государственное казенное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Нижнетагильская школа – интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  на заседании ШМО  Руководитель ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Афанасьева Н. Б./  Протокол № \_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | **Согласовано:**  Заместитель директора  по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Кузьмина С. Н./  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. | **Утверждаю:**  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_/Леонова О. Ю./  Приказ №\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету «Человек»**

**для обучающихся с умеренной степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями),**

**с тяжелыми и множественными нарушениями развития**

**2б класса**

**на 2018 - 2019 учебный год**

|  |
| --- |
| Составитель:  Севостьянова Н. В.  учитель начальных классов |

г. Нижний Тагил

2018 год

**Пояснительная записка**

Приобщение обучающихся к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающихся происходит при условии их активности, познания ими окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «Я» обучающиеся начинают понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими. 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», «Туалет», «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. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет». В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Обучающиеся учатся соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающихся являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Обучающиеся учатся понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними. Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки, проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук обучающиеся учатся удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т. д. После того как обучающиеся их освоят, они учатся соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения обучающиеся учатся принимать душ, мыть голову.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

Данная рабочая программа составлена на основании следующих документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599;
3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2);
4. Образовательная программа ГКОУ СО «Нижнетагильская школа-интернат».

Учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир».

В Федеральном компоненте государственного стандарта предмет «Человек» обозначен как самостоятельный предмет. На его изучение отведено 93 часа, 3 часа в неделю, 34 учебные недели.

**Планируемые результаты освоения обучающимися**

**учебного предмета «Человек»**

* 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;
* представление 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.

1. 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;
* умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

1. 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.

1. 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.

**Содержание**

**учебного предмета «Человек»**

**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 (колено, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица.

**Гигиена тела**

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры.

Мытье волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Расчесывание волос.

Мытье ушей. Чистка ушей.

Мытье 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.

Мытье носового хода. Очищение носового хода.

Чистка зубов. 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.

Мытье рук. 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.

Мытье ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой.

**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, манжеты). 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 видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

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/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание 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.

