Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1 имени Мальцевой Екатерины Александровны»

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО  на заседании педагогического совета  Протокол № 1  от «30» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директором МОУ «Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1 имени Мальцевой Екатерины Александровны»  Приказ № 179 от «01» сентября 2023г. |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету «Человек»**

**для 5-9 классов (вариант 2)**

**на 2023-2024учебный год**

Учитель: Нестерова К.А.

Вологда,

2023 год

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Человек» составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 – ФЗ от 29 декабря 2012 года;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённым приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 года № 1599;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённым приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 года № 1598;
4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённая приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 года № 1026;
5. Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённая приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 года № 1023;
6. Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию об­разовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образо­вания организациями, осуществляющими образовательную деятельность», утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 21.09.2022 № 858;
7. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 №28;
8. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ( вариант 2), утверждённая приказом № 179 от 01.09.2023;
9. Устав МОУ «Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1», утверждённый постановлением Администрации г. Вологды от 13.11.2015 г № 8661;
10. Положение о системе оценок, формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, утверждённоеприказом № 76/1 от 20.03.2020;
11. Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ, утверждённое приказом № 157 от 30.08.2021;
12. Список учебников на 2023 – 2024 учебный год, утверждённый приказом № 179 от 01.09.2023;
13. Учебный план по реализации адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), утверждённый приказом № 179 от 01.09.2023;

14. Учебный план по реализации федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённый приказом № 179 от 01.09.2023.

Формирование навыков самообслуживания – важное направление обучения ребенка с нарушениями развития, так как способность обслуживать себя необходима для независимой жизни любого человека. Для освоения навыков самообслуживания ребенком с умственной отсталостью, с ТМНР требуется специально организованное обучение.

**Цель обучения:**

- приобщение обучающихся к социальному миру через развитие представлений о себе самом и ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания

**Основными задачами** программы являются:

- формирование гигиенических навыков; коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;

- обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно –гигиенических требований при использовании различных материалов;

- формирование организационных умений и навыков; формирование навыков культурой еды;

- развитие умений ориентироваться в здании;

- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания;

- продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

**2. Общая характеристика предмета**

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», «Гигиена тела», «Обращение с одеждой и обувью», «Туалет», «Прием пищи», «Семья».

Обучение детей с выраженными нарушениями интеллекта включает формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими, умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому обучающемуся работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность.

       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.

Коррекционная направленность обеспечивается в ходе освоения программного материала. Представления и навыки, приобретаемые ребенком необходимы ему для ориентировки в окружающей действительности.

Программа является основой для изучения уроков: речь и альтернативная коммуникация, окружающий природный и социальный мир, изобразительная деятельность.

Распределение учебного материала осуществляется концентрически, что позволяет излагать материал несколько раз, но с элементами усложнения, с расширением, обогащением содержания образования новыми компонентами, с углублением рассмотрения, имеющихся между ними связей и зависимостей.

     В программе предусмотрены следующие формы и методы организации деятельности:

1.Экскурсии.

2.Наглядно-практические работы.

3.Игровые упражнения.

4.Совместная деятельность учителя и обучающихся.

**3. Место учебного предмета в учебном плане**

В соответствии с учебным планом общий объем учебного времени по предмету «Человек» для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития:

в 5 классе – 68 часов в год,  2 часа в неделю; в 6 – 9 классе – 34 часов, 1 час в неделю.

**4.** **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, базовые учебные действия**

В соответствии с требованиями ФГОС и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

**Личностные результаты обучения.**

* сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
* овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
* способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
* принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
* сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
* сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
* проявление готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты обучения.**

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;

2.    Представления о собственном теле;

3.    Отнесение себя к определённому полу;

4.    Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст;

5.    Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.;

6.   Умение сообщать о своих потребностях и желаниях;

7.   Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами: умение определять своё самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;

8.   Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытьё рук перед едой и после посещения туалета);

9.   Умение следить за своим внешним видом.

10. Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

**Базовые учебные действия**

1. **Личностные учебные действия**

* Приветствовать одноклассников при встрече, прощаться;
* Входить и выходить из учебного помещения со звонком;
* Ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
* Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения с помощью педагога.
* Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
* Организовывать рабочее место;
* Следовать предложенному плану и работать в общем (индивидуальном) темпе;
* Подрожать действиям, выполняемыми педагогом с его направляющей помощью;
* Последовательно выполнять отдельные операции, действия по образцу педагога с его направляющей помощью.
* Выполнять действия с опорой на картинный план с помощью педагога;
* Самостоятельно выполнять определённые учебные задания, поручения педагога.

1. **Коммуникативные учебные действия**

* Выполнять инструкции педагога: дай, встань, сядь, посмотри;
* Понимать жестовую инструкцию;
* Понимать инструкцию по инструкционным картам;
* Понимать инструкцию по пиктограммам;
* Выполнять стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения);
* Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем и одноклассниками;
* Уметь обращаться за помощью и принимать помощь;
* Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* Сопереживать, доброжелательно относится к взрослым и сверстникам.

1. **Регулятивные учебные действия**

* Выполнять задания в течении определённого времени от начала до конца;
* Выполнять задания от начала до конца в течении заданного времени;
* Выстраивать алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога;
* Последовательно выполнять несколько заданий с помощью педагога;
* Принимать цель и произвольно включаться в деятельность;
* Следовать предложенному плану и работать в общем, индивидуальном темпе;
* Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами с помощью педагога;
* Принимать оценку деятельности, оценивать её с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.

1. **Познавательные учебные действия**

* Выполнять инструкции о переходе с одного задания к другому;
* Выполнять действия с предметами.
* Выполнять простые задания по наглядным алгоритмам.
* Наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
* Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарную таблицу);
* Пользоваться знаками, символами, пиктограммами;
* Пользоваться по назначению учебными предметами;
* Выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов с помощью педагога;
* Уметь делать простейшие обобщения, сравнения, классифицировать на наглядном материале;
* Читать;
* Писать;
* Наблюдать.

**5. Содержание учебного предмета (5-8 класс)**

**1.      «Представления о себе»**

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (головы (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). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста. Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

**2.     «Гигиена тела»**

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды.  Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Подстригание ногтей ножницами. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой. Расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Пользование косметическими средствами.

**3.     «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). 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 сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Расстегивание и застегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Снятие, надевание предмета одежды. Снятие и обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при раздевании и одевании.  Контроль своего внешнего вида.  Различение лицевой (изнаночной) стороны, передней (задней) стороны, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

**4.     «Прием пищи»**

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана): захват, поднесение ко рту, наклон, втягивание жидкости в рот, опускание на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват, зачерпывание ложкой пищи, поднесение ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой. Использование ножа, и вилки во время приема пищи. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

**5.      «Семья»**

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей, 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.

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **5 класс** | **6 класс** | **7 класс** | **8 класс** |
| 1 | Представления о себе | 14 | 7 | 11 | 7 |
| 2 | Гигиена тела | 27 | 12 | 8 | 12 |
| 3 | Обращение с одеждой и обувью | 15 | 7 | 7 | 7 |
| 4 | Прием пищи | 9 | 5 | 5 | 5 |
| 5 | Семья | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Итог: | 68 | 34 | 34 | 34 |

1. **Материально – техническое обеспечение образовательной деятельности**

1. Баряева, Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью [Текст] /Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлева –Спб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой,2011. -480с.;
2. Адаптированная основная образовательная программа общего образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (2 вариант) в соответствие с ФГОС УО.
3. Баряева, Л.Б. Рабочая тетрадь: Я - говорю! Ребенок в школе. Упражнения с пиктограммами [Текст] / Л.Б. Баряева, