Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа № 6»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПРИНЯТО решением педагогического совета МБОУ «ООШ №6»  протокол от 30.08.2018 г. № 12 |  | УТВЕРЖДЕНО  приказом МБОУ «ООШ №6»  от 01.09. 2018 г. № 85 |

**рабочая программа**

по учебному предмету

**«ЧЕЛОВЕК»**

для обучающихся 1 класса с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития  
(вариант 2)

составитель:

учитель начальных классов

Воднева Л.Б.

**1. Пояснительная записка.**

Программа учебного предмета **«Человек»** разработана в соответствии со следующими документами:

* Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
* Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года № 1599;
* Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
* Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «ООШ №6»;
* [СанПиН 2.4.2.3286-15](file:///C:\Users\Светлана\Desktop\АООП%20УО%202016.docx#P38) "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";
* Устав МБОУ «ООШ №6»;
* Учебный план МБОУ «ООШ №6»;

- Локальные нормативные акты МБОУ «ООШ №6».

Целью образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжелыми и множественными нарушениями развития по данному варианту АООП является развитии личности, формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям, формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающемуся максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни.

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с уме­ре­н­ной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными на­ру­ше­ниями), тяжелыми и множественными нарушениями раз­ви­тия.**

Для обучающихся, получающих образование по варианту 2 адаптированной основной общеобразовательной программы образования, характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

**Дети с умеренной и тяжелой** умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотнесение слова и предмета, слова и действия. По уровню сформированности речи выделяются дети с отсутствием речи, со звукокомплексами, с высказыванием на уровне отдельных слов, с наличием фраз. При этом речь невнятная, косноязычная, малораспространенная, с аграмматизмами. Ввиду этого при обучении большей части данной категории детей используют разнообразные средства невербальной коммуникации. Внимание обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий. Процесс запоминания является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Детям трудно понять ситуацию, вычленить в ней главное и установить причинно-следственные связи, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других – повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеле­направленной деятельностью. У большинства детей с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующи­ми тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур и др.

Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

**Дети с глубокой умственной отсталостью** часто не владеют речью, они постоянно нуждаются в уходе и присмотре. Значительная часть детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о **тяжелых и множественных нарушениях развития** (ТМНР), которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих. Различные нарушения влияют на развитие человека не по отдельности, а в совокупности, образуя сложные сочетания. В связи с этим человек требует значительной помощи, объем которой существенно превышает содержание и качество поддержки, оказываемой при каком-то одном нарушении: интеллектуальном или физическом.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интел­лекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе. Динамика развития детей данной группы определяется рядом факторов: этиологией, патогенезом нарушений временем возникновения и сроками выявления отклонений, характером и степенью выраженности каждого из первичных расстройств, спецификой их сочетания, а также сроками начала, объемом и качеством оказываемой коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно- потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

**Особые образовательные потребности обучающихся с уме­ре­н­ной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными на­ру­ше­ниями), тяжелыми и множественными нарушениями раз­ви­тия**

Особенности и своеобразие психофизического развития детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяют специфику их образовательных потребностей. Умственная отсталость обучающихся данной категории, как правило, в той или иной форме осложнена нарушениями опорно-двигательных функций, сенсорными, соматическими нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы или другими нарушениями, различное сочетание которых определяет особые образовательные потребности детей. Наиболее характерные особенности обучающихся позволяют выделить, с точки зрения их потребности в специальных условиях, три условные группы, каждая из которых включает детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР.

Часть детей, отнесенных к категории обучающихся с ТМНР, имеет тяжёлые нарушения неврологического генеза – сложные формы ДЦП (спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависят от помощи окружающих их людей в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности, коммуникации и др. Большинство детей этой группы не может самостоятельно удерживать тело в положении сидя. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен из-за органического поражения речевого аппарата и невозможности овладения средствами речи.

Вместе с тем, интеллектуальное развитие таких детей может быть различно по степени умственной отсталости и колеблется (от умеренной до глубокой). Дети с умеренной формой интеллектуального недоразвития проявляют элементарные способности к развитию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у этой группы обучающихся проявляется интерес к общению и взаимодействию с детьми и взрослыми, что является позитивной предпосылкой для обучения детей вербальным и невербальным средствам коммуникации. Их интеллектуальное развитие позволяет овладевать основами счета, письма, чтения и др. Способность ребенка к выполнению некоторых двигательных действий: захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи, головы и др. создает предпосылки для обучения некоторым приемам и способам по самообслуживанию и развитию предметно-практической и трудовой деятельности. Особенности развития другой группы обучающихся обусловлены выраженными нарушениями поведения (чаще как следствие аутистических расстройств). Они проявляются в расторможенности, «полевом», нередко агрессивном поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Аутистические проявления затрудняют установление подлинной тяжести интеллектуального недоразвития, так как контакт с окружающими отсутствует или возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. У детей названной группы нет интереса к деятельности окружающих, они не проявляют ответных реакций на попытки учителя (родителя) организовать их взаимодействие со сверстниками. Эти дети не откликаются на просьбы, обращения в случаях, запрещающих то или иное действие, проявляют агрессию или самоагрессию, бросают игрушки, предметы, демонстрируют деструктивные действия. Такие реакции наблюдаются при смене привычной для ребенка обстановки, наличии рядом незнакомых людей, в шумных местах. Особенности физического и эмоционально-волевого развития детей с аутистическими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов.

