельным – 3 балла.

Данные вводились в следующую таблицу:



## Бланк результатов наблюдения

Навыки	Параметры	Актуальный уровень 3 б.	Достаточный уровень 2 б.	Низкий уровень 1б
1.Ежедневный туалет				
	Умывание			
	Зарядка			
	Пользование полотенцем			
	Пользование краном (открытие холодной и горячей воды)			
	Мытье рук			
2.Поддержание надлежащего внешнего вида				
	Пользование расческой			
	Пользование носовым платком/салфеткой			
	Использование зеркала			
	Опрятность одежды			
3. Пользование и уход за обувью				
	Надевание и снятие предметов обуви			
	Знание видов обуви			
	Назначение обуви			
	Пользование разными видами застежек			
	Уход за обувью			
	Хранение обуви			
4.Пользование и уход за одеждой				
	Надевание и снятие предметов одежды			
	Застегивание и расстегивание одежды			
	Чистка одежды			
	Хранение			
	Ремонт одежды			
<b>Всего баллов:</b>				

Актуальный уровень сформированности базовых социальных навыков – 60-45 баллов.

Достаточный уровень сформированности навыка – 44-30 балл.

Низкий уровень – от 29 и ниже.

2. Изучение уровня сформированности базовых социальных навыков в индивидуальной беседе с обучающимся.

Констатирующий эксперимент проводился с каждым обучающимся индивидуально. Он состоял из самостоятельного рассказа учащегося о навыке с опорой на карточку или наводящие вопросы.

Нами была проведена подготовительная работа. Где были заготовлены специальные карточки и перечень вопросов, по которым обучающийся должен составить рассказ.

Использовались карточки с изображением предметов (фен, расчески, полотенце, одежда и обувь разных видов и т.д.). И карточки с изображением предметов, не имеющих отношения к осуществлению выбранных навыков.

Обучающийся должен был выбрать те предметы, которые ему необходимы для выполнения базовых социальных навыков, после чего пояснить, как он использует каждый предмет. Для этого был заготовлен перечень вопросов.

Самостоятельный рассказ обучающихся по теме – выполнялся по заданию: «Назови, что это за предметы? Для чего необходим данный предмет? Как ты используешь этот предмет? Где хранишь этот предмет? и т.д.» Намечался приблизительный план рассказа обучающегося.

При этом учитывалось:

- полнота ответа
- логическая последовательность изложения
- наличие в ответах рассуждений, объяснений по наводящим вопросам
- личный опыт (самостоятельность при выполнении).

Актуальный уровень сформированности базовых социальных навыков – 3 балла. Такой балл выставлялся, если обучающийся верно

смог выбрать из предложенных изображений, необходимые, в соответствии с заданным вопросом. Ответы логичны, с наличием рассуждений. Обучающийся может объяснить свои действия, самостоятельно покажет, как он использует те или иные предметы.

Достаточный уровень – 2 балла – ответ обучающегося достаточно краток, нет наличия рассуждений. Логичность рассказа выстраивают с помощью взрослого. Адекватно оценивают помощь педагога, могут исправить указанные педагогом ошибки. Хотя у детей сформированы элементарные навыки самообслуживания и имеется личный опыт они не в состоянии применить его в полном объеме в данной ситуации.

Низкий уровень – 1 балл – обучающийся не способен выбрать нужные карточки, даже с помощью взрослого, не может дать логического ответа. При ответе использовали маленький словарный запас.

В зависимости от выполнения задания каждым ребенком, определялись уровни сформированности навыка.

2. Опрос проходил в виде индивидуальной беседы. Нами был разработан ряд вопросов. Ответы фиксировались в бланк опросника.

*Таблица 3*

**Бланк опросника**

Вопрос	Ответ обучающегося
1.Что может помочь взбодриться (проснуться) утром?	
2.Что тебе необходимо для того, чтобы умыться?	
3.Когда ты умываешься?	
4.Что используют при сушке волос?	
5.Для чего нужно зеркало?	
6.Перечисли, какие виды обуви ты знаешь?	
7.Что делают с обувью, прежде чем убрать на хранение?	
8.Какие виды одежды ты знаешь?	
9.Где хранишь одежду?	
10.Кто дома убирает снятые вещи на место?	
11.Кто ремонтирует одежду?	

### 2.3. Анализ результатов экспериментального исследования

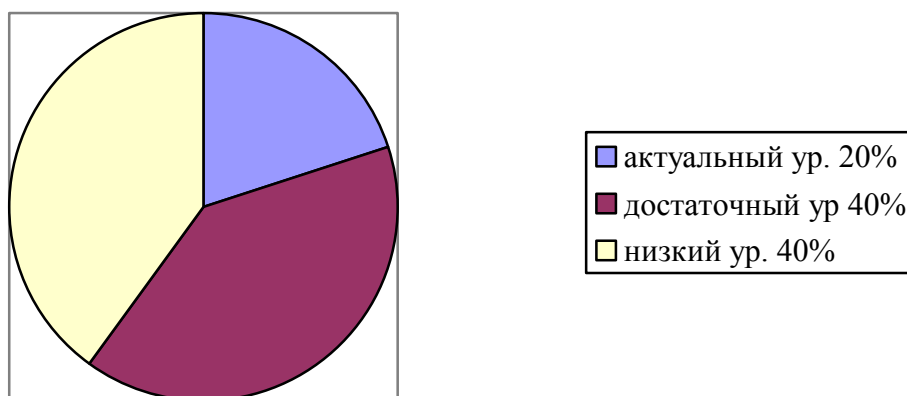
Наблюдение за обучающимися позволило выявить уровень сформированности у обучающихся 6 «Б» базовых социальных навыков. Результаты можно представить в виде таблицы.

На каждого обучающегося предоставляется свой бланк наблюдения. См. приложение 1.

По результатам обследования обучающиеся разделились на три группы уровню сформированности базовых социальных навыков:

- актуальный уровень – 1 обучающийся
- достаточный – 2 обучающихся
- низкий – 2 обучающихся.

Результаты по итогам проведения наблюдения представлены в виде диаграммы, изображенной на рисунке 1.



*Рис.1 Уровень сформированности базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью. Итоги наблюдения констатирующего эксперимента*

Результаты индивидуальной беседы с обучающимися представлены в таблице 4.

Таблица 4

**Результаты индивидуальной беседы констатирующего  
эксперимента**

№	Ф.И обучающегося	Базовый навык	Уровни		
			Актуаль- ный	Достато- чный	Низкий
		Ежедневный туалет			
1.	Владислав Е				1
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л				1
4.	Всеволод П				1
5.	Иван Т		3		
		Поддержание надлежащего внешнего вида			
1.	Владислав Е			2	
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л			2	
4.	Всеволод П				1
5.	Иван Т			2	
		Пользование и уход за обувью			
1.	Владислав Е			2	
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л				1
4.	Всеволод П				1
5.	Иван Т		3		
		Пользование и уход за одеждой			
1.	Владислав Е			2	
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л				1
4.	Всеволод П				1
5.	Иван Т			2	
			<b>Всего:</b>		
1.	Владислав Е				<b>7</b>
2.	Михаил К				<b>4</b>
3.	Андрей Л				<b>5</b>
4.	Всеволод П				<b>4</b>
5.	Иван Т				<b>10</b>

Критерии предусматривают следующие показатели:

Актуальный уровень – 12 - 9.

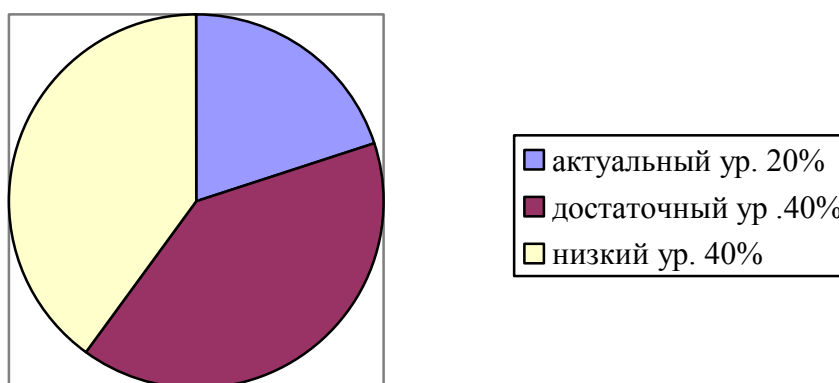
Достаточный уровень развития базовых социальных навыков – 8 - 5.

Низкий уровень развития – от 4 и ниже.

Из приведенной выше таблицы 4 видно, что обучающиеся шестого класса распределились на 3 группы по уровню сформированности базовых социальных навыков:

- актуальный уровень: 1 обучающийся (это 20% обучающихся экспериментальной группы)
- достаточный: такой результат показали 2 обучающиеся (40%),
- низкий: у двоих обучающихся экспериментальной группы (40%).

