


Государственное казенное образовательное учреждение Свердловской области  
«Екатеринбургская школа-интернат №8, реализующая адаптированные основные  
образовательные программы»

СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора

по учебной работе

 Ю.В. Кутилова  
«02» сентября 2019 г.

**Рабочая программа**

по учебному предмету

**«Человек»**

для обучающихся 1 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР

(2 вариант)

на 2019- 2020 учебный год

УТВЕРЖДАЮ  
директор Г.К.ОУ СО



«Екатеринбургская  
школа-интернат №8»

В.А. Шамаков  
2019 г.

Составитель программы:

Бабушкина Л.Л.

Учитель первой квалификационной  
категории

Екатеринбург – 2019

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовую базу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (далее – ФГОС ОО УО (ИН));
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования" (Раздел 3 Особенности организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 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»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области» (с изменениями на 22 марта 2018 года);
- Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Устав государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области 07 июля 2015г. № 319-Д;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР ГКОУ СО «Екатеринбургская школа – интернат № 8»;
- Учебный план образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 2 вариант АООП, реализующей ФГОС ОО УО (ИН) ГКОУ СО «Екатеринбургская школа – интернат № 8»;

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.

**Цель изучения учебного предмета:** формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

### **Задачи учебного предмета:**

- изучение строения своего тела, лица;
- формирование правил здорового образа жизни;
- формирование умений и навыков самообслуживания;
- формирование представлений о себе, своей семье;
- изучение норм и правил поведения и общения в обществе.

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 умений умываться, 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. 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.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела и др.) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Все планируемые результаты представлены как возможные.

## **Возможные планируемые результаты изучения учебного курса (личностные, коррекционные, БУД):**

### ***Предметные планируемые результаты:***

- выполняет речевые действия по подражанию и на основе речевого сопровождения игровых упражнений
- играет с картинками, изображающими основные эмоции и их главные признаки (выражение глаз, положение губ, бровей).
- знает основные эмоциональных состояний: смеется, плачет, радуется, грустит.
- смотрит на себя в зеркало, друг на друга, на взрослого, показывать и называть одежду (на себе, на картинке, разложенную на стуле).
- играет с сюжетными игрушками.
- знает основные предметы быта и убранства дома (посуда, мебель, самые необходимые бытовые приборы, предметы народного творчества).
- знает целевое назначение предметов быта (посуда столовая, чайная; мебель для кухни и комнат).
- знает основы безопасного поведения в доме (недопустимость игр с огнем, поведение на балконе и т. д.).
- имеет представления о воде, песке и других сыпучих материалах.
- выполняет упражнения с песком или манкой в глубоком подносе: рисование линий, следы от ладоней, рисование геометрических фигур.
- рассматривает фотографии, картинки о животных и птицах.

— имеет представления о том, что растения — живые организмы (им больно, они могут погибнуть, если за ними не ухаживать).

— наблюдает за ростом растений, которые находятся в классе, на улице.

— наблюдает за явлениями природы осенью, зимой (в зависимости от природных условий).

— узнает разнообразные звуки (шум дождя, шум воды, голоса птиц и зверей).

### ***Личностные планируемые результаты:***

— определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.).

— определяет состояние своего здоровья.

— определяет свою половую принадлежность (без обоснования).

— сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.).

— фиксирует взгляд на лице собеседника,

— привлекает к себе внимание любыми доступными средствами,

— стремится помогать окружающим.

— сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.).

### ***Планируемые результаты совместной коррекционной работы:***

— умеет называть своё имя.

— умеет показывать части тела (рука, нога, нос, рот, уши, глаза, зубы).

— реагирует на своё имя поворотом головы.

— говорит о себе от первого лица.

- определяет свою половую принадлежность (девочка, мальчик).
- проявляет интерес к изучению себя, своих физических возможностей (рука, нога, физические потребности – пить, кушать).
- сообщает о своих потребностях и желаниях (проситься в туалет, пить, кушать).
- уметь снимать и одевать нижнее бельё (после посещения туалета).
- имеет представление о процессах и алгоритмах мытья рук.
- уметь обслуживать себя (держат ложку, пить из кружки).
- знает атрибуты в доступном предметном мире (кружка, тарелка, ложка, раковина).

