

Рассмотрено на заседании
ШМО, протокол № 1
от 28.08.2023 г.
руководитель ШМО
И.Н. Чернышева;
принято педагогическим
советом МАОУ «Школа-
интернат № 4 для обучающихся
с ОВЗ» г. Перми, протокол № 1
от 29.08.2023 г.
руководитель МС
О.О. Пушнина

согласовано
заместитель директора
МАОУ «Школа-интернат № 4
для обучающихся с ОВЗ» г. Перми
О.Е. Пахомова
31.08.2023 г.

утверждено приказом
и. о. директора МАОУ
«Школа-интернат № 4
для обучающихся с ОВЗ» г. Перми
И.А. Кузнецовой № 287– од
от 01.09.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету (курсу):
«Человек»,
для обучающихся 3 «Г» класса
на 2023 – 2024 учебный год

Автор – составитель:
Щекина О.В.,
учитель начальных классов

2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений о себе, с формирования навыков самообслуживания – это важные направления обучения ребенка с нарушениями развития, так как способность обслуживать себя необходима для независимой жизни любого человека. Для освоения навыков самообслуживания ребенком с умственной отсталостью, с ТМНР требуется специально организованное обучение.

Цель обучения: повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания, формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Основной задачей обучения навыкам является целенаправленная подготовка к жизни, снижению уровня опеки со стороны взрослых для формирования максимального уровня самостоятельности.

- формировать представления о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- формировать умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей (принимать пищу и пить, ходить в туалет и т.д.);
- развивать способность выражать свое настроение и потребности с помощью доступных пантомимических, мимических и других средств;

Общая характеристика предмета

Становление личности ребенка 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.

Программа по предмету «Человек» представлена следующими разделами: «Представление о себе», «Самообслуживание» («Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи»).

Раздел «Представление о себе» включает следующее содержание:

- представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

Задачи к разделу «Представление о себе»:

- дать представления о собственном теле
- учить распознавать ощущения и обогащать свой сенсорный опыт
- учить соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- учить относить себя к определенному полу
- учить определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- учить сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства;
- дать представления о возрастных изменениях человека

- учить определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым;

Коррекционные задачи к разделу «Представление о себе»:

- создавать у детей предпосылки к развитию речи
- формировать артикуляционные способности
- формировать умение высказывать свои потребности с помощью жестов и мимики
- учить понимать обращенную речь
- формировать навыки адекватного реагирования на речь взрослого
- побуждать к эмоционально-звуковому выражению чувств
- учить пониманию речи и жестов
- развивать мышление и память в процессе общения со взрослым на основе обогащения представлений об окружающем мире;

Раздел «Самообслуживание» включает следующее содержание:

- формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т. д.;
- формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды;
- использование во время еды столовых приборов, питьё из кружки, накладывание пищи в тарелку, пользование салфеткой;
- формирование навыков обслуживания себя в туалете;

Задачи к разделу «Самообслуживание»:

- учить различать и называть: части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени);
- учить различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;
- учить выполнять действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться;
- объяснять детям в доступной их пониманию форме, что быть чистым - красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям;
- учить совершать под присмотром и с помощью утренний и вечерний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться; знать, где следует хранить предметы туалета: мыло, мыльницу, зубную щетку, пасту, расческу, полотенце;
- закреплять умение различать и называть предметы одежды и обуви: носки, рубашки, трусы, носовой платок, штаны, платье, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, галоши, валенки и т.д.
- закреплять навыки одевания и обувания под присмотром. Знать, как складывать и куда класть или вешать свою одежду;
- уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка и т.д.);
- закреплять навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду. Уметь пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол. Знать, что нельзя есть невымытые ягоды, овощи и фрукты.
- уметь различать и называть основные предметы питания (суп, каша, мясо, котлеты, картофель, рыба, яйцо, масло, сахар, соль, конфеты, белый хлеб, черный хлеб, кисель, компот, чай, пирожок и т.д.);

- учить садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению. Выйдя из-за стола, задвигать за собою стул.
- учить вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после туалета;
- уметь ходить попарно и знать свое место на прогулке, участвовать в зарядке - учить не сорить, бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора;

Коррекционные задачи к разделу «Самообслуживание»:

- прививать детям навыки самостоятельности, изживать тенденцию к иждивенчеству в посильных для детей заданиях по самообслуживанию;
- корректировать и развивать сенсорные и познавательные процессы, личностные качества ребенка;
- корректировать нарушения эмоционально-личностной сферы;
- развивать речь и обогащать словарь, мелкую моторику пальцев рук;
- воспитывать трудолюбие, самостоятельность, терпеливость, настойчивость, любознательность;

Основная воспитательная задача по данному разделу работы - привить детям навыки самостоятельности, изживать тенденцию к иждивенчеству в посильных для детей задачах по самообслуживанию, учить решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.

Необходимым условием является создание атмосферы доброжелательного общения, совместная деятельность, соответствующая уровню развития и индивидуальным особенностям.

Особенности курса:

- формирует представления о человеке, о строении его тела, о видах деятельности, осознание общности и различий с другими детьми;
- развивает умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- учит соблюдать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

Особое внимание следует обратить на: самостоятельность в элементарных хозяйственно - бытовых делах, посильную помощь в уборке, умение ориентироваться в окружающей действительности, умение организовать свой досуг, развитие речи, отражение в словах и фразах своих действий.

Основные формы и методы обучения - это практические упражнения и опыты, зарисовки в тетрадях, экскурсии, беседы, дидактические игры, чтение пословиц и поговорок, народных примет, стихов, рассказов, рассматривание картин.

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

На изучение предмета в 3 классе отведено по 66 часов, по 2 часа в неделю, 33 учебные недели. Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным образовательным стандартом «Окружающий социальный мир».

Принципы организации учебного процесса: наглядности, доступности, практической направленности, коррекции.

Планируемые результаты образования

1) Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.

- Представления о собственном теле.
- Распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта.
- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Отнесение себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

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

- Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
- Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой).

3) 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.

Основное содержание учебного предмета

Представления о себе.

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки). 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. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открытие крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Подстригание ногтей ножницами. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Очищение носового хода. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Мытье интимной зоны.

Обращение с одеждой и обувью.

Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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 при раздевании. 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.

Туалет.

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке, пользование туалетной бумагой, одевание одежды – трусов, колготок, брюк, мытье рук).

Прием пищи.

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки, стакана. 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 вилок (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку). Использование вилки во время приема пищи (наполнение вилки гарниром). Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Учебно – тематическое планирование.

Предмет: Человек.

№	Тема урока	кол – во часов	дата
	Наше тело.	4	
1.	Представление о своем теле	1	
2.	Представление о своих двигательных возможностях	1	
3	Представление о строении человека	1	
4	Интересные особенности человеческого организма	1	
	Части тела и лица	3	

5	Изучение таких частей тела: лицо, голова, глаза, нос, уши	1	
6	Изучение таких частей тела: волосы, шея, руки и кисть	1	
7	Изучение таких частей тела: пальцы, ноги, спина, грудь, живот, ступня.	1	
	Режимные моменты	2	
8,9	Правила здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней)	2	
	Руки, движения пальцев рук	3	
10	Особенности строения рук человека	1	
11 12	Движений пальцев рук детей, пальчиковые игры.	2	
	Пол, возраст, имя, фамилия	4	
13 - 14	Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки).	2	
15	Называние своего возраста, даты рождения	1	
16	Называние своего имени и фамилии	1	
	Отражение в зеркале	2	
17 -	Представление о возрастных	1	
18	изменениях человека	1	
19	Кожа, мышцы, скелет Система опоры и движения, скелет	4 1	
20	Мышцы, их строение и функции	1	
21	Работа мышц. Управление движением. Утомление	1	
22	Вытирание тела	1	
	Время суток	2	
23	Время: утро и день	1	
24	Время: вечер и ночь	1	
	Самостоятельный аккуратный прием пищи	3	
25	Использование во время еды столовых приборов	1	
26	Питьё из кружки	1	

27	Накладывание пищи в тарелку, пользование салфеткой	1	
	Поведение в столовой, прачечной, бане	2	
28	Питье из кружки/стакана.	1	
29	Использование вилки во время приема пищи (наполнение вилки гарниром)	1	
	Соблюдение последовательности действий в туалете, ванне, бане, столовой	2	
30	Сообщение о желании сходить в туалет	1	
31	Правила поведения за столом	1	
	Обращение с одеждой, обувью	2	
32	Расстегивание липучки, молнии, пуговицы.	1	
33	Снятие предмета одежды.	1	
	Гигиена тела	2	
34	Чистка зубов	1	
35	Расчесывание волос	1	
	Предметы санитарии и гигиены	2	
36	Пользование туалетной бумагой	1	
37	Соблюдение последовательности действий в туалете.	1	
	Внешний вид, зеркало	1	
38	Контроль своего внешнего вида	1	
	Уход за зубами, волосами	2	
39	Чистка зубов.	1	
40	Расчесывание волос	1	
	Самостоятельное одевание и раздевание одежды, снятие обуви, головных уборов	4	
41	Снятие предмета одежды.	1	
42	Снятие обуви.	1	
43	Соблюдение последовательности при раздевании.	1	
44	. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта).	1	
	Хранение одежды, обуви, головных уборов	2	
45	Правила хранения одежды	1	

46	Правила хранения обуви	1	
	Стирка, сушка одежды, обуви	3	
47	Правила стирки одежды	1	
48	Правила сушки одежды	1	
49	Правила ухода за обувью	1	
	Работа с пособиями: шнуровка, молнии, липучки, пуговицы	3	
50	Расстегивание липучки	1	
51	Расстегивание молнии, пуговицы	1	
52	Развязывание шнурков	1	
	Техника безопасности при работе с моющими средствами	5	
53 – 57	Правила поведения при работе с моющими средствами	5	
	Техника безопасности при обращении с электрическими бытовыми приборами	4	
58 - 61	Техника безопасности и правила обращения с электроприборами: утюг, телевизор, ноутбук, телефон	4	
62 - 65	Закрепление изученного	2	
66	Урок – практикум	1	
	Итого:	66 часов	

Контрольные параметры оценки достижений

1) *Представления о себе.*

- Иметь представления о собственном теле.
- Уметь называть свое имя.
- Относить себя к определенному полу.
- Уметь определять «моё» и «не моё».
- Уметь сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.
- Иметь представления о возрастных изменениях человека.
- Уметь определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
- Уметь чистить зубы утром и вечером, мыть руки после посещения туалета и перед едой.

2) *Семья.*

- Называть (показывать) членов своей семьи.
- Иметь представления об обязанностях членов семьи.
- Иметь представления о бытовой и досуговой деятельности семьи.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- предметные и сюжетные картинки,
- фотографии с изображением членов семьи ребенка;
- пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения и т.д.
- видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения;
- рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов;
- компьютер, мультимедиа, интерактивная доска;