Результаты индивидуальной беседы в процентном соотношении представлены в виде диаграммы, изображенной на рисунке 2.



*Рис.2 Уровень сформированности базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью. Итоги индивидуальной беседы констатирующего эксперимента*

Результаты опроса представлены в приложении 2.

Исходя из полученных результатов видно, что у обучающихся с умеренной умственной отсталостью действительно возникают трудности в процессе формирования базовых социальных навыков.

Большинство обучающихся показали достаточный уровень сформированности навыков экспериментальной группы. Что свидетельствует о том, что у этих детей базовые социальные навыки еще формируются. Только один обучающийся экспериментальной группы показал высокий результат. Двое обучающихся показали низкий уровень сформированности базовых социальных навыков.

По окончании проведения опросника были получены следующие результаты:

Вопрос 1 – только двое из пяти обучающихся экспериментальной группы назвали утренние мероприятия: один обучающийся ответил, что для пробуждения по утрам необходимо умыться, один обучающийся, что необходимо провести зарядку. Трое обучающихся не дали ответа на данный вопрос.

Вопрос 2 – четверо обучающихся ответили, что для того чтобы умыться необходима вода. Ни один обучающийся не перечислил полного перечня необходимых предметов. Один обучающийся не дал ответа.

Вопрос 3 – только один обучающийся сказал, что умывается только утром и вечером, еще один обучающийся ответил, что умывается по утрам. Ни один обучающийся не дал ответа: что умываться надо по мере необходимости в течении дня. Трое обучающихся не дали ответ на данный вопрос.

Вопрос 4 – двое обучающихся из пяти дали ответ: фен. Остальные не дали ответ на данный вопрос.

Вопрос 5–двое из пяти обучающихся знают назначение зеркала. Трое обучающихся не дали ответ на данный вопрос.

Вопрос 6 – четверо из пяти обучающихся перечисляя известные им виды обуви назвали туфли, двое дополнили свой ответ назвав еще кроссовки. Так же в ответе одного из обучающихся прозвучало: ботинки как вид обуви.

На 7 вопрос обучающиеся затруднились с ответом на вопрос.

Вопрос 8– четверо из пяти обучающихся смогли назвать только те виды одежды, что были на них надеты. Только у одного обучающегося возникли затруднения в ответе на данный вопрос.

Вопрос 9 – двое обучающихся экспериментальной группы не дали ответ на данный вопрос. Трое ответили, что для хранения вещей необходим шкаф.

Вопрос 10 – четверо из пяти обучающихся ответили что снятые вещи за них убирают взрослые. И только один обучающийся экспериментальной группа ответил что помимо взрослых, сам может убрать свои вещи на место.

Вопрос 11 – из ответов обучающихся можно сделать вывод о том, что ремонтом вещей занимаются их родители.

**Вывод:** Экспериментальное исследование показало, что без целенаправленного обучения базовым социальным навыкам обучающиеся с умеренной умственной отсталостью не смогут самостоятельно ими овладеть на актуальном для этого возраста уровне, позволяющем им обслуживать себя и быть терпимыми в обществе.

С обучающимися необходимо проводить постоянную коррекционную работу, обучать и развивать те навыки, которые необходимы для нормального функционирования в обществе. Чем выше уровень усвоения обучающимися базовых социальных навыков, тем увереннее он чувствует себя в самостоятельной жизни.

Исходя из сделанных выводов, нами была разработана специальная программа по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью. Содержание программы и результаты ее апробации представлены в главе 3.



# **ГЛАВА 3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ БАЗОВЫХ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ**

## **3.1. Содержание программы по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Программа состоит из пояснительной записки; учебно-тематического планирования и конспектов занятий.

### **Пояснительная записка.**

Залогом максимального автономного проживания человека с интеллектуальной недостаточностью в социуме является его способность обслуживать себя, принять правильное решение в стереотипной ситуации, осознавать свои сильные стороны и ограничения.

Настоящая программа описывает лишь небольшую часть услуг, необходимых лицам с умеренной умственной отсталостью.

От уровня развития базовых социальных навыков зависит, комфортно ли обучающийся чувствует себя в окружающем мире, в той среде, где он проживает. От того сформированы эти навыки или нет, зависит его самооценка и то как его будут принимать в обществе.

Целью реализации данной программы является формирование базовых социальных навыков обучающимся с умеренной умственной отсталостью.

### **Задачи:**

- развитие базовых социальных умений и навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью
- развитие общей культуры у обучающихся с умеренной умственной отсталостью

- развитие самостоятельности обучающихся с умеренной умственной отсталостью

Формы работы: индивидуальная и групповая

Методы обучения: объяснение (рассказ, беседа), проверка понимания, демонстрация отдельных элементов и всего практического занятия, индивидуальное выполнение их каждым обучающимся.

Данная программа рассчитана на детей с умеренной умственной отсталостью. Структура программы предполагает 10 занятий.

Для исследования были выбраны следующие разделы: ежедневный туалет и поддержание надлежащего внешнего вида; одежда; обувь.

Учебно-тематическое планирование представлено в таблице 5.

*Таблица 5*

**Учебно-тематическое планирование**

Неделя	тема занятия	количество занятий
Первая неделя 28.03.16 – 02.04.16	1. Санитарно – гигиеническое воспитание. Распорядок дня 2. Утренняя зарядка	2
Вторая неделя 4.04.16 – 9.04.16	3. Ежедневный туалет. 4. Ежедневный туалет и поддержание надлежащего внешнего вида. Вредные насекомые - вши, борьба с ними.	2
Третья неделя 11.04.16 – 16.04.16	5. Одежда. Виды одежды: ночная, нижняя и верхняя дневная, верхняя сезонная. 6. Одевание и раздевание. 7. Сезонная смена одежды	3
Четвертая неделя 18.04.16 – 23.04.16	8. Уход за одеждой. Ручная стирка. 9. Ремонт одежды. Зашивание дырок, распоровшегося шва. 10. Обувь.	3

**Тема 1: Санитарно-гигиеническое воспитание. Распорядок дня.**

Образовательная цель: объяснить обучающимся, как организовать свой день и как соблюдать распорядок дня.

Воспитательная цель: воспитывать умение соблюдать режим дня, прививать трудовые навыки.

Наглядность: макеты часов, таблица «Режим дня».

Этапы работы:

Вводная часть занятия.

1. Организационный момент:

- проверка присутствия, запись в журнале.
- проверка частоты рук, ушей, шеи (далее дежурными)

2. Актуализация знаний:

- как вы думаете, что такое «самообслуживание»?
- что человек может делать для себя сам?
- что вы можете делать для себя?
- какие занятия помогают правильно ухаживать за своим телом?

Основная часть занятия.

1. Введение нового материала:

а) мотивация занятия:

-загадка о времени: без ног, без крыльев оно, быстро летит, не догонишь его и назад не вернешь (время)

- беседа о времени; вывод – что время летит, плывет, догнать его нельзя, нельзя возвратить.

б) нацеливание: научиться правильно распределять время, чтобы успевать сделать запланированные дела. Познакомиться с понятием «распорядок дня» или «режим дня».

Для примера используются загадки: «нет ног, ахожу, рта нет, а скажу: когда спать, когда вставать» (часы).

в) составление режима дня (общее обсуждение)

Утро: зарядка; посещение занятий; завтрак; посещение занятий.

День: обед; прогулка на свежем воздухе; полдник; занятия по интересу.

Вечер: дорога домой; беседа с родителей как прошел день; вечерний туалет (в т.ч. мытье ног); сон.

г) практическая работа

установление часовой и минутной стрелки по заданному учителем времени. Определение, который час, по выставленному учителем стрелок на макете. Каждый работает со своим макетом.

д) проверка усвоения нового материала

- зарисовка часов по шаблону

- установка стрелок часов на время, когда нужно встать, обедать, лечь спать

- обсуждение вопроса значения режима дня

- беседа о необходимости соблюдать режим дня

- разгадывание загадки: «без рук, без ног идет вперед, твердит: тик-так, тик-так- трудится всяк»

- беседа «для чего люди придумали часы».

Задание: составить режим дня на выходной (в письменном виде).

## **Тема 2: Утренняя зарядка.**

Образовательная цель: развитие общей и тонкой моторики.

Воспитательная цель: корректировать физические нарушения и улучшить работу двигательного аппарата.

Словарь: зарядка, осанка.

Этапы занятия:

Вводная часть.

1. Организационные вопросы (см. тему 1 пункт 1.)

2. проверка изученного материала:

- повторение значения понятия «режим дня»;

- беседа о значении режима дня;

- обсуждение отличия трудовой деятельности от занятий по интересам;

- работа с дидактическим материалом;

Дидактическая игра «каждому свое место» («или кто играет, а кто работает?»)»

Цель: дифференциация понятий «трудовая деятельность» и «занятия по интересу».

