

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

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

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



Рабочая программа по предмету: «Человек»

Учебный год: 2021-2022

Класс: 2 «В»

Количество часов в неделю: 3 часа; **в год:** 102 часа

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 Петровская А.В.

Пояснительная записка

Программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями (вариант 2) ГБОУ школы-интерната №3 г.о. Тольятти. В соответствии с учебным планом на учебный предмет «Человек» отводится 102 часа в год (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

Целью обучения является: 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

Личностные результаты:

- положительно взаимодействовать с близкими взрослыми, выполняет некоторые поручения в семье и в классе;
- проявлять эмоциональную реакцию на задания, связанными с представлениями о себе (показывать на себя при назывании его имени или его фотографии);
- проявлять эмоциональные реакции на задания, связанные с близкими взрослыми (мама, бабушка, папа).
- проявление положительного отношения к близким взрослым.

Предметные результаты:

- сообщать общие сведения о себе (имя, фамилию, гендерную принадлежность);
- называть или показывают основные части тела и лица, могут определить простейшие функции организма;
- пользоваться своими вещами (садиться за свою парту, брать свой портфель, надевать свою одежду);
- называть членов своей семьи (называть по имени, узнавать их по фотографиям);
- называть некоторые профессии взрослых, близкие к опыту детей: учитель, дворник;
- проявлять сенсомоторные реакции на приветствие знакомого взрослого, протягивают руку для приветствия;
- принятие и выполнение знакомых поручений в бытовой ситуации;
- 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 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.

Содержание учебного предмета

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, 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 строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. 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. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

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. Нанесение крема на руки. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. 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. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.

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.

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.

Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, 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 унитазах и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазах/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. 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. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. 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. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

№	тема	кол-во часов	сроки проведения	основные виды деятельности учащихся	формируемые базовые учебные действия (БУД)
1-2	Знакомство с одноклассниками	2	02.09 06.09	Выполняет стереотипную инструкцию Будет иметь возможность выполнять	Узнавать, различать, выделять, показывать, называть изученные предметы на картинках, пиктограммах, моделях среди 2-3 предложенных. Выполнять посильное задание от начала до конца. «Проговаривать» последовательность действий по пиктограммам. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Изученные предметов одежды на картинках. Умение следить за своим внешним видом. Действовать по
3-4	Как вести себя в школе	2	07.09 09.09	последовательно организованные движения	
5-6	Режим дня	2	13.09 14.09	Понимает жестовую инструкцию	
7-8	Прогулка и ее значение	2	16.09 20.09	Умеет фиксировать взгляд на объекте	
9-10	Утренний и вечерний туалет	2	21.09 23.09	Умеет реагировать на своё имя поворотом головы.	
11-12	Зарядка и ее значение	2	27.09 28.09	Проявлять интерес к изучению себя, своих физических возможностей	
13-14	Сон и его значение	2	30.09 04.10	Знает атрибуты в доступном предметном мире (мыло, полотенце)	
15-18	Строение человека	3	05.10 07.10 11.10	Умеет обслуживать себя (держат ложку, пить из кружки)	
19	Игра- импровизация «Что умеет твое тело»	1	12.10	Умеет аккуратно совершать свой туалет при	
20-21	Узнавание себя в зеркале	2	14.10 18.10		
22-23	Узнавание себя на фотографии	2	19.10 21.10		

24-25	Гигиена полости рта	2	25.10 26.10	завершении туалета, удерживает кнопку слива	<p>подражанию, использование по назначению учебных материалов с помощью взрослого. Умение выполнять действия по образцу и по подражанию.</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p> <p>Подражать действиям педагога. Выполнять действие по инструкции совместно с учителем. Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других: соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии. Знакомить со обобщающими словами посуда, продукты</p>
26-27	Чистота рук- залог здоровья	2	28.10 08.11	Умеет и знает ,что нужно мыть руки после посещения туалета	
28-29	Внешний облик человека	2	09.11 11.11		
30-31	Правильная осанка	2	15.11 16.11	Умеет показывать по просьбе (рука, голова,	
32-33	Правила пользования туалетом	2	18.11 22.11	нога, нос, уши) Смотрит на себя в зеркало, показывает части лица: нос, глаза, рот.	
34-37	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос	4	23.11 25.11 29.11 30.11	Умеет подбирать нижнее белье с помощью дид. игры «Одень куклу»	
38-40	Расчесывание волос	3	02.12 06.12 07.12	Умеет застегивать обувь с помощью липучек	
43-45	Формирование умения пить из чашки	3	09.12 13.12 14.12	Умеет брать ложку, подносить ложку ко рту.	
46-48	Как правильно есть ложкой	3	16.12 20.12 21.12	Принимать помощь от взрослого	
49-51	Как правильно есть вилкой	3	23.12 27.12 10.01	Смотрит на себя в зеркало, показывает части	

52-53	Знакомство с пиктограммами на темы: «Посуда», «Продукты питания».	2	11.01 13.01	лица: нос, глаза, рот. Умеет подбирать нижнее белье с помощью дид. игры «Одень куклу» Умеет застегивать обувь с помощью липучек	питания в работе с пиктограммами Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Изученные предметов одежды на картинках. Умение следить за своим внешним видом. Действовать по подражанию, использование по назначению учебных материалов с помощью взрослого. Умение выполнять действия по образцу и по подражанию. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе
54	Настольно – печатные игры и упражнения на распознавание	1	17.01		
55-57	Формирование умения есть руками нарезанную на кусочки пищу	3	18.01 20.01 24.01		
58	Игра «Прогулка по улице Сезам»	1	25.01		
59-61	На вкус и цвет товарищей нет	3	27.01 01.02 03.02		
62-64	Как утолить жажду	3	07.02 08.02 10.02		
65-67	Если хочешь быть здоровым	3	14.02 15.02 17.02		
68-70	Витамины	3	21.02 22.02 24.02		
71-73	Значение правильного приема пищи для здоровья человека	3	28.02 01.03 03.03		

74-76	Самые полезные продукты: овощи и фрукты	3	05.03 10.03 14.03		на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
77-80	Человек: строение	4	15.03 17.03 21.03 22.03		
81-82	Девочки и мальчики	2	24.03 04.04		
83-84	Возрастные представления: ребенок, взрослый, малыш, большой	2	05.04 07.04		
85	Семейный альбом	1	11.04		
86-88	Назначение предметов одежды	3	12.04 14.04 18.04		
89-91	Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы, молнии, кнопки	3	19.04 21.04 25.04		
92	Сюжетно- ролевая игра «Одень куклу»	1	26.04		
93-94	Игра «Я одеваюсь сам»	2	28.04 05.05		
95-97	Различение лицевой и изнаночной стороны одежды	3	12.05 16.05 17.05		

98-99	Различение передней и задней стороны одежды	2	19.05 23.05		
100-102	Различение верха и низа одежды Игра «Я обуваюсь сам»	3	24.05 26.05 <u>26.05</u>		