**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 семейных взаимоотношениях.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п./п. | раздел, тема | кол.-во  часов | дата  проведения |
| **Представления о себе** | | | |
| 1 | Мальчишки | 1 | 03.09.2018 |
| 2 | Девчонки | 1 | 06.09.2018 |
| 3 | Как меня зовут? | 1 | 07.09.2018 |
| 4 | Мое тело | 1 | 10.09.2018 |
| 5 | Строение тела человека | 1 | 13.09.2018 |
| 6 | Части тела человека | 1 | 14.09.2018 |
| 7 | Моя голова | 1 | 17.09.2018 |
| 8 | Мое лицо | 1 | 20.09.2018 |
| 9 | Мое туловище | 1 | 21.09.2018 |
| 10 | Мои руки | 1 | 24.09.2018 |
| 11 | Мои ноги | 1 | 27.09.2018 |
| 12 | Как я себя чувствую? | 1 | 28.09.2018 |
| **Гигиена тела** | | | |
| 13 | Раковина. Горячая и холодная вода | 1 | 01.10.2018 |
| 14 | Напор струи воды | 1 | 04.10.2018 |
| 15 | Смешивание воды | 1 | 05.10.2018 |
| 16 | Гигиена тела человека | 1 | 15.10.2018 |
| 17 | «Зоопарк» на голове | 1 | 18.10.2018 |
| 18 | Мытье головы | 1 | 19.10.2018 |
| 19 | Расчесывание волос | 1 | 22.10.2018 |
| 20 | Чтобы уши слышали | 1 | 25.10.2018 |
| 21 | Умывание | 1 | 26.10.2018 |
| 22 | Чтобы нос дышал | 1 | 29.10.2018 |
| 23 | Как правильно чистить зубы? | 1 | 01.11.2018 |
| 24 | Правила ухода за ротовой полостью | 1 | 02.11.2018 |
| 25 | Мытье рук | 1 | 08.11.2018 |
| 26 | Подстригание ногтей на руках | 1 | 09.11.2018 |
| 27 | Мытье ног | 1 | 12.11.2018 |
| 28 | Подстригание ногтей на ногах | 1 | 15.11.2018 |
| 29 | Чтобы руки и ноги были красивыми | 1 | 16.11.2018 |
| **Обращение с одеждой и обувью** | | | |
| 30 | Одежда | 1 | 26.11.2018 |
| 31 | Обувь | 1 | 29.11.2018 |
| 32 | Демисезонная одежда | 1 | 30.11.2018 |
| 33 | Демисезонная обувь | 1 | 03.12.2018 |
| 34 | Назначение демисезонной одежды | 1 | 06.12.2018 |
| 35 | Назначение демисезонной обуви | 1 | 07.12.2018 |
| 36 | Надевание и застегивание демисезонной одежды | 1 | 10.12.2018 |
| 37 | Надевание и застегивание демисезонной обуви | 1 | 13.12.2018 |
| 38 | Расстегивание и снятие демисезонной одежды | 1 | 14.12.2018 |
| 39 | Расстегивание и снятие демисезонной обуви | 1 | 17.12.2018 |
| 40 | Правила ухода за демисезонной одеждой | 1 | 20.12.2018 |
| 41 | Правила ухода за демисезонной обувью | 1 | 21.12.2018 |
| 42 | Зимняя одежда | 1 | 24.12.2018 |
| 43 | Зимняя обувь | 1 | 27.12.2018 |
| 44 | Назначение зимней одежды | 1 | 28.12.2018 |
| 45 | Назначение зимней обуви | 1 | 10.01.2019 |
| 46 | Надевание и застегивание зимней одежды | 1 | 11.01.2019 |
| 47 | Надевание и застегивание зимней обуви | 1 | 14.01.2019 |
| 48 | Расстегивание и снятие зимней одежды | 1 | 17.01.2019 |
| 49 | Расстегивание и снятие зимней обуви | 1 | 18.01.2019 |
| 50 | Правила ухода за зимней одеждой | 1 | 21.01.2019 |
| 51 | Правила ухода за зимней обувью | 1 | 24.01.2019 |
| 52 | Летняя одежда | 1 | 26.04.2019 |
| 53 | Летняя обувь | 1 | 29.04.2019 |
| 54 | Назначение летней одежды | 1 | 06.05.2019 |
| 55 | Назначение летней обуви | 1 | 13.05.2019 |
| 56 | Надевание и застегивание летней одежды | 1 | 16.05.2019 |
| 57 | Надевание и застегивание летней обуви | 1 | 17.05.2019 |
| 58 | Расстегивание и снятие летней одежды | 1 | 20.05.2019 |
| 59 | Расстегивание и снятие летней обуви | 1 | 23.05.2019 |
| 60 | Правила ухода за летней одеждой | 1 | 24.05.2019 |
| 61 | Правила ухода за летней обувью | 1 | 27.05.2019 |
| **Туалет** | | | |
| 62 | Нужды человека | 1 | 25.01.2019 |
| 63 | Туалет | 1 | 28.01.2019 |
| 64 | Унитаз. Сидение для унитаза | 1 | 31.01.2019 |
| 65 | Сливной бачок. Кнопка сливного бачка | 1 | 01.02.2019 |
| 66 | Туалетный ершик | 1 | 04.02.2019 |
| 67 | Туалетная бумага | 1 | 07.02.2019 |
| 68 | Последовательность действий в туалете | 1 | 08.02.2019 |
| 69 | Гигиенические процедуры после посещения туалета | 1 | 11.02.2019 |
| 70 | Правила поведения в туалете | 1 | 14.02.2019 |
| **Прием пищи** | | | |
| 71 | Я хочу пить! | 1 | 15.02.2019 |
| 72 | Что мы пьем? | 1 | 25.02.2019 |
| 73 | Как мы пьем? Питье из кружки и стакана | 1 | 28.02.2019 |
| 74 | Питье через соломинку | 1 | 01.03.2019 |
| 75 | Наливание напитков в кружку и стакан | 1 | 04.03.2019 |
| 76 | Правила поведения при питье | 1 | 07.03.2019 |
| 77 | Я хочу есть! | 1 | 11.03.2019 |
| 78 | Что мы едим? | 1 | 14.03.2019 |
| 79 | Как мы едим? Еда ложкой | 1 | 15.03.2019 |
| 80 | Как мы едим? Еда вилкой | 1 | 18.03.2019 |
| 81 | Что можно есть руками? | 1 | 21.03.2019 |
| 82 | Помощница салфетка | 1 | 22.03.2019 |
| 83 | Правила поведения во время приема пищи | 1 | 25.03.2019 |
| 84 | Гигиенические процедуры после еды | 1 | 28.03.2019 |
| **Семья** | | | |
| 85 | Я и моя семья | 1 | 29.03.2019 |
| 86 | Моя мама | 1 | 01.04.2019 |
| 87 | Мой папа | 1 | 04.04.2019 |
| 88 | Мой брат | 1 | 05.04.2019 |
| 89 | Моя сестра | 1 | 15.04.2019 |
| 90 | Мои бабушки и дедушки | 1 | 18.04.2019 |
| 91 | Наши семейные праздники | 1 | 19.04.2019 |
| 92 | Семейные взаимоотношения | 1 | 22.04.2019 |
| 93 | Мама, папа, я – дружная семья | 1 | 25.04.2019 |

**Материально-техническое оснащение** учебного предмета включает:

* специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках;
* душевые кабины;
* тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью;
* насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
* предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка;
* пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов;
* видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения;
* семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов;
* технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование;
* стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками.