

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Ирбитское муниципальное образование
МОУ "Ницинская ООШ"

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Щитова Л.В.
№33-од от 30.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по предмету: «Человек» для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и
множественными нарушениями развития
(вариант 2)
1 (доп.) класс**

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» разработана на основе:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" N 273 от 29.12.2012 г.;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) МОУ «Ницинская ООШ».

Программа учитывает психофизическое развитие, индивидуальные возможности и особые образовательные потребности обучающегося с расстройствами аутистического спектра.

Цели обучения: формирование представлений о себе и своём ближайшем окружении.

Достижение цели планируется через реализацию следующих **задач**:

- формировать представления о возрастных изменениях человека;
- формировать умение жить по режиму дня;
- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытьё рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

2.Общая характеристика учебного предмета

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося происходит при условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «я» ребенок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими.

Обучение предмету «Человек» направлено на формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания. В процессе занятий в рамках предмета "Человек" ученики приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Ребенок учится определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи». Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей.

3. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МОУ «Ницинская ООШ».

В соответствии с годовым учебным планом отводится в 1(доп.) классе – 66 часов (2 часа в неделю, 33 учебных недели).

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты

- 1) Представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других:
 - соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
 - представления о собственном теле;
 - отнесение себя к определенному полу;
 - умение определять "мое" и "не мое", осознавать и выражать свои интересы, желания;
 - умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы;
 - представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.
- 2) Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей:
 - умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и другое;
 - умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами:

- умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;
- умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);
- умение следить за своим внешним видом.

4) Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье:

- представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

5. Содержание учебного предмета

Представления о себе

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о строении человека. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего возраста, даты рождения. Представление о возрастных изменениях человека. Называние своего имени и фамилии. Представление о занятиях в свободное время. Рассказ о себе.

Гигиена тела

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Нанесение крема на руки. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Обращение с одеждой и обувью

Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Застегивание (завязывание): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка (сапога,

тапка). Выворачивание одежды. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Туалет

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе (горшке), оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажатие кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки/стакана (захват кружки/стакана, поднесение кружки/стакана ко рту, наклон кружки/стакана, втягивание / вливание жидкости в рот, опускание кружки/стакана на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку). Еда вилкой (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку). Использование ножа и вилки во время приема пищи (отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа). Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Семья

Представление о членах семьи, о родственниках, о родственных отношениях в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

6. Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	Представление о себе «Я – человек». «Моё имя»	1	Фотографии детей. Разыгрывание ситуации «Меня зовут...»

2	«Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1	Объяснение. Рассматривание фотографии.
3	«Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1	Объяснение. Рассматривание фотографии.
4	«Я – человек». Узнавание (различение) мальчика и девочки	1	Объяснение с помощью картинок, пиктограмм.
5	«Кто я?» «Я - мальчик», «Я - девочка»	1	Объяснение с помощью картинок, пиктограмм.
6	«Все люди разные». «Большой, маленький человек»	1	Объяснение с помощью сюжетных картинок.
7	«Все люди разные». «Большой, маленький человек»	1	Объяснение с помощью сюжетных картинок.
8	Основные части тела человека (голова, туловище, руки, ноги).	1	Объяснение с помощью карточек. Пиктограммы.
9	«Изучаем своё тело» «Голова»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
10	Представление о лице человека (глаза, рот, нос)	1	Объяснение с помощью картинок, пиктограмм.
11	Представление о лице человека. «Моё не моё», «Мои не мои»	1	Объяснение. Выполнение действий по подражанию.
12	«Туловище»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
13	Нахождение частей тела на себе, другом человеке. «Моё не моё», «Мои не мои»	1	Объяснение. Выполнение действий по подражанию.
14	«Моё самочувствие» «У меня болит голова»	1	Объяснение с помощью картинок
15	«Моё самочувствие» «Мне плохо»	1	Объяснение с помощью картинок
16	Гигиена тела «Ванная комната». Предметы личной гигиены.	1	Объяснение с помощью наглядного материала.
17	«Мои руки».	1	Объяснение. Работа с карточками. Алгоритм мытья рук.
18	Практическая работа «Уход за руками».	1	Выполнение действий по подражанию. Алгоритм мытья рук.
19	«Мои ноги. Уход за ногами».	1	Объяснение. Работа с карточками. Выполнение действий по подражанию.
20	«Водные процедуры, душ»	1	Объяснение с помощью сюжетных картинок.
21	Гигиена полости рта	1	Объяснение с помощью картинок. Выполнение действий по подражанию.
22	«Мои зубы»	1	Объяснение с помощью картинок.
23	«Уход за зубами»	1	Объяснение. Алгоритм чистки зубов. Выполнение действий по

