

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Человек» разработана на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ).
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)». Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 февраля 2015 г.
3. Программы образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью. Под редакцией Л.Б.Боряевой, Н.Н. Яковлевой
4. Базисного учебного плана образовательного учреждения.

Общая характеристика учебного предмета

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений о себе. 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.

Цели и задачи образования с учетом специфики учебного предмета

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

Задачи:

Формирование гигиенических навыков;
Коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;
Обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно – гигиенических требований при использовании различных материалов;
Формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.
Формирование навыков культурой еды;
Формированию навыков обслуживания себя в туалете;
Продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Программа для учащихся с ТМНР составлена с учетом психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей; определяет оптимальный объем знаний и умений по курсу: «Человек». Учебный план на изучение учебного предмета «Человек» в 1 классе отводит 2 часа в неделю, 66 часов в год.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Человек»

Личностные результаты:

Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»

Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

Формирование этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Предметные результаты:

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 определённому полу;

Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст;

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 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 своё 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, мытьё рук перед едой и после посещения туалета);

Умение следить за своим внешним видом.

Содержание предмета.

«Представления о себе»

Знакомство с частями тела: голова, руки, ноги, лица: «нос, ухо», «рот», «глаза». Упражнения с пиктограммами «голова», «руки», «ноги», «нос», «ухо», «голова», «глаза», «рот». Упражнения с фотографией: показ частей тела на фотографии и на себе. Упражнения на рассматривание себя в зеркале, показ указательным жестом себя и своего отражения в зеркале. Упражнения на ориентировку в собственном теле. Показ и называние частей тела: голова (глаза, нос, рот, уши), голова, руки, ноги — совместно с учителем (с использованием невербальных и вербальных средств общения). Узнавание

частей лица человека (глаза, нос, уши, рот), тела (руки, ноги). Аудиальные и визуальные упражнения с использованием куклы типа «Слушай и показывай на кукле»: у куклы — руки, у тебя — руки; у куклы — ноги, у тебя — ноги. Игровые упражнения с куклой, соотносимой с образом ученика. Знакомство с пиктограммами «видеть», «слышать», «есть», «идти», «нюхать». Двигательные и жестовые упражнения типа «Я вижу, дышу, нюхаю, говорю, кушаю, слышу», «Руки — я все делаю», «Ноги — я хожу», «Моя кукла — она похожа на меня». Знакомство со значением частей лица, частей тела. Двигательные упражнения типа «Покажи, как это делают»: Покажи, чем нюхают (понюхай хлеб...). Покажи, чем слушают (послушай, как я буду стучать деревянными ложками...). Упражнения в отработке аудиальных и речевых реакций на имя, пол. Ситуации, в которых обучающимся необходимо называть себя и откликаться на свои имена. Использование сведений о своем имени в общении с взрослыми.

«Гигиена тела»

Знакомство с понятием «гигиена». Дидактические игры и упражнения на выбор и называние предметов личной гигиены. Обучающие игры с реальными предметами. Проигрывание вместе с учащимся простых сюжетов. Рассказывание обучающимся стихов (с использованием вербальных и невербальных средств общения) о личной гигиене, о предметах гигиены. Игры-драматизации по содержанию стихов с использованием реальных предметов личной гигиены и предметов-заместителей. Игры, имитирующие образы хорошо знакомых обучающимся сказочных персонажей. Совместные с обучающимися игры сюжетными игрушками, игры-имитации (передача в движении образов кукол, животных, птиц, выполняющих различные гигиенические процедуры и действия по уходу за собой). Знакомство с последовательностью процесса умывания в имитационных упражнениях, беседах и практических действиях: умывание, использование бумажного полотенца. Упражнения в открывании и закрывании кранов по просьбе учителя. «Проговаривание» последовательности действий по пиктограммам. Практические действия и жестово-образные игры, уточняющие алгоритм действий обучающихся при открывании и закрывании водопроводных кранов в определенной последовательности (сначала открывать кран с холодной водой, затем постепенно (медленно) с горячей водой). Обучение учащихся по цвету кнопок на кране определять, в каком из них холодная вода, а в каком горячая (красный цвет — горячая вода, синий — холодная).