У третьей группы детей отсутствуют выраженные нарушения движений и моторики, они могут передвигаться самостоятельно. Моторная дефицитарность проявляется в замедленности темпа, недостаточной согласованности и координации движений. У части детей также наблюдаются деструктивные формы поведения, стереотипии, избегание контактов с окружающими и другие черты, сходные с детьми, описанными выше. Интеллектуальное недоразвитие проявляется, преимущественно, в форме умеренной степени умственной отсталости. Большая часть детей данной группы владеет элементарной речью: могут выразить простыми словами и предложениями свои потребности, сообщить о выполненном действии, ответить на вопрос взрослого отдельными словами, словосочетаниями или фразой. У некоторых – речь может быть развита на уровне развернутого высказывания, но часто носит формальный характер и не направлена на решение задач социальной коммуникации. Другая часть детей, не владея речью, может осуществлять коммуникацию при помощи естественных жестов, графических изображений, вокализаций, отдельных слогов и стереотипного набора слов. Обучающиеся могут выполнять отдельные операции, входящие в состав предметных действий, но недостаточно осознанные мотивы деятельности, а также неустойчивость внимания и нарушение последовательности выполняемых операций, препятствуют выполнению действия как целого.

Описание групп обучающихся строится на анализе психолого-педагогических данных, но не предполагает разделение детей в образовательной организации на классы по представленным выше характеристикам. Состав обучающихся в классе должен быть смешанным включающим представителей разных типологических групп. Смешанное комплектование обучающихся создает условия, где дети учатся подражать и помогать друг другу.

**2. Общая характеристика учебного предмета «Человек» с учетом особенностей его освоения обучающихся.**

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.

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 уменийумываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию уменийориентироваться 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. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки и др., проводится с детьми младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе и др. проводится с детьми более старшего возраста.

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. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову и т.д.

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.

**3. Описание места учебного предмета «Человек» в учебном плане.**

Учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир», относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант). По примерному годовому учебному плану во 2 классе на учебный предмет «Окружающий природный мир» отведено 3 часа в неделю. Место учебного предмета «Окружающий природный мир» в учебном плане в соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант) представлено в следующей таблице:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Класс | Количество учебных недель | Количество часов в неделю | Количество часов за год |
| 1 класс | 33 учебные недели | 3 часа | 99 часов |

**4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Человек».**

**Личностные:**

1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";

2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;

4) формирование уважительного отношения к окружающим;

5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;

8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношении материальным и духовным ценностям.

**Предметные:**

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;

представления 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, 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 другое;

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.

**Базовые учебные действия.**

1. Подготовку ре­бе­н­ка к на­хождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, ко­м­му­ни­ка­ти­вному взаимодействию с группой обучающихся.

1. Формирование учебного поведения:

* направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
* умение выполнять инструкции педагога;
* использование по назначению учебных материалов;
* умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

3. Формирование умения выполнять задание:

* в течение определенного периода времени,
* от начала до конца,
* с заданными качественными параметрами.

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Задачи по формированию базовых учебных действий включаются в СИПР с учетом особых образовательных потребностей обучающихся. Решение поставленных задач происходит как на групповых и индивидуальных занятиях по учебным предметам, так и на специально организованных коррекционных занятиях в рамках учебного плана.

**5. 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. 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 (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/горшке, 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. 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.

