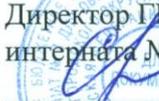


**РАССМОТРЕНО**  
на заседании МО  
учителей начальных классов  
Протокол № 1  
от «30» 08 2021г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Зам.директора по УВР  
ГБОУ школы-интерната  
№3 г.о. Тольятти  
 Т.Н. Иванченко  
« 30 » 08 2021г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор ГБОУ школы-  
интерната №3 г.о. Тольятти  
 О.П. Степанова  
« 31 » 08 2021г.



## Рабочая программа по предмету: «Человек»

ГБОУ школа-интернат №3 г.о. Тольятти

**Учебный год:** 2021-2022

**Класс:** 3 е

**Количество часов в неделю:** 2; **в год:** 68.

**Программа составлена на основе:** адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБОУ школы-интерната №3 г.о. Тольятти

**Рабочую программу составила:** учитель Шкребец Т.Ю.

## Пояснительная записка

Программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2). Программа рассчитана на 68 часов в год.

**Цель:** формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

### **Задачи программы:**

- 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 представления о возрастных изменениях
  - формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям
  - 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;

—развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Кроме основных, можно выделить и *методические задачи*:

- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

**Личностными и предметными результатами** изучения предмета «Человек» является формирование следующих умений:

- формирование правильного строения тела человека. Формирование представлений о правильном образе жизни человека.
- 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.

**Метапредметными результатами** изучения предмета «Человек» является формирование следующих базовых учебных действий (БУД).

#### **Регулятивные:**

- 1.Принимать учебную задачу.
- 2.Сохранять учебную задачу.
- 3.Удерживать цель деятельности до получения ее результата.
- 4.Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.
5. Контролировать свои эмоции.

#### **Познавательные:**

- 1.Использовать по назначению учебные материалы.
- 2.Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.
- 3.Выполнять действия по подражанию.
- 4.Выполнять действия по словесной инструкции.
- 5.Ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью учителя.
- 6.Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- 7.Перерабатывать полученную информацию: *сравнивать* и *группировать* предметы и их образы.

#### **Коммуникативные:**

1. Слушать и понимать речь других.
2. Совместно договариваться о правилах общения и поведения в доме, в школе и следовать им.
3. Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
4. Осуществлять учебное поведение:
5. Направленность взгляда (на говорящего взрослого, задание),
6. Выполнять инструкции учителя.

### **Содержание учебного предмета**

**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. Навыки, связанные с гигиеной тела. части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, руки, ноги, пальцы); предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, ванна, полотенце; действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться. Закреплять навыки одевания и обувания под присмотром учителя (родителя).

#### ***Раздел: " Гигиена тела"***

Воспитание интереса к играм с водой и водным процедурам. Стимулирование ребенка к участию в процессе умывания, мытья рук, вытирания полотенцем: подставлять руки к воде, брать руками полотенце и подносить его к лицу.

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. Нанесение крема на руки. 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, протираание лица, закрывание крана, вытирание лица. Нанесение косметического средства на лицо.

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. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

### ***Раздел: " Обращение с одеждой и обувью "***

Стимулирование ребенка к посильному участию в процессе одевания и раздевания. Формирование умения снять шапку, снять частично снятые футболку, рубашку, толстовку, штанишки, носки, варежки (перчатки), обувь. Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, кнопки), рукав. 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 и застегивание липучек, молнии, пуговиц. Обучение последовательности действий при снятии предметов одежды или обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании отдельных предметов одежды и комплекта одежды. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Формирование различения правого и левого предмета обуви. Выворачивание одежды. Знакомство с местом хранения одежды и обуви, обучение уборке в шкаф своих вещей.

### ***Раздел: " Прием пищи "***

Обучение умению различать съедобные и несъедобные объекты. 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. Формирование умения брать самостоятельно кусочки еды со стола. Формирование умения есть руками нарезанную на кусочки пищу. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку. Обучение умению очищать фрукты (бананы, мандарины). Уборка тарелки и чашки за собой, вытирание стола тряпкой.

### ***Раздел: «Семья»***

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок с ТМНР учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

№	Тема	Кол-во часов	Сроки проведения	Основные виды деятельности учащихся	Формируемые базовые учебные действия (БУД)
1	Как вести себя в школе	1	02.09.	Выполняет стереотипную инструкцию.	Формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой роли
2	Режим дня	1	06.09.	Будет иметь возможность выполнять последовательно организованные движения.	Формирование положительного отношения к учению.
3	Прогулка и ее значение	1	09.09.	Понимает жестовую инструкцию, умеет фиксировать взгляд на объекте.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.
4	Утренний и вечерний туалет	1	13.09.	Умеет реагировать поворотом головы на свое имя.	Анализ объектов с целью выделения признаков, синтез. Поиск и выделение необходимой информации.
5	Правила личной гигиены	1	16.09.	Проявляет интерес к изучению себя, своих физических возможностей.	Использовать по назначению учебные материалы, выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.
6-7	Разучивание потешки «Водичка- водичка...»	2	20.09., 23.09.	Знает атрибуты в доступном предметном мире (мыло, полотенце).	Потребность в общении с учителем и сверстниками, умение слушать собеседника.
8	Зарядка и ее значение	1	2.09.	Умеет обслуживать себя- держать ложку, пить из кружки.	Умение слушать и вступать в диалог.
9	Закаливание организма	1	30.09.	Умеет аккуратно совершать свой туалет,	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения
10-12	Строение человека	3	04.10., 07.10., 11.10.		
13-14	Знакомство с пиктограммами «рот», «зубы», «есть», «нос», «нюхать»	2	14.10., 18.10.		
15-16	Знакомство с пиктограммами «глаза», «плакать», «ноги», «идти»	2	21.10., 25.10.		