Оборудование: большая карточка, где в столбик написаны и пронумерованы от 1 до 10 разные виды занятий и работ. Внизу карточки есть карманчик с цифрами от 1 до 10 и две маленькие карточки со словами «трудовая деятельность» и занятия по интересу».

ХОД ИГРЫ: большую карточку кладут на стол, слева от нее кладут маленькую карточку со словами «трудовая деятельность, а справа – занятия по интересу».

Затем выкладывают цифры, обозначающие виды занятий и работ соответственно обобщающими словами. За правильный ответ выдается фишка. У кого больше фишек тот – победитель.

Примечание: для обучающихся делается подсказка: трудовая деятельность написана одним цветом, а занятия по интересу – другим.

Перечень видов деятельности: рисование; уход за обувью; стирка одежды; прослушивание музыки; помощь по дому; просмотр телевизора; чтение книг; уборка помещения; занятия в школе (для удобства карточки сложены в коробочку)

- проверка по тетрадям составленного в письменном виде режима выходного дня;

3. тренинг с использованием макета часов:

- задание: продемонстрировать движение большой (минутной) стрелки, счет пятерками.

- задание: показать установку большой (минутной) стрелки на цифру 1,2,3.

Основная часть занятия:

Введение нового материала.

1. Мотивация занятия. Ответы на вопросы:

- как чувствует себя человек, проснувшись?
- что может помочь приобрести бодрость?

## 2. Определение темы занятия:

- объяснение слова «зарядка» и ее значения для здоровья человека.

Объяснение слов «осанка».

- изложение основных правил проведения зарядки, использование таблицы:

Подготовка к зарядке и правила ее проведения:

1. Встать ровно, так что бы тебе ничего не мешало
2. Открыть форточку или окно
3. Выполнить физические упражнения
4. При выполнении упражнений держать голову прямо, не горбиться, дышать свободно
5. Следить за правильной осанкой

Дополнение для коллективного чтения: Рассказ В. Сухомлинского «Ленивая подушка».

- беседа о поведении после зарядки;
- запись новых слов в словарики, расположенные в конце тетради:

*Зарядка – физические упражнения, которые придают бодрость телу и улучшают настроение.*

*Осанка – правильная постановка тела.*

## 3. Практическая работа.

Разучивание нескольких упражнений утренней зарядки:

- упражнение для шеи;
- упражнение для рук;
- упражнение для грудной клетки;
- упражнение для поясницы;
- упражнение для ног.

Ознакомление и разучивание упражнений для тонкой моторики(выполняются сидя за столом):

- прокатывание круглого предмета столу ладонями рук;
- поочередное потирание пальцев рук от ногтя к ладошке;

- игра для рук – хлопки попарно с соседом;
- сгибание пальцев в кулак.

### 5. Проверка усвоения нового материала.

Ответы обучающихся на вопросы учителя:

- зачем нужно выполнять утреннюю зарядку?
- нужно ли каждый день делать зарядку?
- что необходимо сделать после зарядки?

### **Тема 3. Ежедневный туалет.**

Образовательная цель: научить правильно умываться. Объяснить значение правильного ухода за лицом.

Воспитательная цель: вырабатывать санитарно-гигиенические навыки по уходу за лицом. Рассказать о значении их в жизни человека.

Наглядность: необходимые предметы. Рисунки, таблицы, предметы, используемые для проведения опыта: спиртовка, стеклышки, стакан с холодной водой.

Словарь: индивидуальный.

Этапы работы:

Вводная часть занятия.

1. Организационный момент (см. тему 1 пункт 1)

2. Проверка изученного материала

Ответы обучающихся на вопросы:

- Что обозначает слово «зарядка»?
- Какие правила Вы соблюдали, делая зарядку?

Тренинг с использованием макета часов: определение времени.

Основная часть занятия.

1. Ведение нового материала.

а) Постановка цели занятия. Обсуждение: зачем люди умываются?

б) Рассказ учителя о мытье рук и лица – умывании (пример: провести указательным пальцем по лбу и прикоснуться пальцем к стеклу, на стекле останется след). Вывод: через кожу выделяется жир и пот, к ним из воздуха

добавляется пыль и образуется грязь, поэтому руки и лицо надо мыть с мылом, не только утром и вечером, но и в течение дня.

## 2. Практическая работа.

а) Показ (учитель/ один из обучающихся): как надо намыливать мылом ладошки и тыльную сторону рук; как смывать мыло; как мыть мылом лицо; как смывать мыло (руки сложены «лодочкой» с крепко прижатыми пальцами, чтобы вода не вытекала).

б) выполнение умывания каждым из обучающихся.

В практической работе учувствуют и помогают дежурные воспитатели и тьюторы: делают замечания, комментируют, что получилось хорошо, а что не очень.

в) Проверка усвоения нового материала.

Ответы обучающихся на вопросы учителя:

- Зачем нужно умываться?
- Что нам необходимо чтобы умыться?
- Когда мы умываемся?

## 3. Заключительная часть занятия.

Беседа о том, что изучалось на занятии.

Задание на дом: правильно производить процедуру умывания лица и рук, по мере необходимости.

## **Тема 4. Ежедневный туалет и поддержание надлежащего внешнего вида. Вредные насекомые – вши, борьба с ними.**

Образовательная цель: изучить правила пользования расческой, феном. Повторить правила использования зеркала. Научить правильно себя вести в случае заражения вшами.

Наглядность: макеты часов. Набор предметов ухода за волосами, рисунки, таблица.

Словарь: педикулез, вошь, гнида.

Этапы занятия:

Вводная часть занятия.



1. Организационный момент (см тема 1 пункт 1)

2. Проверка изученного материала.

Ответы обучающихся на вопросы:

- Зачем люди умывают лицо, моют руки?

- Как мы умываемся? (что при этом нам необходимо?)

Тренинг, используя макет часов.

Повторение процессов умывания лица и рук – практическая работа: – выполнение (не более 10 минут) теми обучающимися, которые слабо усвоили изученный материал.

Основная часть занятия.

1. Введение нового материала.

а) Постановка цели занятия. Рассказ учителя о ежедневном туалете: умывание, мытье рук, мытье ног; долговременное поддержание аккуратного внешнего вида.

б) Разгадывание загадки – мотивация:

«не сеют, не сажают, на голове сами вырастают» (волосы)

в) Рассказ учителя о том, какими бывают волосы, как зависит уход за ними от типа волос. Беседа об использовании расчески, фена, зеркала, а также о необходимости поддержания аккуратной прически.

Повторение правил безопасности при использовании электроприборов.

Рассказ учителя о заражении насекомыми – волосяной вошью и борьбе с ними.

Текст для записи в словарик:

- *Вошь – вредное для здоровья человека насекомое, которое живет на его голове и питается кровью.*

- *гнида – яйцо, которое вошь приклеивает на волосы.*

- *педикулез – болезнь, заражение вшами и борьба с ними.*

Физзарядка.

2. Практическая работа.

Выполнение практических действий:

- расчесывание волос перед зеркалом;
- применение фена (соблюдение правил техники безопасности).
- использование обручей и заколок.

### 3. Проверка изученного материала.

Ответ обучающихся на вопросы учителя:

- Как следует выполнять уход за волосами?
- Почему нельзя пользоваться чужой расческой?
- Что надо делать, чтобы иметь опрятный внешний вид?

Запись в тетрадь основных правил ухода за волосами:

Волосы бывают нормальные, сухие, жирные. Для поддержания опрятной прически, волосы необходимо мыть по необходимости. Покупая шампунь, нужно узнать, для каких волос он применяется. Использование чужой расчески и плохой уход за волосами могут привести к появлению вшей. В аптеке есть лекарства от вшей, то есть от педикулеза.

*Правило: чужими расческами пользоваться НЕЛЬЗЯ!*

Заключительная часть занятия.

Беседа о том, что изучалось на занятии, что изучалось на занятии.

Дидактическая игра «Третий лишний».

Цель: уметь соотносить названия предмета с его значением.

Оборудование: у каждого обучающегося по 2 карточки сдвигающимися ползунками.

Ход игры: все обучающиеся передвигают ползунки на своих карточках, закрывая лишнее название предмета.

Выигрывает тот, кто сделает это и, подняв руку, объяснит свой выбор, назовет обобщающее слово. На каждой написан свой перечень предметов:

Карточка 1: расческа: утюг; заколка.

Карточка 2: стиральный порошок; шампунь; мыло.

Карточка 3: мочалка; полотенце, веник.

Карточка 4: ручка; зеркало; расческа.

Д/З: проверить, в порядке ли предметы ухода за волосами и правильно использовать их для расчесывания и мытья волос.

**Тема 5. Одежда. Виды одежды: ночная, нижняя и верхняя дневная, верхняя сезонная.**

Образовательная цель: показать, какой бывает одежда и когда ее используют. Назначение одежды для поддержания нормальной температуры тела.

