



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ ВАЛДАЙ»

РАЗРАБОТЧИК

Ректор Университета Валдай

/В.В. Клевцов/

«_20_» _____ февраля _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«Формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентации
обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата»

Дополнительная профессиональная программа
**«Работа с обучающимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата (углубленная
подготовка)»**

г. Великий Новгород

Наименование учебной дисциплины: Формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентации обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Цель освоения учебной дисциплины (цель дисциплины): достижение запланированных результатов освоения образовательной программы - формирование установленных в образовательной программе компетенций.

Задачи освоения учебной дисциплины (задачи дисциплины): достижение запланированных в настоящей рабочей программе результатов освоения дисциплин - приобретение обучающимся запланированных знаний, умений, навыков.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Обучающийся должен формировать следующие результаты освоения дисциплины (планируемые результаты обучения) «Формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентации обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата» (коды формируемых компетенций): ПК-315.

Индикаторы достижения компетенций

Результаты обучения для настоящей дисциплины соотносятся со следующими индикаторами достижения компетенций Индикаторы достижения компетенции

На уровне знаний:

Знает основы личной гигиены, ее значение для здоровья и последовательность выполнения гигиенических процедур. Знает правила безопасного поведения в быту и общественных местах с учетом своих двигательных особенностей и использования вспомогательных средств передвижения. Знает о видах и назначении вспомогательных технических средств и адаптивных приспособлений, облегчающих самообслуживание и бытовую деятельность. Знает назначение основных социальных объектов (магазин, аптека, поликлиника) и алгоритмы взаимодействия с их сотрудниками. Знает основы правильного питания, правила хранения продуктов и технологии приготовления простых блюд.

На уровне умений:

Умеет планировать свой день, составлять последовательность действий при выполнении бытовых задач (уборка, приготовление пищи, уход за одеждой). Умеет адекватно оценивать свои физические возможности и при необходимости корректно обращаться за помощью к окружающим. Умеет безопасно использовать основные бытовые электроприборы (чайник, микроволновая печь, утюг) с применением, при необходимости, адаптированных приспособлений. Умеет ориентироваться в пространстве ближайшего социального окружения (путь в школу, магазин), используя карты и навигаторы с учетом доступной среды. Умеет обращаться с деньгами, рассчитывать бюджет на мелкие покупки и совершать их в магазине.

На уровне навыков:

Владеет навыками личной гигиены (чистка зубов, умывание, мытье рук), используя при необходимости специальные держатели, опоры или другие приспособления. Владеет навыком самостоятельного приема пищи и питья, используя адаптированную посуду и столовые приборы. Владеет навыками самостоятельного одевания и раздевания, использования различных видов застежек (молнии, липучки, пуговицы) с помощью адаптированных приемов или устройств. Владеет навыком поддержания порядка на своем рабочем месте и в своей комнате, раскладывая вещи по местам. Владеет навыком использования средств связи

(мобильный телефон) для вызова помощи, общения с близкими и получения необходимой информации.

Объем (трудоемкость) учебной дисциплины (в академических часах): 72.

Структура учебной дисциплины:

Лекционные занятия (академических часов): 6

Практические занятия (академических часов): 2

Самостоятельная работа (академических часов): 64

Тематический план учебной дисциплины (содержание учебной дисциплины)

Тема № 1: Психолого-педагогические основы формирования навыков самообслуживания у обучающихся с НОДА

Тема № 2: Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков личной гигиены

Тема № 3: Развитие навыков самостоятельного приема пищи, одевания и раздевания с учетом двигательных нарушений

Тема № 4: Обучение бытовому труду: уход за одеждой, обувью, поддержание порядка в жилом помещении

Тема № 5: Формирование навыков приготовления пищи и безопасного использования бытовых приборов

Тема № 6: Социально-бытовая ориентация в сфере торговли: планирование покупок, обращение с деньгами

Тема № 7: Формирование навыков ориентации в пространстве и пользования общественным транспортом

Тема № 8: Ознакомление с работой учреждений связи, медицинских и социальных служб

Тема № 9: Адаптация среды и использование технических средств реабилитации для расширения бытовой самостоятельности

Тема № 10: Формирование представлений о семье, бюджете и планировании досуговой деятельности

Текущий контроль

Форма текущего контроля по учебной дисциплине: Тестирование.

Примеры заданий:

Задание: Какой психолого-педагогический принцип является ведущим при формировании навыков самообслуживания у обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА)?

- Строгое следование единой программе для всех обучающихся
- Ориентация исключительно на скорость выполнения действия
- Выполнение всех трудных операций за ребенка, чтобы избежать неудач
- + Учет индивидуальных двигательных возможностей и создание ситуации успеха
- Использование только словесных методов обучения без демонстрации

Задание: Что из перечисленного является ключевым элементом формирования культурно-гигиенических навыков?

- Умение пользоваться смартфоном

- + Регулярное мытье рук перед едой и после посещения туалета
- Умение завязывать шнурки на ботинках
- Навык быстрого бега на короткие дистанции
- Знание правил дорожного движения

Задание: Какая стратегия наиболее эффективна для обучения ребенка с НОДА самостоятельному приему пищи?

- Кормить ребенка с ложки, чтобы он не испачкался
- Требовать от ребенка пользоваться только стандартными столовыми приборами
- + Использование специальной адаптированной посуды и столовых приборов (с утолщенными ручками, бортиками)
- Устанавливать жесткие временные рамки для приема пищи
- Запрещать ребенку есть руками, даже если это единственный доступный ему способ

Задание: Какова основная цель обучения ребенка бытовому труду, например, уходу за своей одеждой?

- Чтобы ребенок мог выполнять работу за родителей
- Чтобы наказать ребенка за плохое поведение
- + Формирование чувства ответственности, аккуратности и причастности к семейным делам
- Чтобы ребенок научился профессионально ремонтировать одежду
- Чтобы сэкономить деньги на услугах прачечной

Задание: Какой первый и самый важный шаг в обучении ребенка с особенностями развития безопасному использованию бытовых электроприборов (например, микроволновки)?

- Разрешить ребенку самостоятельно включать любой прибор
- Купить ребенку игрушечные аналоги всех бытовых приборов
- Запретить подходить к любым приборам в доме
- + Изучение правил безопасности под руководством взрослого и демонстрация правильного использования
- Чтение длинных инструкций к технике без практических занятий

Промежуточная аттестация

Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине: Зачет.

Примеры заданий:

Задание: Что является первоочередным навыком при формировании социально-бытовой ориентации в сфере торговли?

- Умение торговаться с продавцом о цене
- + Составление списка необходимых покупок перед походом в магазин
- Покупка только самых дорогих и ярких товаров
- Способность запомнить ассортимент всего магазина
- Расплачиваться только банковской картой родителей

Задание: Какой навык является базовым для формирования умения самостоятельно пользоваться общественным транспортом?

- Знание всех маршрутов общественного транспорта в городе

- Умение проходить в автобус без очереди
- + Изучение и запоминание своего маршрута от дома до ключевых объектов (школа, поликлиника)
- Наличие собственного проездного билета, купленного родителями
- Умение громко объявлять свою остановку

Задание: Какое знание является критически важным при ознакомлении с работой экстренных служб?

- Знать имя и фамилию начальника местного отделения полиции
- + Знать номера телефонов экстренных служб (101, 102, 103) и уметь четко назвать свой адрес
- Знать точные часы работы районной поликлиники
- Умение самостоятельно дойти до ближайшего почтового отделения
- Знать, где находится ближайшая станция скорой помощи на карте города

Задание: Какова главная цель использования технических средств реабилитации (например, специальных захватов для предметов) в быту?

- Чтобы продемонстрировать окружающим особый статус человека
- Полностью заменить необходимость выполнения действий руками
- Чтобы сделать жилое пространство похожим на больничную палату
- + Повысить уровень самостоятельности и уменьшить зависимость от помощи других людей
- Чтобы усложнить выполнение привычных бытовых задач

Задание: Какое утверждение верно описывает основу понятия "семейный бюджет"?