«Обращение с одеждой и обувью»

Одежда и обувь для девочки и мальчика, их отличия. Упражнения, в которых обучающиеся должны выбрать (с помощью учителя) детские книги с иллюстрациями об одежде, процедуре одевания и раздевания. Игры с реальными предметами. Проигрывание вместе с обучающимися простых сюжетов: «На прогулку». Игры и игровые упражнения по темам: «Моя одежда

и обувь весной». Игры и упражнения на распознавание одежды и обуви: «Подбери пару», «Надень на куклу сапожки» и другие. Составление последовательности действий по пиктограммам.

«Прием пищи»

Знакомство с пиктограммами на темы: «Посуда», «Продукты питания». Упражнения с пиктограммами. Игры и игровые упражнения по теме «Посуда для меня и для других людей». Игры с реальными предметами. Проигрывание вместе с обучающимися простых сюжетов: «Маша обедает». Настольно – печатные игры и упражнения на распознавание посуды, продуктов питания. Составление последовательности действий по пиктограммам.

«Туалет»

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий

«Семья»

Знакомство с пиктограммами «мама», «папа», «ребенок». Упражнения с пиктограммами. Члены семьи (мама, папа, брат, сестра). Рассматривание фотографий ближайшего окружения ребёнка, называние и показ. Соотнесение пиктограмм с фотографиями, картинками. Беседы о семье обучающегося (мама, папа). Чтение учителем литературных произведений о семье, о детях в семье. После чтения литературных произведений беседы с обучающимися по их содержанию с использованием игрушек, картинок и пиктограмм.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1.	Представление о себе	10
2.	Гигиена тела	12
3.	Обращение с одеждой и обувью.	24
4.	Прием пищи.	10
5.	Туалет	5
6.	Семья.	5

Календарно- тематическое планирование

№ уро ка	Тема	Кол-во часов	Тип урока	Оборудование	Основные понятия	Дата	
						По программе	Фактически
1 четверть							
1.	Знакомство. Сюжетно – ролевая игра «Будем знакомы!»	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.		4.09	
2.	Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Девочка, мальчик	07.09	
3.	Идентификация себя как мальчика (девочки).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Девочка, мальчик	11.09	
4.	Узнавание (различение) частей тела (голова, туловище, ноги, руки).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Части тела	14.09	
5.	Назначение частей тела	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Части тела	18.09	
6.	Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, нос, рот, брови, щеки).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Части лица	21.09	
7.	Назначение частей лица.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Части лица	25.09	
8.	Лицо в зеркале. Умение выражать свои эмоции мимикой.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Зеркало, улыбка	28.09	

9.	Волшебные слова.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Здравствуйт е, до свидания	02.10	
10.	Знакомство. Как вести себя в гостях. Игра-практикум «Мы вежливые».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Вежливость	05.10	
11.	Экскурсия в места общественного пользования в школе (умывалка, туалет).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Туалет, умываться	09.10	
12.	Различение вентилей с горячей и холодной водой.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Холодная, горячая	12.10	
13.	Регулирование напора струи.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Вода, кран	16.10	
14.	Смешивание воды до комфортной температуры.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Кран, вода	19.10	
15.	Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, полотенце.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Мыло, полотенце	23.10.	
16.	Предметы санитарии и гигиены: расческа, зубная щетка, зубная паста.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Зубная щётка, паста, расчёска	26.10	
17.	Как правильно мыть руки. Соблюдение последовательности при мытье и вытирании рук.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Полотенце, руки	06.11	
18.	Как правильно мыть лицо. Соблюдение последовательности при мытье и вытирании лица.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Вытирать	09.11	
19.	Гигиена полости рта.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Чистить зубы	13.11	