Воспитательная цель: привитие санитарно-гигиенических и жизненно-практических навыков.

Наглядность: Таблицы «Виды одежды», образцы разных тканей, 4 сосуда, горячая и холодная вода, вата или ватин.

Словарь: сезонная одежда, название тканей.

Вводная часть занятия.

1.Организационный момент (см. тему 1, пункт 1)

2.Проверка изученного материала.

Ответы обучающихся на вопросы:

- какие правила гигиены необходимо соблюдать каждому человеку?
- для чего вы моете руки?
- кто нужно делать человеку у которого появляются вши или гниды?

Основная часть.

1.Введение нового материала.

а)Обсуждение: для чего люди носят одежду.

б)Постановка опыта: В два сосуда налить холодной воды, и в два горячей. Дать потрогать каждому обучающемуся, проверить температуру термометром, записать на доске. Одну горячую бутылочку и одну холодную обворачиваем (отдельно) ватином. Опыт оставляем до конца объяснения нового материала (две других бутылочки – контрольные).

Результат опыта проверить в конце занятия и сделать вывод.

в)Дать понятие «одежда» и ее виды: ночная, нижняя и верхняя, дневная, сезонная, постельное белье.

Виды дневной одежды: каждодневная, домашняя, рабочая, спортивная, праздничная, сезонная.

Ткани из которых шьют одежду (таблица с образцами тканей):

Хлопчатобумажные: ситец ; трикотаж ; сатин. Шелковые: шелк; атлас. Льняные: льняное; полотно; батист. Синтетические: капрон; нейлон. Шерстяные: шерсть; сукно.

Объяснение: что такое одежда и разграничить понятия верхняя одежда и нижнее белье. Можно также выделить основные виды одежды в зависимости от того:

(1) Кто ее носит – мужская, женская, детская.

(2) В какое время ее носят – зимняя, летняя, демисезонная,

(3) С какой целью ее надевают – рабочая, спортивная, домашняя, праздничная и т.д.

Показать и назвать виды тканей, из которых шьют одежду: хлопчатобумажные, льняные, шелковые, шерстяные, синтетические.

г) привитие санитарно-гигиенических и жизненно-практических навыков.

- дать представление о том, почему нужно содержать одежду в чистоте, на что обращать внимание, как повседневно ухаживать за одеждой.

- предупреждение загрязнения, чистка одежды

д) Проверить результаты опыта и сделать вывод: для чего люди носят одежду?

2. Практическая работа.

а) Записать в тетради и наклеить образцы ткани:

Одежда не греет, а защищает тело человека от холода и жары.

Запись видов тканей из которых шьют одежду с наклеиванием образцов в тетрадь.

б) Проверка усвоения материала по вопросам:

- Каково назначение одежды/зачем она нужна?

- На какие группы можно поделить одежду?

- Почему необходимо одеваться по-разному ночью и днем? Зимой или летом?

- Из каких тканей шьют одежду?

- Почему нужно содержать одежду в чистоте?

Заключительная часть.

- одежда греет человека?

- для чего люди носят одежду? (чтобы защитить себя от холода и жары)

Задание на дом: дома переодеться, снятую одежду почистить и повесить на место.

## **Тема 6. Одевание и раздевание.**

Образовательная цель: практически показать как правильно пользоваться отдельными предметами одежды и разными застежками, ремнем, поясом, завязывать и развязывать шарф, в каком порядке одеваться и раздеваться, как складывать вещи, развешивать одежду.

Воспитательная цель: формирование необходимых жизненно-практических навыков.

Наглядность: таблица поэтапного порядка одевания и раздевания, хранение снятой одежды. Одевание и раздевание кукол. Для практической работы: «цветок с пуговицами и пристегнутыми лепестками», «Виды застежек».

Словарь: перечень одежды.

Этапы работы:

Вводная часть занятия.

1. Организационный момент (см. тему 1 пункт 1)

2. проверка изученного материала.

Проверка знаний по вопросам учителя:

- Какие виды одежды вы знаете? (перечисление: мужская, женская, детская. Зимняя, летняя. Домашняя, спортивная, праздничная.)

Дидактическая игра третий лишний:

Используются карточки с перечнем видов одежды:

*Карточка № 1:* плащ; куртка; халат.

*Карточка № 2:* брюки; рубашка, шуба.

*Карточка № 3:* платье; блуза; куртка.

- Из каких тканей шьют одежду?(с опорой на записи в тетрадях)

- Как нужно повседневно ухаживать за одеждой?

Основная часть.

1. Введение нового материала.

- Показать порядок и последовательность пользования одеждой (используются таблицы и куклы).

- Виды разных застежек: липучки, пуговицы, кнопки, крючки, «молнии».

Демонстрация всех видов застежек.

- Завязывание и развязывание шарфа.

- Пользование ремнем, поясом.

- Обсуждение: порядок одевания.

- Обсуждение: порядок раздевания.

- Порядок место снятия вещей (разбор по таблицам и картинкам).

2. Практическая работа в раздевалке:

- отгадывание загадки: «в раздевалке я служу. На весу пальто держу»;

- выполнение одевания и раздевания верхней одежды;

- одевание и раздевание кукол.

3. Повторение изученного материала по вопросам:

- В каком порядке необходимо снимать и надевать верхнюю одежду?

- В каком порядке необходимо раздеваться (использование дидактического материала, который нужно поставить в порядке очередности картинок)?

- Какие бывают виды застежек?

Проведение игры: «Кто скорее застегнет пуговицы» (на «цветочке» отстегнуть лепестки, а затем пристегнуть).

- Как пользоваться шарфом?

- Где должны быть снятые вещи?

Заключительная часть.

1. Запись в тетрадь перечня одежды.

2. Задание на дом: дома и в других местах выполнять правила раздевания и одевания

### **Тема 7. Сезонная смена одежды.**

Образовательная цель: научить, как следует правильно сохранять летнюю одежду зимой, размещать в отведенном месте, как правильно сохранять зимние вещи летом.

Воспитательная цель: воспитывать желание продлить срок пользования своими вещами и правильно использовать химические средства (нафталин) в борьбе с молью. Воспитание бережного отношения к своим вещам.

Наглядность: одежный шкаф, полки, тумбы, набор летней, зимней, демисезонной одежды.

Словарь: демисезонная одежда, нафталин.

Этапы работы:

Вводная часть занятия.

1. Организационная работа (см. тему 1 пункт 1)

2. Повторение изученного материала.

Ответы обучающихся на вопросы учителя:

- для чего нужна одежда? (вспомнить опыт доказывающий, что одежда не греет, а защищает человека от холода и жары).

- обсуждение: для чего человек переодевается? С чем это связано? (с разным временем суток, с разной погодой, с разным временем года, с разным назначением/ будни, праздник).

-какие виды одежды вы знаете?

Дидактическая игра «Палочка, остановись».

Цель: развитие памяти; вспомнить слова, обозначающие предметы одежды к заданному обобщающему слову.

Ход работы: учитель (ведущий) называет обобщающее слово (/словосочетание). Например: летняя одежда. Обучающийся держит палочку,

называет слово. Например: сарафан, и передает палочку следующему. Слова, обозначающие предметы одежды, обучающиеся называют по памяти.

- Из каких тканей шьют одежду? (ответ с опорой на записи в тетради)
- Где хранятся снятые вещи? Почему?

Основная часть.

1. Введение нового материала:

- Сменная одежда по сезонам (летняя, зимняя).
- Отличие летней одежды от зимней.
- Демисезонная одежда (переходная от лета к зиме и от зимы к лету, т.е. осенняя и весенняя).

- Правила хранения летней одежды зимой и зимней одежды летом (просушивание, чистка, стирка)

- Применение химических средств.
- Бережное отношение к своим вещам и продление срока использования.
- Соблюдение порядка в шкафах.
- Сезонная смена одежды.

Одежду нужно одевать соответственно сезону и содержать ее в чистоте. Снятую одежду нужно вытряснуть и почистить щеткой.

Летнюю одежду перед зимним хранением стирают, гладят, аккуратно складывают в нужное место.

Зимнюю одежду перед летним хранением сушат, чистят щеткой, затем убирают шкаф. Обязательно кладут химическое средство от моли (нафталин и др.)

2. Практическое занятие.

- Рассмотреть размещение одежды в шкафах (использование плечиков-вешалок).
- Порядок на полках для удобного пользования.

3. Проверка усвоения нового материала.

Беседа по изученной теме: «Зачем люди переодевают одежду»



Дидактическая игра: «Как мы одеваемся?»

Цель: закрепление словаря по теме «Одежда», отработка классификации одежды по сезонам, обучение правильному построению предложений (развитие речи).

Оборудование: предметные картины с изображением одежды.

