

*Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Начальная общеобразовательная школа «Радуга»*

«Рассмотрена»

На заседании МОшколы

_____ О.С. Ставцева
_____ 2023г.

«Согласована»

Заместитель директора УВР

_____ О.С. Ставцева
_____ 2023г.

«Утверждена»

Директор школы

_____ Н.А. Кулакова
_____ 2023г.

Рабочая программа по предмету «Человек»

1 класс

2023-2024 учебный год

*п. Чернь.
2023г.*

1. Пояснительная записка

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе нормативно – правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 года N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
2. Приказ министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 – п. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) на 2023 -2024 учебный год;
4. Учебный план на 2023-2024 учебный год.

Цель программы:

Приобщение учащихся к социальному миру через развитие представлений о себе. Для реализации цели были поставлены следующие **задачи**:

- формировать представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности;
- привитие навыков культуры поведения;
- формирование представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.;
- привитие детям навыков самостоятельности.

Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды воспитанников

ЦЕЛЬ ВОСПИТАНИЯ: создание условий для формирования, становления и развития личности ученика с ограниченными возможностями здоровья, умеющей полноценно жить и работать в современных социально - экономических условиях.

ЗАДАЧИ:

- укрепление физического и психического здоровья учеников;
- формирование социально-бытовых знаний, умений и навыков, воспитание правовой культуры;

- развитие творческих способностей, художественно-эстетического восприятия;
- воспитание патриотических чувств, любви к Родине, родному краю, приобщение к народным традициям; формирование экологической культуры;
- формирование и развитие трудовых умений и навыков; профессиональных интересов и склонностей, способности к жизненному и профессиональному самоопределению.

Общая характеристика учебного предмета «Человек»

Содержание обучения в рамках предмета «Человек» включает формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Одевание и раздевание», «Прием пищи». Раздел «Представления 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. Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей.

Учебный предмет «Человек» интегрируется с различными учебными предметами и направлениями коррекционной работы и входит в образовательную область. Является частью учебного плана. Предмет изучается с 1 по 4 класс, количество часов: 1-2 класс в неделю -3 ч, 3-4 класс – 2 ч в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Человек»

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

Предметные результаты: Пропедевтический уровень

Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело: •

Позволяет оказывать сенсорное воздействие на собственное тело

- Доступным образом даёт ответ на сенсорный контакт. **Знакомство с собственным телом, его частями:**
- Умение воспринимать собственное тело как целое
- Умение узнавать части тела, как части своего собственного тела;
- Умение принимать процесс игры с собственным телом.

Одевание-раздевание, прием пищи, умывание, чистка зубов, пользование туалетом:

- Принимает процесс одевания-раздевания, приема пищи, умывания, чистки зубов, посещения туалета;
- Помогает при одевании-раздевании, приеме пищи, умывании, чистке зубов, посещении туалета;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет с поддержкой взрослого;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет самостоятельно;
- Сообщает о голоде-жажде, о потребности посетить туалет

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.
- Знание своего ближайшего окружения
- Умение показать (назвать) членов семьи на фотографии

Минимальный уровень.

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других:

- Умение соотнести себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Имеет представление о собственном теле.
- Относит себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания доступными способами. • Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол доступными средствами.

Участие в решении каждодневных жизненных задач, связанных с удовлетворением первоочередных потребностей:

- Умение принимать помощь взрослого.
- Эмоционально – положительно относится к гигиеническим процедурам.
- Проявляет максимально возможную самостоятельность в самообслуживании: приеме пищи и пить, пользовании туалетом, выполнении гигиенических процедур, одевании и раздевании.
- Умение производить отдельные доступные действия, операции по самообслуживанию и их последовательность.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях, боли или проблеме доступным способом.

Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье:

- Имеет представление о семье и её членах как близких ребёнку людям.
- Имеет представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, основных занятиях членов семьи, быте и досуге семьи.

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.

Достаточный уровень

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- Представление о собственном теле.
- 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, интересы.

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 др.