***Планируемые результаты сформированности базовых учебных действий:***

*Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:*

- входит и выходит из учебного помещения со звонком;
- ориентируется в пространстве класса (зала, учебного помещения), умеет пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использует ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты, выходить к доске и т. д.);
- принимает цели и произвольно включается в деятельность;
- следует предложенному плану и работает в общем темпе;
- передвигается по школе, находит свой класс, другие необходимые помещения.

**Формирование учебного поведения:**



1) направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание):

- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием утрированной мимики;
- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса;
- фиксирует взгляд на изображении.

2) умение выполнять инструкции педагога:

- понимает жестовую инструкцию;
- выполняет стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения).

3) использование по назначению учебных материалов:

- бумаги;
- цветной бумаги;
- пластилина.

4) умение выполнять действия по образцу и по подражанию:

- выполняет действие способом рука в руке;
- подражает действиям, выполняемым педагогом;
- последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога;
- выполняет действия с опорой на картинный план с помощью педагога.

Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

— при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.

3) с заданными качественными параметрами:

— ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы обучения по предмету, коррекционному курсу.

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

— ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;

*Мониторинг усвоения учащимися I «Б» класса учебных действий в рамках учебного курса «Человек».*

*см. Приложение 1*

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел	Направления	Виды деятельности обучающихся
1. 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, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии.	<p>Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале (рассматривание фотографий с собой, узнавание себя на фотографии, жест «это — я»).</p> <p>Отнесение себя к определенному полу (рассматривает картинки с мальчиком и девочкой, выбирает одну из двух картинок в соответствии со своей половой принадлежностью). Показывает на себя и говорит при помощи доступных средств коммуникации «я — мальчик» («я — девочка»).</p> <p>Имеет представления о собственном теле. Рассматривает изображения с частями тела. Называет (или показывает) на изображениях и себе части тела самостоятельно или с направляющей помощью учителя.</p> <p>Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Играет с игрушками, складывает игрушки на места, обозначает понятия «мои игрушки», «не мои» игрушки.</p> <p>Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол.</p> <p>Знает свое имя, называет его при помощи доступных средств коммуникации, при помощи учителя показывает, сколько лет (на пальцах, карточкой с цифрой, говорит).</p> <p>Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям (игры с одеждой, рассматривание себя в зеркале, отслеживание изменений с волосами, ногтями, ростом тела).</p> <p>Представляет свое ближнее социальное окружение (я на площадке, я в столовой, я в спальне).</p>
2. Гигиена тела	Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Вытирание рук полотенцем. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук. Вытирание лица. Чистка зубов. Расчесывание	Открывает кран, смешивает холодную и горячую воду, добиваясь максимально комфортной для тела температуры. Выполняет необходимые гигиенические процедуры по уходу за телом и знает, когда их надо выполнять (чистит зубы, моет руки перед едой и после посещения туалета). Соблюдает гигиенические правила по уходу за собственным телом (знает алгоритм чистки зубов, выдавливает зубную пасту на щетку, чистит зубы, причесывает волосы).

	волос.	
3. Обращение с одеждой и обувью	<p>Узнавание (различение) предметов одежды. Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви. Знание назначения видов обуви. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов. 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). Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды. Снятие обуви. Соблюдение последовательности действий при раздевании. Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды. Обувание обуви.</p>	<p>Самостоятельно снимает и надевает нижнее белье после посещения туалета, натягивает колготки и штаны (юбку), заправляет рубашку. Замечает изменения в своем внешнем виде, смотрясь в зеркало, устраняет недостатки (застегивает пуговицы, поправляет складки на одежде, поправляет волосы). Узнает различные предметы одежды и обуви. Знает, какую одежду и обувь в какое время года носят. Различает сезонные головные уборы. Работает с различными картинками с изображением одежды и обуви, самостоятельно показывает и называет на картинках одежду, обувь, головные уборы. Выбирает одежду для прогулки адекватно погодным условиям с помощью учителя. Самостоятельно расстегивает липучки, пуговицы, молнии; завязывает шнурки при помощи учителя. Соблюдает последовательность действий при одевании и раздевании.</p>
4. Туалет	<p>Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды.</p>	<p>Сообщает о необходимости сходить в туалет доступными средствами (словами, жестами). Самостоятельно сидит на унитазе. После справления нужды выполняет все необходимые действия (смыть, опускание крышки бака).</p>