- Семейный бюджет — это деньги, которые можно тратить только на развлечения и игрушки
- + Бюджет состоит из доходов (зарплата, пенсия) и расходов (оплата жилья, еда, одежда)
- Чем больше семья, тем меньше у нее денег
- Планировать бюджет должны только взрослые, а дети не должны об этом знать
- Доходы семьи являются бесконечными и их не нужно считать

Содержание самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине:
подготовка к занятиям: изучение теоретического материала, чтение учебников и дополнительных источников, конспектирование; подготовка к промежуточной аттестации; самостоятельное изучение дополнительных материалов; анализ и интерпретация данных – составление аналитического отчета обучающегося по дисциплине.

Условия реализации рабочей программы дисциплины

Материально-техническое обеспечение реализации дисциплины: технические средства доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Учебно-методическое обеспечение (электронные учебно-методические материалы) освоения учебной дисциплины (в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине):

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представляет собой приложение к настоящей образовательной программе, содержащее оценочные материалы.

Список литературы

Нормативно-правовая база

Конституция Российской Федерации

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — Закон об образовании).

Основная литература

Вентцель, К. Н. Педагогика творческой личности / К. Н. Вентцель. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-15391-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568341>

Выготский, Л. С. Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 332 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11695-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566577>

Интеллект в цифровом образовании: естественный, искусственный, эмоциональный — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581570>

Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13367-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567411>

Кащенко, В. П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков : учебник для среднего профессионального образования / В. П. Кащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/599099>

Макаренко, А. С. Методика воспитательной работы. Избранные труды / А. С. Макаренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 323 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-08066-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562001>

Лай, В. Экспериментальная педагогика / В. Лай ; под редакцией В. Е. Игнатъева ; переводчик Е. И. Воскресенская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 146 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11549-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566505>

Челпанов, Г. И. Учебник психологии : учебник / Г. И. Челпанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 221 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-12188-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566825>

Дополнительная литература

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта. Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология : журнал / ФГАОУ ВО "Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта". — Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_008503841/

Контенткон 2025: авторство, ИИ-генерация и использование учебного контента — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — ISBN 978-5-534-14536-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/582265>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 1. Церковно-религиозная и государственная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04051-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598605>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 2. Общественная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04053-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598612>

Психология человека в образовании = Psychology in education : научный журнал. — Санкт-Петербург // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_010815716/

Интернет-ресурсы

Информационное обеспечение представляет собой перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (цифровой (электронной) библиотеке) «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>), содержащей издания учебно-методической и иной литературы.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к федеральной государственной информационной системе «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>).

Состав необходимого комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (программное обеспечение): реестровая запись №3722 от 23.07.2017 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных); Яндекс.Телемост (реестровая запись №13556 от 20.05.2022 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных).

Электронные информационные ресурсы (ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»):

- **Состав современных профессиональных баз данных**

Федеральная служба государственной статистики (<https://rosstat.gov.ru/>);

Открытые данные России (<https://data.gov.ru/>);

Статистический Отдел Организации Объединенных Наций (United Nations Statistics Division) (<http://data.un.org/>);

База данных ЮНЕСКО (<https://www.unesco.org/en/key-data>).

- Состав информационных справочных систем

Высшая аттестационная комиссия при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (<https://vak.minobrnauki.gov.ru/main>);

Официальный интернет-портал правовой информации (Государственная система правовой информации) (<http://pravo.gov.ru/>);

Система обеспечения законодательной деятельности (<https://sozd.duma.gov.ru/>);

Собрание законодательства Российской Федерации (<https://www.szrf.ru/>);

Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие» (ГАС «Правосудие») (<https://sudrf.ru/>);

Нормативные правовые акты в Российской Федерации. Министерство юстиции Российской Федерации (<http://pravo.minjust.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - информационные ресурсы органов государственной власти

Президент России (<http://kremlin.ru/>);

Правительство России (<http://government.ru/>);

Министерство науки и высшего образования РФ (<https://www.minobrnauki.gov.ru/>);

Министерство просвещения РФ (<https://edu.gov.ru/>);

Министерство экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>);

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации (<https://digital.gov.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - периодические издания

ТАСС (<https://tass.ru/>);

РИА НОВОСТИ (<https://ria.ru/>);

Коммерсантъ (<https://www.kommersant.ru/>);

РТ (<https://rt.com/>).

- Информационные поисковые системы

Яндекс (<https://ya.ru/>);

MAIL.RU (<https://www.mail.ru/>).