Ход игры: обучающиеся выбирают себе по одной картинке, не показывая остальным. Учитель произносит начало предложения: «Коля собрался кататься на коньках и надел на себя ... » Вызываются 2 обучающихся. Один из них повторяет предложение учителя («Коля надел на себя ... ») и называет предмет, изображенный на своей картинке, второй обучающийся добавляет: «И ... »(то, что нарисовано на его картинке). Например, «Коля надел на себя майку и шапку». Контролер, выбранный заранее, комментирует правильность названной одежды, соотнося ее с определенным сезоном (с помощью учителя).

Ответы на вопросы:

- Что значит демисезонная одежда?
- Как следует хранить летнюю одежду зимой?
- Назовите особенности хранения зимней одежды?
- Для чего нужно содержать одежду в чистоте и порядке?

Заключительная часть.

1. Запись в тетрадь

2. Задание на дом: помочь родителям почистить одежду и убрать на хранение.

### **Тема 8. Уход за одеждой. Ручная стирка.**

Образовательная цель: практическая работа: ручная стирка белого и цветного белья маленького размера (носки, носовые платки, майки и т.д.)

Воспитательная цель: научить правильно пользоваться хозяйственным мылом, стиральными средствами. Сушка и глажка белья. Расширение словаря.

Наглядность: пластмассовые тазики, теплая вода, моющие средства (мыло, стиральный порошок).

Словарь: названия моющих средств.

Этапы работы:

Вводная часть.

1. Организационный момент (см. тема 1 пункт 1)

2. Проверка изученного материала.

Ответы на вопросы учителя:

- Для чего человеку нужна одежда?
- С чем может быть связано преподавание одежды?
- Какие виды одежды вы знаете?
- Из каких тканей шьют одежду (с опорой на дидактический материал)?
- Какие бывают застежки на одежде?

Основная часть.

1. Введение нового материала.

- Уход за одеждой. Ручная стирка.
- Подготовка белья к стирке (сортировка белья на белое и цветное)
- Белье стирается отдельно от цветного, предварительно замачивается на 1-2 часа в растворе порошка.
- Использование моющих средств (мыла и порошка)
- Выстиранное белье нужно хорошенько прополоскать
- Далее следует сушка

2. Запись в тетради:

Ручная стирка белья:

1. Белое белье стирают отдельно от цветного
  2. Белье замачивается на 1-2 часа в теплой воде с порошком
  3. Стирают в более теплой воде с порошком и хозяйственным мылом
  4. Полощут в чистой воде 2 раза. (1 раз – в горячей воде, а 2 – в холодной).
- После полоскания вода должна быть чистой.
5. Вешают белье на веревку.

### 3.Практическая работа.

Обучающиеся делятся на группы по 2 человека (контроль осуществляется учителем и воспитателем).

Выполнение стирки обучающимися, предварительно обговорив порядок стирки:

У каждой группы тазик с теплой водой и моющие средства.Заранее заготовлены мелкие вещи для стирки.Контроль за использованием моющих средств.Контроль за правильностью выполнения оттирания грязных мест.Контроль за отжимом.Контроль за полосканием. Контроль за развешиванием белья.

### **Тема 9.Ремонт одежды. Зашивание дырок, распоровшегося шва.**

Образовательная цель: показать, для чего применяются и как выполняются сметочные стежки, как можно зашить дырку на одежде.

Воспитательная цель: развивать самостоятельность в выполнении домашней работы по уходу за одеждой, уметь ее беречь, а при необходимости ремонтировать.

Наглядность: образец шва: «вперед иголку», таблицы, иголки, нитки, наперсток, ножницы.

Словарь: стежок, сметочный шов - «вперед иголку».

Этапы работы:

Вводная часть занятия.

1.Организыционный момент (см. тему 1 пункт 1)

2.Проверка изученного материала:

Ответы обучающихся на вопросы учителя:

- для чего человеку нужна одежда?
- где хранят снятую одежду?
- чем стирают одежду?
- можно ли стирать белое белье вместе с цветным?

Повторение алгоритма стирки.

Обсуждение. Зачем нужно одежду беречь.

Основная часть.

1. Введение нового материала.

Беседа о повреждении одежды:

- Какие случаи были у вас, когда одежда рвалась?
- Обратите внимание, что иногда одежда распарывается по шву.

Демонстрация образца шва: «вперед иголку».

Поэтапный разбор выполнения этого шва.

- 1) найти дырку;
- 2) найти на ткани лицевую и изнаночную стороны;
- 3) соединить ткани лицевыми сторонами;
- 4) скрепить скань булавочками;
- 5) отметить на ткани 5мм-1см;
  - б) выполнить сметочный шов «вперед иголку» (выполняется справа на лево)

2. Практическая работа.

- а) Упражнение на развитие тонкой моторики.
- б) Повторение хода практической работы устно

Необходимо обратить внимание что шов выполняется справа на лево. Должны быть одинаковыми по размеру. Нитку закрепляют 2-3 стежками в одно и тоже место в начале и в конце работы.

в) Выполнение задания: зашейте дырку.

г) Практическое выполнение.

3. Проверка усвоенного материала.

Ответы на вопросы учителя:

- Как называется шов «вперед иголку»?
- В каком направлении выполняется сметочный шов?
- Какими должны быть стежки по размеру?
- С какой стороны зашивают дырку: с лицевой или изнаночной?

Заключительная часть.

Запись в словарик:

Сметочный шов – выполняется для соединения двух тканей.  
Выполняется справа на лево.

Подведение итога: Какую работу выполняли? Для чего нужно ремонтировать вещи?

### **Тема 10. Обувь.**

Образовательная цель: познакомить с видами обуви, ее назначением, правилами носки и ухода. Показать разные виды застежек на обуви и как практически ими пользоваться.

Воспитательная цель: воспитывать опрятность и аккуратность, умение ухаживать за обувью и ставить в отведенном месте.

Наглядность: разные виды обуви – кожаная, текстильная, замшевая, лаковая, дидактический материал для шнуровки и игра поезд.

Словарик: текстильная, лаковая, замшевая.

Этапы работы:

Вводная часть.

1.Организационная часть (см. тема 1 пункт 1)

2.Повторение изученного материала.

- Какие бывают повреждения на одежде?
- Какой шов изучали на прошлом занятии?
- Для чего ремонтируют одежду?

Вспомнить этапы выполнения сметочного шва.

Основная часть.

1.Мотивация на материале загадок:

– Всегда шагаем мы вдвоем,

Похожие, как братья.

Мы за обедом под столом,

А ночью под кроватью. ( тапочки – обувь)

– Если дождик, мы не тужим

Бойко шлепаем по лужам.

Будет солнышко сиять –

Нам под вешалкой стоять. (сапоги - обувь)

Назовите, какую обувь еще вы знаете?

2. Сообщение цели занятия: целью занятия является знакомство с разнообразием видов обуви, ее назначением, правилами носки и ухода. Познакомиться с разными видами застежек на обуви и как ими пользоваться на практике.

а) Рассказ учителя:

- о видах обуви: из какого материала сделана (кожаная, текстильная, замшевая, лаковая и т.д.);

- кто ее носит (бывает детская, женская, мужская);

- когда носят обувь (зимняя, демисезонная, летняя, домашняя);

- особенности ухода за обувью;

- хранение обуви (зимой – летней, а летом – зимней).

3. Практическая работа.

- Одевание обуви, используя рожок (для предупреждения целости задника).

- Зашнуровывание и расшнуровывание обуви. Используется дидактический материал «Кто быстрее».

Цель: шнурование обуви, развязывание и завязывание банта, развитие моторики, координация движения.

Оборудование: плотные картонные пластины разрезанные по середине (не до конца) и вдоль разреза пробиты пистоны для шнуровки. Для каждого обучающегося.

Ход работы: вначале обучающиеся учатся шнуровать, а затем завязывать бант. Через анализ хода событий и повторение обучающиеся яснее понимают ход действия. Так они откидывают шнурки в разные стороны от картонки. Затем берут один шнурок и перебрасывают.

- Завязывание шнурков на бантик (используя дидактический материал).

- Показать другие виды застежек обуви (липучки, «молнии», пряжки), как ими пользоваться.

- Уход за обувью (снятие пыли и грязи, просушивание, смазывание кремом, чистка щеткой).

- Хранение обуви, которую не носят в донное время.

4. Проверка усвоения материала.

Закрепление знаний по вопросам учителя:

- Какую обувь вы знаете? (виды, какая бывает обувь?)

- Носят ли одну и ту же обувь зимой и летом, или же меняют?

- Как нужно ухаживать за обувью?

- Для чего нужно ухаживать за обувью?

Заключительная часть.

1. Подведение итогов:

Обсуждение: какие основные вопросы об обуви мы сегодня разобрали?

Задание на дом: дома почистить ту обувь, которую вы не носите на данный момент, и убрать на хранение. Следить за своей обувью.