	<p>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.</p>	<p>Самостоятельно одевается, соблюдая последовательность (одевает белье, натягивает колготки, застегивает брюки/юбку, заправляет рубашку в брюки). Выполняет алгоритм мытья рук (открывает кран, регулирует воду, намыливает руки мылом, моет их, выключает воду, вытирает руки).</p>
5. Прием пищи	<p>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.</p>	<p>Соблюдает аккуратность при приеме пищи. Имеет представление об алгоритме приема пищи. Различает первое, второе и третье блюдо, компот. Пьет из кружки, самостоятельной ее удерживая, пользуется столовыми приборами (ложкой). Вытирает стол после еды, относит посуду в раковину или на стол для грязной посуды. Пользуется салфеткой во время приема пищи.</p>
6. Семья	<p>Узнавание (различение) членов семьи (воспитателей, опекунов). Узнавание (различение) детей и взрослых. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.</p>	<p>Устанавливает простейшие родственные связи между людьми (мама-ребенок). Узнает членов ближайшего окружения. Рассматривает картинки с изображением членов семьи, называет (показывает) маму, папу, бабушку, дедушку, ребенка. Рассматривает фотографии со своими родителями, называет их имена, говорит, кем приходится.</p>

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Рабочая программа для 1 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 99 часов, количество занятий в классе в неделю – 3.

№	Наименование разделов, тем программ	Кол-во часов по разделу
	<b>1 четверть (02.09-25.10)</b> <b>Это я.</b> <b>Представления о себе.</b>	
<b>1</b>	«Это-Я».	<b>1</b>
<b>2</b>	«Я – человек».	<b>1</b>
<b>3</b>	«Моё имя».	<b>1</b>
<b>4</b>	«Моё имя из букв».	<b>1</b>
<b>5</b>	«Я - мальчик».	<b>1</b>
<b>6</b>	«Я - девочка».	<b>1</b>
<b>7</b>	«Все люди разные».	<b>1</b>
<b>8</b>	«Тёмненькие-светленькие».	<b>1</b>
<b>9</b>	«Большой-маленький».	<b>1</b>
<b>10</b>	«Мои руки».	<b>1</b>
<b>11</b>	«Мои ноги».	<b>1</b>
<b>12</b>	«Мой рот и язычок». «Поел, ополосни рот кипячённой водой».	<b>1</b>
<b>13</b>	«Мои зубки». «Зубная паста, щетка».	<b>1</b>
<b>14</b>	«Мои глаза». «Береги свои глаза»	<b>1</b>

