

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья г. Кирово-Чепецка»

Рассмотрено на заседании
методического совета
КОГОБУ ШОВЗ
г. Кирово-Чепецка
от «26» 08 2021 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом по школе № 99
от «01» 09 2021 г.
Директор КОГОБУ ШОВЗ
г. Кирово-Чепецка
_____ М.Л.Шулятьева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ
«Человек»
1 дополнительный, 1- 4 классы
(предметная область «Окружающий мир»)

НА 2021-2022 УЧ.Г.

Автор-составитель:
И.А. Городилова,
А.В. Сайтова,
И.В. Питиримова
Н.В. Овсянникова,
О.П. Березина,
Н.В. Акаева

Кирово-Чепецк
2021

1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих документов:

-Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

-Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599).

-Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

-Программой воспитания КОГОБУ ШОВЗ г. Кирово-Чепецка на 2021-2022 уч год, составленной на основе Примерной программы воспитания (утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию в июне 2020 года)

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.

Целью обучения – овладение социально-бытовыми умениями, используемые в повседневной жизни.

Основные задачи реализации содержания:

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;
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту,

потребностям и ограничениям здоровья;

- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными

процедурами;

- 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, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с

удовлетворением первоочередных потребностей;

- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой

деятельности;

- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- развитие планирования и контроля деятельности.

2. Общая характеристика учебного предмета

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «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 мыть руки, 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.

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. 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.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков.

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.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения.

3. Место учебного предмета в учебном плане

В учебном плане данный предмет представлен в обязательной части, предметная область «Окружающий мир».

класс	1 дополнит.	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	итого
количество часов в неделю	3	3	3	2	2	13
количество часов в год	99	102	102	68	68	439

4. Возможные (примерные) личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Ожидаемые личностные результаты:

1. формирование социально-значимых навыков и жизненных компетенций;
2. осмысление своего социального окружения и освоение соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей;
3. осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
4. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
5. социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
6. владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации.

Возможные 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.
 - 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.
 - 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 др.
 - 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 (0 – 4 год обучения)

Представления о себе.

Идентификация себя как мальчика (девочки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений 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.

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.

Очищение носового хода.

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

Мытье ушей. Чистка ушей.

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

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны.

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии), 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). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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). 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/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. 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 салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Семья.

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	<i>Раздел</i>	<i>Виды учебной деятельности</i>
----------	---------------	----------------------------------

1	Представления о себе	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, демонстрирующих идентичность девочки и мальчика, правилам ухода за частями тела. Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> <p>Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Выполнение практических работ. Раскрашивание картинок.</p>
2.	Гигиена тела	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилам ухода за телом.</p> <p>Прослушивание стихов (А.Барто, К.Чуковский) о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Проведение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок.</p>
3.	Обращение с одеждой и обувью	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты.</p> <p>Заучивание потешек, считалок, физкультминуток.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Составление памяток.</p> <p>Проведение практических работ.</p>
4.	Туалет	<p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Проведение практических работ.</p>

		работ.
5.	Приём пищи	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня.</p> <p>Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> <p>Узнавание, различение, показ, называние продуктов и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других. Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Проведение практических работ. Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p>
6.	Семья	<p>Просмотр мультфильмов о семье («Три кота», «Простоквашино»).</p> <p>Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p>

7. Материально- техническое обеспечение образовательной деятельности

- Предметные и сюжетные картинки,
- фотографии с изображением членов семьи ребенка;
- пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения,
- пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания,
- семейные альбомы;
- рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей, предметов быта, одежды для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов;
- наборы предметов для занятий;
- пиктограммы с изображениями занятий, режимных моментов и др. событий, выполненные крупным шрифтом;
- шнуровки с крупными дырочками;
- напечатанные слова, обобщающие понятия по теме урока;
- пазлы, лото, разрезные картинки;

- принадлежности для ухода за своим телом, одеждой;
- дидактические игры;
- тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью;
- насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда;
- видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения и по различным темам;
- компьютер;
- интерактивная доска.