20.	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Щётка, паста	16.11	
21.	Зачем стричь ногти.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Ножницы	20.11	
22.	Состригание ногтей ножницами.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Ножницы	23.11	
23.	Одежда. Распознавание и различение одежды среди других предметов.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Юбка, брюки	27.11	
24.	Назначение одежды.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Носки, сапоги	30.11	
25.	Узнавание (различение) предметов одежды.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Шапка, пальто	04.12	
26.	Школьная форма (брюки, рубашка; блузка, юбка). Мой внешний вид.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Брюки, блузка, юбка	07.12	
27.	Одежда для мальчика, одежда для девочки.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Платье, брюки	11.12	
28.	Игра – практикум «Одень куклу».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Одежда	14.12	
29.	Зимняя одежда.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Зимняя одежда	18.12	
30.	Игра практикум: «Подбери одежду по погоде».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Одежда	21.12	
31.	Узнавание (различение) предметов обуви.	1	Формирование	Демонстрационный	Обувь	25.12	

			новых знаний и умений.	материал; наглядный материал.			
32.	Обувь: ботинки, тапочки. туфли,	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Туфли, тапочки	28.12	
33.	Дифференциация домашней и уличной обуви.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Тапочки, туфли, сапоги	11.01	
34.	Обувь: сандалии, босоножки. Летняя обувь.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Тапочки, сандалии	15.01	
35.	Обувь: сапоги, валенки. Зимняя обувь.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Сапоги, валенки	18.01	
36.	Различение сезонной обуви. Игра – практикум «Одень сапожки по погоде».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Сапоги	22.01	
37.	Узнавание (различение) головных уборов. Знание назначения головных уборов.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Шапка	25.01	
38.	Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Одежда	29.01	
39.	Соблюдение последовательности действий при раздевании.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Раздеваться	01.02	
40.	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Верх, низ одежды	05.02	
41.	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Одеваться	08.02	
42.	Обувание обуви. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).	1	Формирование новых знаний и	Демонстрационный материал; наглядный	Обуваться	12.02	

			умений.	материал.			
43.	Соблюдение последовательности действия при обувании обуви.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Обувь	15.02	
44.	Практическая работа: «Уход за одеждой».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Чистка одежды	26.02	
45.	Практическая работа: «Складывание одежды».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Складывание одежды	01.03	
46.	Контроль своего внешнего вида. Практическая работа: «Уход за одеждой».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Уход за одеждой	05.03	
47.	Обобщающее понятие «продукты».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Продукты	08.03	
48.	Что можно есть, а что нельзя.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Съедобное	12.03	
49.	Полезные продукты. Овощи: помидор, огурец (цвет, форма, величина).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Помидор, огурец	15.03	
50.	Полезные продукты. Фрукты: яблоко, груша. Цвет, форма, размер.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Яблоко, груша	19.03	
51.	Столовые приборы: ложка, вилка. Назначение, применение.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Ложка, вилка	22.03	
52.	Чайная посуда: тарелка, чашка. Применение.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Чашка, тарелка	02.04	
53.	Столовая посуда: кастрюля, сковорода. Применение.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Кастрюля, сковорода	05.04	

54.	Сравнение посуды по признакам.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Посуда	09.04	
55.	Напитки: сок, молоко, чай. Цвет, вкус.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Сок, чай молоко	12.04	
56.	Игра практикум: «Накрываем стол».	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Сервировка	16.04	
57.	Экскурсия в места общественного пользования в школе (умывалка, туалет).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Умывальник , туалет	19.04	
58.	Правила пользования туалетом.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Туалетная бумага	23.04	
59.	Сидение на унитазе (приучение).	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Унитаз	26.04	
60.	Последовательность действий в туалете.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Туалет	30.04	
61.	Практическое занятие «Соблюдение последовательности действий в туалете».	1	Формирование новых знаний и умений.		Туалет	03.05	
62.	Узнавание (различение) членов семьи.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Семья	07.05	
63.	Узнавание (различение) детей и взрослых	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Семья	10.05	
64.	Различение социальных ролей членов семьи.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Семья	14.05	
65.	Определение своей социальной роли в семье.	1	Формирование	Демонстрационный	Мама, папа,	17.05	

			новых знаний и умений.	материал; наглядный материал.	дед, бабушка		
66.	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1	Формирование новых знаний и умений.	Демонстрационный материал; наглядный материал.	Семья	21.05	

Список литературы.

№ п/ п	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (II вариант)			
2	Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью	Л. Б. Баряева	М. «Просвещение»	2012