- Умение соблюдать правила гигиены.
- Умение соблюдать правила поведения за столом.
- Умение самостоятельно принимать пищу.
- Умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.
- Умение сервировать стол и убирать со стола посуду.
- Умение подбирать одежду и обувь по сезону.
- Уметь застегивать застежку молнию, липучки, завязывать шнурки • Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

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.
- Уметь выразить (карточкой, словом, жестом) свое эмоциональное состояние.
- 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.

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.
- Знать родственные отношения в семье (папа, мама, брат, сестра, дедушка, бабушка).
- Знать имена членов семьи, показывать их на фотографиях. **Содержание учебного предмета «Человек»**

В учебном плане предмет представлен с расчетом по 3 часа в неделю, 99 ч. в год.

Представления о себе: Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы).

Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа).

Гигиена тела: 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. Подстригание ногтей ножницами. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица. Чистка

зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой. Расчесывание волос.

Обращение с одеждой и обувью: Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки),

ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, шнурка). Контроль своего внешнего вида. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).

Прием пищи: Питание, алгоритм принятия пищи.

Семья: Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

№п\п	Тема урока	Количество часов	Примечания
«Представления о себе»			
1	Знакомство. Условные обозначения. О себе.	2	
2	Пол, возраст, имя фамилия	2	
3	Мои воспитатели и учителя	1	
4	Мои эмоции: радость – грусть, восторг.	1	
5	Мои эмоции: удивление.	1	
6	Мои эмоции: страх	1	
7	Моё – чужое.	2	
8	Моё самочувствие. У меня болит голова. Мне плохо	3	
9	Моя досуговая деятельность. Игра, хобби.	2	
10	«Волшебные слова». Как вести себя в школе.	2	
11	Режим дня школьника.	2	
12	Прогулка и ее значение.	1	

13	Утренний и вечерний туалет.Правила пользования туалетом.	2	
14	Зарядка и её значение.	2	
15	Сон, его значение.	1	
16	Человек: строение.	3	
17	Игра – импровизация: что умеет твоё тело.	1	
18	Лицо в зеркале.Повторение пройденного материала	2	
«Гигиена»			
1	Гигиена полости рта.	3	
2	Чистота рук – залог здоровья.	2	
3	Личная гигиена: уход за телом.	2	
4	Моё личное полотенце. Моя метка	2	
5	Просмотр мультфильма по произведению К. Чуковского «Мойдодыр»	1	
6	Внешний облик человека. Правильная осанка человека	2	
7	Одежда	1	
8	Изнаночная и лицевая сторона	1	
9	Одевание нижнего белья»	1	
10	Виды обуви	1	
11	Виды застёжек	2	
12	Кожа, порез, ожог	2	
13	Лицо человека: глаза, уши, нос	3	
14	Человек: строение.	1	
15	Туалет	1	
16	Раковина	1	
17	Кнопка слива. Смывание унитаза	2	
18	Повторение пройденного материала	1	
«Приём пищи»			
1	Продуктовые магазины	2	
2	Режим питания.	2	
3	Как правильно есть	1	
4	Из чего варят каши	1	
5	Хлеб – всему голова.	1	
6	Игра-прогулка по улице Сезам	2	
7	На вкус и цвет товарищей нет	3	
8	Как утолить жажду	2	

9	Если хочешь быть здоровым	2	
10	Витамины. Сухофрукты	1	
11	Самые полезные продукты: овощи, фрукты.	2	
12	Культура поведения в столовой. Добрые слова	3	
13	Повторение пройденного материала	1	
«Семья. Мой мир. Безопасность»			
1	Я и моя семья	3	
2	Взаимоотношения в семье	2	
3	Безопасность в доме.	1	
4	Пожарная безопасность: огонь	2	
5	Безопасность при общении с животными.	2	
6	Правила поведения в ванной комнате.	2	
7	Как вести себя в гостях.	2	
8	Сюжетно-ролевая игра «Мы вежливые»	1	
9	Повторение пройденного материала.	1	