**6. Тематическое планирование учебного предмета «Человек» в 1 классе с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во**  **часов** | **Виды учебной деятельности обучающихся** |
| **1.** | **«Представления о себе»** | 11 | «Я – человек». «Моё имя», «Кто я?», «Я- мальчик», «Я- девочка», «Все люди разные», «Светлые и темные», «Большой, маленький». Поддерживать разговор, задавать вопрос, выражать свои намерения, просьбу, пожелание, расширять словарный запас: люди, человек, с помощью жестов обращаться за помощью и принимать помощь, реагировать на речь учителя, формировать умение знать и называть своё имя, имена одноклассников, фиксировать взгляд на объекте. Различать свой пол, чем отличается мальчик от девочки, активизировать в речи слова: брюки, рубашка, платье, определять половую принадлежность по одежде, формировать представление о человеке, отличать друг от друга: пол, цвет волос, вес; классифицировать по величине: большой-маленький, большая-маленькая, темный, светлый, использовать в речи новые слова: большой-маленький, светлый, темный. |
| **2.** | **«Представления о частях тела»** | 3 | «Мои руки», «Уход за руками» Ориентироваться в собственном теле, показывать правую и левую руку. Активизировать в речи слова, обозначающие действие (держит ложку в правой руке, рисует, одевается с помощью рук, гладит по голове, жалеет, обнимает обеими руками), выполнять движения по образцу (гладить по голове, обнимает). Брать предмет правой рукой, прокатывать мяч, кидать мяч. Выполнять стереотипную инструкцию. |
| **3.** | **«Представления о частях тела»** | 3 | «Мои ноги», «Уход за ногами» Ориентироваться в собственном теле, показывать правую и левую ногу; активизировать в речи слова, обозначающие действие (пинаю мяч, одеваю обувь, прыгаю, бегаю); читать пиктограммы, выполнять движения по образцу при организующей, направляющей помощи, выполнять посильное задание от начала до конца. |
| **4.** | **«Представления о себе»** | 9 | «Мой рот и язычок», «Уход за полостью рта», «Мои зубки», «Уход за зубами», «Мои глаза», «Уход за глазами», «Мои уши», «Уход за ушами», «Мой нос», «Уход за носом». Формировать представление о том, что у каждого человека есть рот, для чего он нужен и как его беречь, активизировать в речи слова: рот, язык; различать и называть разные эмоции (пиктограммы), подражать действия, выполняемые педагогом. Формировать представление о том, что у каждого человека есть зубы (для чего они нужны, что делать чтобы зубки не болели), ухаживать за своими зубами, рать зубную щетку с помощью учителя, выдавливать зубную пасту. Формировать представление о глазах человека, об их значении в нашей жизни, активизировать в речи слова: глаз, глаза. Формировать представление как ухаживать за глазами (протирать платочком, не тереть глаза грязными руками), ориентироваться в собственном теле, показывать глаза, как на себе, так и на дидактических игрушках, формировать представление об ушах человека, об их значении в нашей жизни, активизировать в речи слова: ухо, слышу, слушать, ухаживать за ушами (мыть, протирать влажной салфеткой), ориентироваться в собственном теле, показывать ухо как на себе, так и на дидактических игрушках.Формировать представление о том, что такое нос, как беречь и как ухаживать за ним; активизировать в речи слова: нос, рот, запах, понимать инструкцию по пиктограммам; использовать носовой платок по мере необходимости. |
| **5.** | **«Гигиена тела»** | 41 | «Умывальная комната», «Туалет», «Нужды человека», «Снятие нижнего белья», «Туалетная бумага», «Одевание нижнего белья», «Изнаночная и лицевая сторона», «Гигиенические процедуры после посещение туалета» «Водные процедуры, душ», «Моё не моё», «Мои не мои», «Возрастные изменения», «Я малыш» «Виды одежды» «Виды обуви», «Виды застежек» Формировать представление об умывальной комнате и её атрибутах (раковина, кран с холодной, горячей водой) умение открывать кран, смешивает воды, последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога, формировать представление о процессах и алгоритмах мытья рук, фиксировать взгляд на объекте (мыло, мыльница, полотенце и т.д.), ориентироваться в пространстве, находить туалетную комнату, знает её предназначения, формировать представление о туалетной комнате, ориентироваться в ней, знать её предназначение, осознавать и выражать свои потребности, обслуживать себя (держать ложку, пить из кружки), формировать представление об атрибутах в доступном предметном мире (унитаз, кнопка слива), учить удерживать кнопку слива, смывать содержимое, последовательно снимать бельё, знать его предназначение, снимать бельё в туалетной комнате перед посадкой на унитаз, пользоваться туалетной бумагой, отматывать необходимое её количество. Формировать умение последовательно двумя руками одевать нижнее белье, следовать предложенному плану и работать в общем темпе, последовательно двумя руками одевать нижнее белье, сопровождая действия собственной речью «Я одеваю трусики, затем я буду одевать маечку». Соблюдать основные правила личной гигиены: мыть руки после туалета, соблюдая определенную последовательность при мытье рук. Производить последовательность мытья рук. Использовать только в личных целях предметы личной гигиены, узнавать своё личное полотенце, соотносит с меткой. Формировать представление о здоровом образе жизни, знать о пользе зарядки, умывании прохладной водой, с помощью невербальных средств общения показывать (Как говорят плечи «Я не знаю?» Как говорит палец «Иди сюда». Покажи без слов как ты качаешь куклу, катаешься на коньках и т.