17	Игра- импровизация «Что умеет мое тело»	1	27.10	при завершении удерживает кнопку слива. Умеет и знает, что нужно мыть руки после посещения туалета.	способа действия и его результата с заданным эталоном.
18-19	Узнавание себя в зеркале и на фотографии	2	08.11., 11.11.	Умеет по просьбе показывать части тела- рука, голова, нога, нос, уши.	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию.
20-21	Разучивание потешки «Носик-носик...»	2	15.11., 18.11.	Сматривает на себя в зеркало, показывает части лица: нос, глаза, рот.	Формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
22	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица	1	22.11.	Умеет подбирать одежду с помощью дид. игры «Одень куклу».	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.
23	Закрепление правил пользования туалетом	1	25.11.	Умеет застегивать обувь с помощью липучек.	Анализ объектов с целью выделения признаков, синтез. Поиск и выделение необходимой информации.
24	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос	1	29.11.	Умеет использовать невербальные средства для привлечения к себе внимания.	Использовать по назначению учебные материалы, выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.
25	Расчесывание волос	1	02.12.	Использует предметы-заменители в игре.	Потребность в общении с учителем и сверстниками, умение слушать собеседника.
26	Как правильно есть вилкой	1	06.12.	Выполняет стереотипную инструкцию.	
27-30	Знакомство с пиктограммами на темы: «Посуда», «Продукты питания»	4	09.12., 13.12., 16.12., 20.12.	Будет иметь возможность выполнять последовательно	

31-32	Игра «Съедобное-несъедобное»	2	23.12., 27.12	организованные движения.	Умение слушать и вступать в диалог.
33	Как утолить жажду	1	10.01.	Понимает жестовую инструкцию, умеет фиксировать взгляд на объекте.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.
34-35	Самые полезные продукты: овощи и фрукты	2	13.01., 17.01.	Умеет реагировать поворотом головы на свое имя.	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию.
36-37	Девочки и мальчики	2	20.01., 24.01.	Проявляет интерес к изучению себя, своих физических возможностей.	Формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой роли ученика.
38-39	Знакомство с пиктограммами «ребенок», «девочка», «мальчик»	2	27.01., 31.01.	Знает атрибуты в доступном предметном мире (мыло, полотенце).	Формирование положительного отношения к учению.
40-41	Семейный альбом	2	03.02., 07.02.	Умеет обслуживать себя- держать ложку, пить из кружки.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.
42	Беседа- рассказ «Моя семья»	1	10.02.	Умеет аккуратно совершать свой туалет, при завершении удерживает кнопку слива.	Анализ объектов с целью выделения признаков, синтез. Поиск и выделение необходимой информации.
43-44	Работа с пиктограммами «Моя семья»	2	14.02., 17.02.	Умеет и знает, что нужно мыть руки после посещения туалета.	Использовать по назначению учебные материалы, выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.
45	Брат, сестра- члены моей семьи	1	21.02.	Умеет по просьбе показывать части тела-	
46-47	Назначение предметов одежды	2	24.02., 28.02		
48-49	Узнавание (различение)	2	03.03., 07.03.		

	деталей предметов одежды: пуговицы, молнии, кнопки			рука, голова, нога, нос, уши.	<p>Потребность в общении с учителем и сверстниками, умение слушать собеседника.</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог.</p> <p>Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.</p> <p>Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию.</p>
50	Сюжетно- ролевая игра «Одень куклу»	1	10.03.	Смоделирует на себе в зеркало, показывает части лица: нос, глаза, рот.	
51	Игра «Я одеваюсь сам»	1	14.03.	Умеет подбирать одежду с помощью дид. игры «Одень куклу».	
52-53	Различение лицевой и изнаночной стороны одежды	2	17.03., 21.03.	Умеет застегивать обувь с помощью липучек.	
54	Внешний вид: одевать рубашку. блузку	1	24.03	Умеет использовать невербальные средства для привлечения к себе внимания.	
55-56	Различение передней и задней стороны одежды	2	04.04., 07.04.	Использует предметы-заменители в игре.	
57-58	Внешний вид: застегивать рубашку, блузку, брюки на все пуговицы	2	11.04., 14.04.	Выполняет стереотипную инструкцию.	
59	Внешний вид: надевать носки, колготки, расправить складки воротничка	1	18.04.	Будет иметь возможность выполнять последовательно организованные движения.	
60-61	Развешивание одежды на вешалку	2	21.04, 25.04	Понимает жестовую инструкцию, умеет фиксировать взгляд на объекте.	
				Умеет реагировать	

62	Игра «Я обуваюсь сам»	1	28.04	поворотом головы на свое имя.	
63-64	Шнурование ботинок и развязывание	2	05.05., 12.05	Умеет подбирать одежду с помощью дид. игры «Одень куклу».	
65-66	Разослать покрывало или одеяло на постель	2	16.05., 19.05.	Умеет застегивать обувь с помощью липучек. Умеет использовать	
67	Дидактическая игра «Сервировка стола»	1	23.05.	невербальные средства для привлечения к себе внимания.	
68	Заключительный урок «Мама, папа, я- дружная семья»	1	26.05.	Использует предметы-заменители в игре.	