			подражанию.
24	«Мои глаза»	1	Объяснение с помощью картинок.
25	«Уход за глазами»	1	Объяснение с помощью картинок. Выполнение действий по подражанию.
26	«Мои уши»	1	Объяснение с помощью картинок.
27	«Уход за ушами»	1	Объяснение с помощью картинок. Выполнение действий по подражанию.
28	«Мой нос»	1	Объяснение с помощью картинок.
29	«Уход за носом»	1	Объяснение с помощью картинок. Выполнение действий по подражанию.
30	«Чистота – залог здоровья»	1	Просмотр мультфильма по произведению К. Чуковского «Мойдодыр».
31	Туалет «Оборудование туалетной комнаты»	1	Объяснение.
32	«Нужды человека» «Я хочу в туалет»	1	Объяснение с помощью картинок.
33	«Алгоритм пользования туалетом»	1	Объяснение с помощью картинок.
34	«Унитаз. Кнопка слива» «Смывание унитаза»	1	Объяснение.
35	«Туалетная бумага. Правила пользования»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
36	«Отматывание, отрывание бумаги» Практическая работа	1	Работа с наглядным материалом.
37	«Гигиенические процедуры после посещения туалета»	1	Работа с наглядным материалом.
38	«Мытье рук, вытирание рук»	1	Выполнение действий по подражанию. Алгоритм мытья рук.
39	Обращение с одеждой и обувью «Виды одежды». (нижняя одежда)	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками «Одежда»
40	«Виды одежды» (верхняя одежда)	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками «Одежда»
41	Лицевая и изнаночная сторона одежды	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
42	«Одежда для девочек» «Одежда для мальчиков»	1	Дидактическая игра «Надень правильно»
43	«Последовательность действий при одевании одежды»	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками «Одежда»
44	«Соблюдение последовательности действий при раздевании»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
45	«Виды обуви»	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками

			«Обувь»
46	«Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка)»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
47	«Виды застежек»	1	Объяснение. Работа с наглядным материалом.
48	«Застежки на одежде и обуви» Практическая работа	1	Объяснение. Работа с пособиями: молнии, пуговицы, шнуровка, липучки.
49	«Застежки на одежде и обуви» Практическая работа	1	Объяснение. Работа с пособиями: молнии, пуговицы, шнуровка, липучки.
50	«Виды обуви, виды одежды»	1	Дидактическая игра. Различение и показ предметов одежды и обуви на картинках.
51	Прием пищи «Режим дня. Части суток»	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками «Части суток».
52	«Режим дня: утро, день, вечер, ночь»	1	Объяснение. Работа с сюжетными картинками.
53	«Нужды человека» «Я хочу есть, пить»	1	Объяснение. Пиктограммы с изображениями действий. Выполнение действий по подражанию.
54	Питание. Посуда для питья и еды.	1	Объяснение. Работа с тематическими карточками «Посуда»
55	«Питье из кружки/стакана»	1	Объяснение. Выполнение действий по подражанию.
56	«Питание. Еда ложкой»	1	Объяснение. Выполнение действий по подражанию.
57	«Питание. Еда вилкой»	1	Объяснение. Выполнение действий по подражанию.
58	«Культура поведения в столовой» (Использование салфетки во время приема пищи)	1	Объяснение. Презентация
59	«Культура поведения в столовой» (Использование салфетки во время приема пищи)	1	Работа с материалом (салфетки)
60	Моя семья «Я и моя семья»	1	Объяснение. Рассматривание фотографии семьи.
61	«Моя семья» «Мама, папа»	1	Объяснение. Рассматривание фотографий.
62	«Моя семья» «Братья, сестры»	1	Объяснение. Рассматривание фотографий.
63	«Мой дом» «Мои родственники»	1	Объяснение. Рассматривание фотографий.
64	«Любимые занятия моей семьи»	1	Рассматривание картинок с действиями членов семьи.
65	«Мои любимые игры, увлечения»	1	Объяснение с помощью сюжетных картинок.
66	«Представление о	1	Объяснение с помощью сюжетных

	профессиональной деятельности членов семьи»		картинок.
--	--	--	-----------

7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Материально-техническое обеспечение предмета включает:

- предметные и сюжетные картинки;
- тематические карточки по темам;
- карточки с изображениями людей, действий (фотографии, пиктограммы);
- печатные пособия (таблицы) по разделам программы;
- шнуровки, липучки;
- дидактические игры по лексическим темам;
- презентации, мультипликационные фильмы;
- технические средства: компьютер, принтер.