д. ). Последовательно излагать события: определять свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша). Узнавать себя на фотографиях, показывать указательным пальцем (Это –Я).  Знать названия нижней одежды. Уметь подразделять женскую и мужскую одежду, видеть лицевую и изнаночную сторону. Знать виды нижнего белья. Показывать и складывать белье. Называть одежду и классифицировать её в соответствии с тем или иным сезоном года (летняя, зимняя). Знать и называть виды обуви, соотносить с сезонными изменениями. Классифицировать (летняя обувь, зимняя обувь). Знать виды застежек на обуви. Уметь надевать обувь в соответствии с правой и левой ногой. |
| **6.** | **«Режим дня»** | 3 | «Утро», «День», «Вечер». Соблюдать режим дня, ориентироваться на пространственную ориентировку. Сформировать умение выполнять последовательную цепочку действий (Встал, заправил постель, умылся, почистил зубы и т д.). Ориентироваться в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога. |
| **7.** | **«Правильное питание»** | 6 | «Правильное питание», «Овощи и фрукты в жизни человека», «Культура поведения в столовой», «Добрые слова». Формировать представления о значении питания в жизни человека, о полезных и вредных продуктах «Овощи и фрукты», «Вредные напитки». Классифицировать овощи и фрукты. Сравнивать, классифицировать объекты по выделенным признакам. Формировать представление об этикете. Уметь использовать в речи этикетные выражения приглашения, благодарности, извинения. Формировать представления об этикете. Прожевывать пищу закрытым ртом. Соблюдать последовательность в приеме пищи: первое блюдо, второе, третье блюдо. |
| **8.** | **«Посуда»** | 3 | «Посуда»,«Сервировка стола»**,** «К нам пришли гости, накроем на стол». Сервировать стол, расставлять посуду в определенной последовательности. Знать назначение посуды. Собирать из 2-х крупных частей целую картинку. |
| **9.** | **«Моё самочувствие»** | 3 | «Моё самочувствие», «У меня болит голова», «Мне плохо». 1 группа: уметь определять своё самочувствие, обращаться за помощью к взрослым, показывать, что и где болит. Сообщать о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.). Показать на ту область, где болит. Определять состояние своего здоровья. |
| **10.** | **«Мои данные»** | 7 | «Мои данные», «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?» «Мой дом», «Мои воспитатели», «Моя досуговая деятельность», «Игра, хобби». Формировать элементарные представления о правах человека. Активизировать словарь по теме: «Имя». Представлять себя коллективу сверстников. Задавать вопросы, строить простейшие сообщения и побуждения (то есть пользуется различными типами коммуникативных высказываний). Ориентироваться в доме, знать бытовые помещения и их назначения. Правильно организовывать своё свободное время, опираясь на своё любимое дело. Использовать в игре предметы-заместители и воображаемые предметы. |
| **11.** | **«Моя семья»** | 3 | «Моя семья», «Мама, папа», «Братья, сестры»**.** Играть в игру «Дом», выполнять социальные роли семьи. Называть и узнавать на фотографии свою маму. |
| **12.** | **«Наши праздники»** | 3 | «Наши праздники», «Новый год», «8 марта» 1 группа: иметь представления о праздниках (Новый год, день рождения, праздник мамы). Использовать малые формы фольклора (потешки, песни). |
| **13.** | **«Закрепление»** | 5 | «Мои части тела», «Мои данные и половая принадлежность», «Овощи и фрукты в жизни человека», «Нужды человека», «Моё самочувствие».Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами. Принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев. Корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов. Узнает и находит идентичные вещи, понимает и выполняет элементарные инструкции, обусловленные ситуацией. |
|  | **Всего** | **99** |  |

**7. Материально-техническое обеспечение**

**учебного предмета «Человек».**

**Требования к материально-техническим условиям**

Материально-техническая база реализации АОПО обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда работников образовательных организаций.

***Временной режим образования обучающихся***

Временной режим соответствует постановлению СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» № 26 от 10.07.2015 года.

***Технические средства обучения***

* Компьютер
* ЭОР (разработки мультимедийных презентаций, виртуальных экскурсий, учебных фильмов)

***Специальный учебный и дидактический материал, отвечающий особым образовательным потребностям обучающихся.***

МИР ПРИРОДЫ И ЧЕЛОВЕКА 1 класс. Часть 1. Учебник для общеобразовательной организации, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы, Н.Б. Матвеева, М.: «Просвещение», 2017 год.

Главную роль играют средства обучения, включающие **наглядные пособия**. В процессе обучения используются:

* натурные объекты предметов, которые предусмотрены программой;
* печатные пособия (таблицы) по разделам программы;
* предметные и сюжетные картинки по темам;
* пиктограммы для составления предложений, рассказов по плану.