### **3.1. Апробация программы по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью**

Апробация программы проходила в 6 «Б» классе на базе государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области, Екатеринбургской школы №1.

Программой предусмотрено 10 занятий. В течение недели проводилось 2-3 занятия. Продолжительность одного занятия 30 – 40 минут.

Тема 1: Санитарно-гигиеническое воспитание. Распорядок дня.

Занятие проходило в первой половине дня, в форме урочной деятельности. Присутствовало 5 человек.

Цель: направленно на формирование у обучающихся умения так планировать свой день, чтобы режимные моменты включали в себя:

утренний туалет, зарядку, вечерний туалет, оставалось время на приведение в порядок своих вещей.

Не все обучающиеся сразу включились в работу. Мы добивались, чтобы все запланированные действия были выполнены. К некоторым обучающимся экспериментальной группы требовался особенный подход.

Занятие включало в себя: вводную беседу с обучающимися на тему «Что такое самообслуживание»; обсуждение режимных моментов в течение дня. Практическая часть: работу с часами и составление расписания на день.

Тема 2: Утренняя зарядка.

Занятие проходило во второй половине дня, во внеурочное время. Целью: привитие обучающимся с умеренной умственной отсталостью навыка утренней зарядки. Формирование базы упражнений и правил их выполнения.

Занятие содержало игровую деятельность - игра «Распределение». А так же занятие включает в себя беседу о пользе утренней зарядки; обсуждение видов упражнений и что они развивают; обсуждение правил выполнения этих упражнений.

Трудности возникли на этапе обсуждения некоторых вопросов. Поэтому для большей эффективности беседы, были заранее составлены наводящие вопросы.

Тема 3: Ежедневный туалет.

Занятие проходило во второй половине дня. Целью занятия является обучение правильному умыванию, не только во время утреннего и вечернего туалета, но и в течение дня по мере необходимости.

Виды работы: обсуждение вопроса «Зачем люди умываются?»; объяснение учителем необходимости проведения данной процедуры; практическую работу, а именно наглядная демонстрация процесса умывания лица, рук; самостоятельный показ обучающимися процессов умывания.



У обучающихся большой интерес вызвала практическая часть. Абсолютно все обучающиеся проявляли желание выполнить задание самостоятельно.

Тема 4: Ежедневный туалет и поддержание надлежащего внешнего вида.

Занятие проходило в первой половине дня в виде урока. Цель занятия – закрепление знаний о навыках ежедневного туалета, а так же формирование знаний и привитие навыков поддержания опрятного внешнего вида.

При повторении материала, большинство обучающихся экспериментальной группы с интересом отвечали на вопросы. Давали правильные ответы.

Занятие включает в себя: повторение пройденного и изучение нового материала. Рассказ учителя для чего необходимо поддерживать опрятный внешний вид. Практическая деятельность предусматривает показ учителем применения фена с соблюдением правил техники безопасности; выполнение обучающимися расчесывания волос перед зеркалом.

Трудности вызвало задание с применением фена. Большинству обучающихся экспериментальной группы требовалась непосредственная помощь учителя (например: чтобы правильно направить струю воздуха).

Тема 5: Одежда. Виды одежды: ночная, нижняя и верхняя дневная, верхняя сезонная.

Данное занятие проходило в первой половине дня в виде урока. Цель: формирование знаний о видах одежды и ее использованию.

Занятие включает в себя: обсуждение для чего люди носят одежду; постановку опыта; беседа на тему «виды одежды».

На этапах постановки опыта и беседы на тему «виды одежды» двое из пяти обучающихся отказывались выполнять задания предусмотренные занятием. Но для большей эффективности занятия, мы добивались выполнения каждым обучающимся экспериментальной группы, выполнения всех запланированных действий.

Тема 6: Одевание и раздевание.

Цель занятия: продолжить формирование знаний обучающихся о видах одежды, умений пользоваться различными видами застежек, надевания и снятия отдельных видов одежды.

Занятие проходило во второй половине дня, в виде внеурочной деятельности, как обсуждения и выполнения практических упражнений. А именно занятие включает: повторение темы «Одежда. Виды одежды». Обсуждение вопроса – «Где должны находиться снятые вещи?». Практическая работа заключалась в тренировке использования разных видов застежек: пуговицы, крючки и т.д.; выполнение одевания и раздевания верхней одежды.

При повторении ранее пройденной темы «Одежда», обучающиеся дали верные ответы практически на все вопросы. Если возникали затруднения, задавались дополнительные наводящие вопросы.

На практическую часть был подобран разнообразный дидактический материал. Все предложенные задания вызвали интерес у обучающихся.

Тема 7: Сезонная смена одежды.

Цель: обучение правильному хранению одежды.

Занятие проходило во время внеурочной деятельности. Первая половина занятия предусматривала обсуждение ранее изученного материала и формирование новых знаний о смене одежды по мере смены сезонов. Практическая часть подразумевает включение обучающихся с умеренной умственной отсталостью в игровую деятельность. Цель: закрепление словаря по теме «одежда», закрепление знаний по классификации одежды по сезонам.

Трудности в обсуждении возникали из-за узких представлений о сезонных изменениях. Практическая часть, в виде игровой деятельности дала эффективный результат в усвоении обучающимся экспериментальной группы знаний о видах одежды.

Тема 8: Уход за одеждой. Ручная стирка.

Цель: формирование навыков по уходу за одеждой.

Занятие проходило в виде внеурочного вида деятельности. Включающего в себя рассказ учителя о способах ухода за одеждой и правил стирки. А так же практическое выполнение действий направленных на формирование навыка стирки белого и цветного белья.

В ходе занятия один обучающийся экспериментальной группы отказывался выполнять некоторые из предлагаемых занятий. Нашей целью было заинтересовать всех обучающихся экспериментальной группы. Мы разработали поощрительную систему, которая позволила включить всех обучающихся в работу.

Тема 9: Ремонт одежды. Зашивание дырок, распоровшегося шва.

Целью данного занятия является формирование навыка ремонта одежды, а именно формирование навыка зашивания дырок.

Была проведена беседа о различных повреждениях одежды. Рассказ учителя о ремонте одежды, а именно зашивание дырок. Демонстрация учителем образца шва и поэтапный разбор его выполнения.

Практическая часть включала в себя – самостоятельное выполнение обучающимися шва «вперед иголку». Этот вид работы проходил с учетом индивидуальных способностей обучающихся экспериментальной группы. Более слабым обучающимся оказывалась непосредственная помощь со стороны учителя.

Тема 10: Обувь.

Цель: познакомить обучающихся с разными видами обуви, правилами носки и ухода за ней. Формировать навыки пользования различными застежками на обуви.

Занятие проходило во время внеурочной деятельности.

Виды работы: рассказ учителя о видах обуви и особенностях ухода за ней. Обсуждение – для чего нужна обувь. Практическая работа состояла из упражнений с различными видами застежек и тренировке зашнуровывания и расшнуровывания обуви; одевании обуви с помощью рожка и ее снятие.

В обсуждении приняли участие все обучающиеся экспериментальной группы. Подбор дидактического материала к упражнениям вызвал интерес у обучающихся.

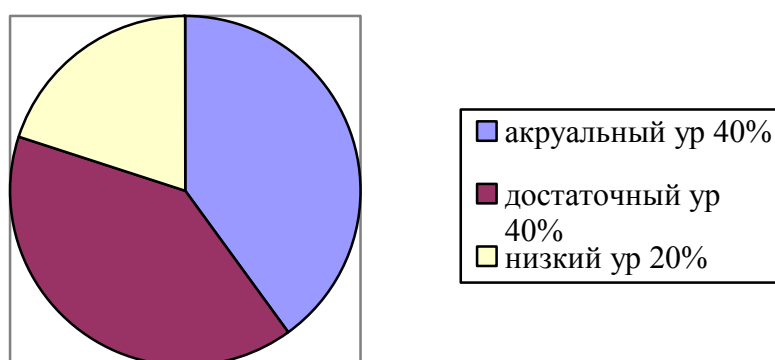
В апробации программы приняли участие педагоги и администрация школы: помощь в организации занятий; предоставление оборудования; анализ проведенных занятий и др.

### 3.3. Анализ результатов эксперимента

По результатам проведения специальной программы по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью мы провели контрольный эксперимент.

Проведение контрольного эксперимента включал в себя те же методики, что описаны в констатирующем эксперименте.

Бланки с результатами, по проведению первой методики: наблюдение, представлены в приложении 4. А так же в виде диаграммы, изображенной на рисунке 3.



*Рис.3 Уровень сформированности базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью. Итоги наблюдения контрольного эксперимента*

При проведении второй методики – беседы, использовались те же карточки с изображением предметов, что и в констатирующем эксперименте.