15	«Мои уши». - «Береги свои ушки. Зачем мы одеваем шапку в холодное время года?»	1
16	-«Мой нос». «Уход за носом: носовой платок».	1
17	<b>«Гигиена тела»</b>	2
18	«Умывальная комната». «Атрибуты в умывальной комнате».	2
19	«Мыло и его свойства». «Намачивание и намыливание рук. Мытьё рук».	2
20	«Смывание мыла с рук. Вытирание рук». «Моя метка, моё полотенце»	2
<b>Всего 24 часа</b>		
<b>2 четверть (05.11-27.12) Гигиена. Одежда и обувь.</b>		
1	«Туалет». «Раковина, кран. Холодная и горячая вода. Смешивание воды».	1
2	«Унитаз». «Нужды человека».	1
3	«Я хочу есть, пить».	1
4	«Я хочу в туалет»	1
5	«Кнопка слива». «Смывание унитаза».	1
6	«Практическое занятия по теме:» кнопка слива, смывания».	1
7	«Туалетная бумага и её свойства». «Отматывание бумаги».	1
8	«Гигиенические процедуры после посещение туалета».	1
9	«Открывание крана, смешивание воды, смачивание рук, намыливание мылом, мытьё рук,	1
10	вытирание рук».	1
11	«Моё личные вещи: Зубная щетка, стаканчик, полотенце».	1
112	<b>«Гигиена тела»</b> . «Водные процедуры, душ, ванна».	1
13	«Изучаем своё тело».	1
14	«Моё не моё». «Мои личные вещи, не мои вещи».	1
15	«Возрастные изменения». «Я расту и взрослою» (мальшш-подросток).	1
16	«Семья: «мама, папа, малыш, бабушка и дедушка».	2

17	«Виды одежды» (женская).	1
18	«Лицевая и изнаночная сторона, застежки, атрибуты украшения »	1
19	«Виды одежды» (мужская).	1
20	«Лицевая и изнаночная сторона, застежки».	1
21	«Виды обуви».	1
22	«Виды застежек на обуви».	1
23	«Практическая деятельность по теме: «Застёжки».	1
<b>Всего 24 часа</b>		
<b>3 четверть (13.01-20.03)</b> <b>Режим дня.</b> <b>Культура поведения.</b>		
1	«Режим дня». «Утро, день».	1
2	«Вечер ,ночь».	1
3	«Правильное питание». «Овощи и фрукты в жизни человека».	3
4	«Культура поведения в столовой».	3
5	«Добрые слова».	3
6	«Плохие и хорошие поступки»	3
7	«Посуда». «Сервировка стола»	3
8	«Культура поведения».	2
9	«Моё самочувствие».	1
10	«У меня болит голова, мне плохо». «Я могу обратиться за помощью к...».	1
	«Мои данные».	3
11	«Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	3
<b>Всего 27 часов</b>		



	<b>4 четверть (01.04-29.05)</b> <b>Моя семья.</b> <b>Закрепление</b>	
<b>1</b>	«Моя семья: социальные роли».	<b>2</b>
<b>2</b>	«Сюжетно ролевая игра: дом».	<b>2</b>
<b>3</b>	«Правило поведения в гостях».	<b>1</b>
<b>4</b>	«Наши праздники: мой день рождения».	<b>3</b>
<b>5</b>	«Приглашение на день рождения, подарок, открытка своими руками.»	<b>2</b>
<b>6</b>	«Праздники, которые мы отмечаем».	<b>2</b>
<b>7</b>	«Мой дом». «Наша семья».	<b>2</b>
<b>8</b>	«Чем я займусь в свободное время?». «Моё увлечение».	<b>2</b>
<b>9</b>	«Закрепление по учебному курсу «Человек». «Мои части тела».	<b>2</b>
<b>10</b>	«Мои данные и половая принадлежность».	<b>2</b>
<b>11</b>	«Овощи и фрукты в жизни человека».	<b>1</b>
<b>12</b>	«Нужды человека».	<b>2</b>
<b>13</b>	«Моё самочувствие».	<b>1</b>
	<b>Всего 24 часа</b>	
	<b>Всего за год 99 часов</b>	

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

См. паспорт кабинета

## *Приложение 1*

### **Параметры оценивания:**

! – ребенок пассивен;

СП – сопряженная помощь (рука в руке);

НП – направляющая помощь (пошаговое выполнение действия ребенком с частичной помощью педагога);

ОД – образец действия (подражание);

ИТК – выполняет действие по инструкции в виде технологической карты (поэтапная графическая инструкция);

СИ – выполняет действие по словесной инструкции;

КП – выполняет действие с контролирующей помощью;

АО – алгоритм отработан.

«+» - умение сформировано

«+-» - умение в стадии формирования

«-» - умение не сформировано