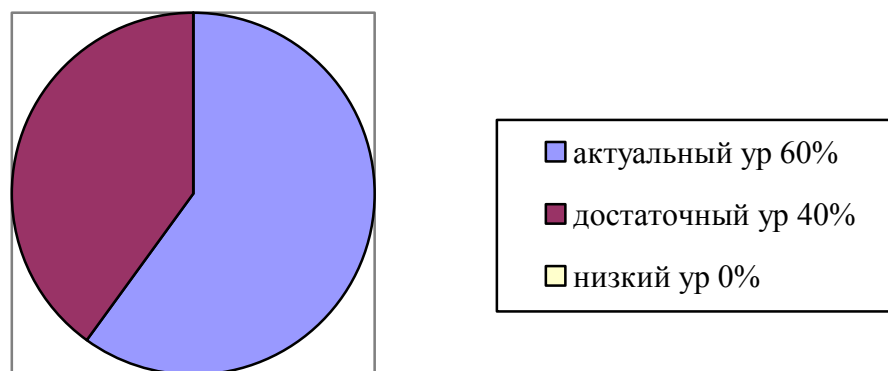
(см. приложение 2). Данные по проведению беседы с обучающимися, представлены в виде таблицы:

Таблица № 6

**Результаты индивидуальной беседы контрольный эксперимента**

№	Ф.И обучающегося	Базовый навык	Уровни		
			Актуаль- ный	Достато- чный	Низкий
		Ежедневный туалет			
1.	Владислав Е		3		
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л			2	
4.	Всеволод П			2	
5.	Иван Т		3		
		Поддержание надлежащего внешнего вида			
1.	Владислав Е		3		
2.	Михаил К			2	
3.	Андрей Л			2	
4.	Всеволод П			2	
5.	Иван Т		3		
		Пользование и уход за обувью			
1.	Владислав Е			2	
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л			2	
4.	Всеволод П				1
5.	Иван Т		3		
		Пользование и уход за одеждой			
1.	Владислав Е			2	
2.	Михаил К				1
3.	Андрей Л			2	
4.	Всеволод П			2	
5.	Иван Т		3		
					<b>Всего:</b>
1.	Владислав Е				<b>10</b>
2.	Михаил К				<b>5</b>
3.	Андрей Л				<b>8</b>
4.	Всеволод П				<b>7</b>
5.	Иван Т				<b>12</b>

А также данные представлены в виде круговой диаграммы, изображенной на рисунке 4.



***Рис.4 Уровень сформированности базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью. Итоги индивидуальной беседы контрольного эксперимента***

Данные по проведению опроса предоставлены в приложении 5.

По окончании проведения опросника были получены следующие результаты:

Вопрос 1 – трое из пяти обучающихся экспериментальной группы дали ответ, что для того что бы просыпаться по утрам необходимо не только умываться, но ежедневно выполнять зарядку. Один обучающийся ответил, что необходимо провести зарядку. Всего один обучающийся экспериментальной группы затруднился в ответе на данный вопрос.

Вопрос 2 – двое обучающихся причислили все необходимое для проведения процедуры умывания (мытья рук); двое обучающихся сумели назвать только некоторые из необходимых предметов; один обучающийся из всего возможного перечня назвал только воду.

Вопрос 3 – трое обучающихся отметили, что умываться нужно по необходимости в течение всего дня. Один обучающийся ответил, что умывается утром. Один обучающийся не дал ответа на данный вопрос.

Вопрос 4 – все обучающиеся экспериментальной группы обучающихся дали ответ: фен.

Вопрос 5 – все пятеро обучающихся, имеют представление для чего нужно зеркало. Двое из пяти членов экспериментальной группы смогли словами передать значение. Трое обучающихся передали смысл в

словестной форме с опорой на жесты (те действия, что проходили на занятиях).

Вопрос 6 – один обучающийся дал ответ, что обувь бывает разная: кожаная, замшевая; перечислил известные ему виды обуви: туфли, ботинки, тапочки. Остальные обучающиеся экспериментальной группы стали сразу перечислять известные им виды обуви.

Вопрос 7 – по ответам обучающихся можно констатировать, что трое из пяти обучающихся усвоили: перед тем как убрать обувь на хранение ее необходимо почистить/ помыть. Двое обучающихся затруднились с ответом на данный вопрос.

Вопрос 8 – один из пяти обучающихся экспериментальной группы разграничил типы одежды перечислил большинство видов одежды обсуждаемых на занятии. Двое обучающихся также начали перечисление видов одежды обсуждаемых на занятиях. Двое обучающихся смогли причислить только некоторые вещи надетые на них на момент исследования.

Вопрос 9 – двое обучающихся экспериментальной группы ответили, что одежда хранится в шкафах, на полках. Трое ответили, что для хранения вещей необходим шкаф.

Вопрос 10 – четверо из пяти обучающихся ответили, что помимо взрослых, сами могут убрать свои вещи на место. Один обучающийся дал ответ, что все вещи убирает мама.

Вопрос 11 – из ответов обучающихся можно сделать вывод о том, что ремонтом вещей занимаются их родители.

Полученные от проведения методик результаты показали, что улучшилось выполнение базовых социальных навыков, но и можно констатировать тот факт, что у данного контингента обучающихся

**Вывод:** По результатам полученным в ходе контрольного эксперимента нами были сделаны следующие выводы:

- у обучающихся экспериментальной группы повысился уровень сформированности базовых социальных навыков: 4 из 5 обучающихся экспериментальной группы улучшили свой результат.

- самостоятельность развивалась, у каждого обучающегося в своем темпе, в соответствии с особенностями развития.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Овладение базовыми социальными навыками способно обеспечить взаимодействие личности с окружающим миром. Оно не ограничивается лишь накоплением чувственных представлений о действительности, обогащением жизненного опыта, а включает и овладение умениями и навыками, необходимыми в самостоятельной жизни.

А.А. Хилько считает, что формирование базовых социальных навыков является основой для, приобретения ими элементарных знаний по гигиене и санитарии, дает независимость от окружающих в сфере простых бытовых задач и позволяет удовлетворить свои простые потребности [45].

Кониная Е.Ю. отмечает, что обучающихся с умственной отсталостью из-за особенностей их познавательного и интеллектуального развития базовые социальные навыки формируются с большим трудом. Поэтому очень важно вести целенаправленную коррекционно-развивающую работу в этом направлении [29].

Чтобы определить задачи и содержание конкретного этапа формирования базовых социальных навыков, необходимо знать реальный уровень развития, потенциальные возможности ребенка в овладении ими.

В выпускной квалификационной работе формирование базовых социальных навыков рассматривается как важный этап в развитии самостоятельности ребенка.

По мнению Шипициной Л. М., владение базовыми социальными навыками напрямую влияет на формирование личности ребенка, и является важным шагом на пути к его социализации [49].

Актуальность изучения проблемы, формирования базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью очевидна, поскольку она непосредственно связана с подготовкой к социальной адаптации личности и коррекций общего развития детей.

Были проанализированы теоретические положения таких ученых, как Морожина Е.В., Забрамная С.Д., Фади́на Г.В., Никольская О.С и др., которые дают основание считать, что формирование базовых социальных навыков включает в себя, как исполнительскую часть, так и психические процессы, отражающие действительность и регулирующие деятельность, ее исполнительный этап. Выполняя действия, обучающийся должен спланировать их, найти пути и средства реализации плана. Педагог в свою очередь должен предусмотреть необходимые для работы материалы и инструменты, определить пути осуществления контрольных действий.

В выпускной квалификационной работе рассмотрена и доказана необходимость развития базовых социальных навыков, их формирования, основные направления работ по формированию этих навыков обучающихся с умеренной умственной отсталостью.

На основании изученного материала и результатов экспериментального исследования была разработана специальная программа по формированию базовых социальных навыков у обучающихся с умеренной умственной отсталостью, которая позволила не только повысить уровень сформированности этих навыков, но и развить у обучающихся с умеренной умственной отсталостью, самостоятельность в выполнении базовых социальных навыков.

В практической части настоящей выпускной квалификационной работы предложено три вида экспериментов: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент. По итогам проведенного исследования, были получены следующие результаты: обучающиеся экспериментальной группы разделились на 3 группы: 40% показали результат – навык еще формируется, 40% - что навык самообслуживания уже сформирован, и только 20% - не сформированность навыка. Представленные материалы позволили раскрыть уровень сформированности базовых социальных навыков данной категории детей. Определить направление работы по формированию этих навыков. Разработать программу для

наиболее эффективного формирования базовых социальных навыков у данного контингента обучающихся.

Таким образом цель исследования – выявить уровень сформированности базовых социальных навыков, и исходя из особенностей обучающихся разработать и апробировать специальную программу направленную на формирование этих навыков и самостоятельности обучающихся в выполнении этих навыков, а также доказать ее эффективность достигнута. Задачи решены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акатов, Л.И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические основы: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л. И. Акатов.– М.: Гуманит; Владос, 2003. – 368 с.
2. Белостоцкая, Е. М. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7/ Е.М. Белостоцкая,Т. Ф. Виноградова, Т. Ф.– М.: Просвещение,1991. – 143 с.
3. Баряева, Л. Б. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью/ Л.Б. Баряева, О. П. Гаврилушкина, А. П. Зарин,Н. Д. Соколова. – СПб.: СОЮЗ, 2003.– 320 с.
4. Блейкер, Б. Л. Путь к независимости: обучение детей с особенностями развития бытовым навыкам/ Б.Л. Блейкер, А. Д. Брайтман. – М.: Теревинф, 2000.– 319 с.
5. Воронкова, В.В. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: Пособие для учителей и студентов дефектолог.ф-товпед. ин-тов/ В.В. Воронковой. — М.: Школа-Пресс,1994.– 416 с.
6. Воронин, А.С. Словарь терминов по общей и социальной педагогике/ А.С. Воронин. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2006.– 135 с.
7. Власова, Т.А., О детях с отклонениями в развитии/ Т.А. Власова, М. С. Певзнер.- М.: Просвещение,1973. – 189 с.
8. Выготский, Л.С. «Развитие высших психических функций» / Л.С. Выготский. – М.: «АКАДЕМИЯ»,1988.– 369 с.
9. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. М.: Педагогика. – 1999. – 536 с.
10. Выготский, Л.С. Проблема возраста Собрание сочинений: В 6-ти т.; Т.4/ Л.С. Выготский– М.: Педагогика, 1984. – 312 с.

11. Выготский, Л.С. Проблема умственной отсталости / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1983. 188 с.
12. Галанов, А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от 3 до 5 лет: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей/ А.С. Галанов 3-е изд. – М.: АРКТИ, 2006. – 96 с.
13. Гаврилушкина, О.П., Воспитание и обучение умственно отсталых дошкольников. Кн. для воспитателя/ О.П. Гаврилушкина, Н. Д. Соколова. – М.: Просвещение, 1985. – 72 с.
14. Грабов, А.Н. Воспитание детей с глубокими формами умственной отсталости/ А.Н. Граборов. М.: Просвещение, 1941. – 290 с.
15. Граборов, А. Н. Основы олигофренопедагогики/ А. Н. Грабаров, В. Г. Петрова, Т. В. Швырева.– М.: КЛАССИК СТИЛЬ, 2005.– 108 с.
16. Давыдова, С.И. Роль действий по подражанию, образцу и словесной инструкции в обучении умственно отсталых дошкольников /С.И. Давыдова. – М.: Просвещение, 1976. – 20 с.
17. Дульнев, Г.М. Основы трудового обучения во вспомогательной школе / Г.М. Дульнев. – М.: Просвещение, 1969. – 68 с.
18. Епифанцева, Т.Б. Настольная книга педагога дефектолога/Т.Б. Епифанцева 2-е изд.- Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 486 с.
19. Забрамная, С. Д. Умственная отсталость и отграничение ее от сходных состояний. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей / С. Д. Забрамная. – М.: Просвещение, Владос, 1995. – 13 с.
20. Забрамная, С.Д., Исаева, Т.Н. Некоторые психолого-педагогические показатели разграничения степеней умственной отсталости у детей на начальном этапе школьного обучения/С. Д. Забрамная, Т. Н. Исаева// Журнал коррекционной педагогики, 2008. - №1. –С. 5-13.
21. Исаев, Д. Н. Умственная отсталость у детей и подростков. Руководство/ Д.Н. Исаев.- СПб.: Речь, 2003.– 391 с.
22. Кагермазова, Л. Ц Возрастная психология / Л.Ц. Кагермазова. – М.: Просвещение, 1998. – 267 с.

23. Калмыкова, Е.А. Психология лиц с умственной отсталостью: Уч. - метод. пособие / Е.А. Калмыкова. – Курск:Курск.гос. ун-т., 2007. – с 154.
24. Катаева А.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников: Кн. для учителя/ А. А. Катаева, Е. А. Стребелева. – М.: «БУК-МАСТЕР», 1993. – 191с.
25. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь /Г.М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – М.: ИКЦ "МарТ, 2005.– с 448.
26. Количенко, А.И., Энциклопедия педагогических технологий / А.И. Количенко. – СПб.: КАРО, 2007. – с 368.
27. Кураев, Г.А. Пожарская, Е.Н. Возрастная психология: Курс лекций/ Г.А. Кураев, Пожарская, Е.Н. –Ростов-на-Дону: УНИИ валеологии РГУ, 2002.–146 с.
28. Катаева, А.А. Дидактические игры обучении умственно отсталых дошкольников/ А.А. Катаева, А. А. Стребелева. М.: Просвещение, 1991.–234 с.
29. Кони́на, Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект/ Е.Ю. Кони́на.- Айрис-пресс., 2007. – 12 с.
30. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет / И.Ю. Кулагина. – М.: УРАО, 1999. – 175 с.
31. Лебединская, К.С. Особенности эмоционально-волевой регуляции при умственной отсталости / К. С. Лебединская. – М.: Просвещение, 2002. – 225 с.
32. Левченко, И. Ю. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.Ю. Левченко, О. Г. Приходько. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 192 с.
33. Маклаков, А.Г. Общая психология/ А.Г. Маклаков.– СПб.: Питер,2001. – 592 с.

34. Мастюкова, Е.М. «Ребенок с отклонениями в развитии: Ранняя диагностика и коррекция» / Е.М. Мастюкова. – М.: Просвещение, 1992. – 95 с.
35. Маллер, А.Р., Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с нарушениями интеллекта / А.Р. Маллер, Г. В. Цикото. - М.: Педагогика, 1999. – 177 с.
36. Мещеряков, А. И. Первоначальное обучение слепоглухонемого ребенка / А.И. Мещеряков, Р. А. Мареева - М.: «Просвещение», 1964.– 47 с.
37. Морожина, Е.В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома/ Е.В. Морожина.– М.: Теревинф, 2006. –21 с.
38. Никольская, О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи / О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг. – М.: Теревинф, 1997. – 277 с.
39. Певзнер, М. С., Лебединская, К. С. Учащиеся вспомогательной школы / М. С. Певзнер, К. С. Лебединская. - М.: Педагогика, 1979. – 240 с.
40. Рубинштейн, С.Я. Психология умственно отсталого школьника/ С.Я. Рубинштейн. - М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
41. Рубинштейн, С. Я. Психология умственно отсталого школьника: Учеб.пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2111 "Дефектология".- 3-е изд., перераб. и доп./ С.Я. Рубинштейн – М.: Просвещение, – 1986.– 192 с.
42. Урунтаева, Г. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию/ Г.А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина, 1997. – 80с.
43. Устинов, И.Ю. Определения основных терминов дидактики высшей военной школы/И.Ю. Устинов.– Воронеж: ВАИУ, 2010. – 80 с.
44. Фадина, Г.В. Специальная дошкольная педагогика: Учебно-методическое пособие для студентов педагогических факультетов / Г. В. Фадина. - Балашов: Николаев, 2004. – 80 с.
45. Хилько, А.А. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ А.А. Хилько. – СПб.: Просвещение, 2006. – 223 с.

46. Шалимов, В.Ф. Клиника интеллектуальных нарушений / В. Ф. Шалимов. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 112 с.
47. Шапкова, Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.
48. Шаповалов, И.А. Методы изучения и диагностики отклоняющегося развития: учебное пособие / И.А. Шаповалов. – М.: Т.Ц. Сфера, – 2005. – 320 с.
49. Шаповаленко, И.В. Возрастная психология / И.В. Шаповаленко. М.: Гардарики, 2005. – 349 с.
50. Шаповалова О.Е. Моделирование проблемных ситуаций в процессе воспитания учащихся вспомогательной школы-интерната. //Журнал дефектология. - 1995. - № 2. -С. 22-27.
51. Шипицына, Л. М. Коррекция и развитие. Коррекционно-образовательные программы для детей с глубоким нарушением интеллекта / Л.М. Шипицына.– СПб.: "Образование",1996.– 66 с.
52. Шинкаренко, В.А. Диагностика и формирование навыков самообслуживания, хозяйственно-бытового и ручного труда у умственно ограниченных детей: Методические материалы в помощь педагогам специальных учреждений и родителям/ В.А. Шинкаренко. – Минск: Издательство БелАПДИ - "Открытые двери",1997. – 10 с.
53. Шмаков, С.А. Игры шутки – игры минутки / С.А. Шмаков. – М.: Новая школа, 1996. – 112 с.
54. Эльконин, Д.Б. Детская психология: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / Б.Д.Эльконин. М.: Академия, 2007. – 194 с.
55. Эльконин, Б.Д. Введение в психологию развития (в традиции культурно-исторической теории Л.С. Выготского) / Б.Д.Эльконин. – М.: Тривола, 1994. – 168 с.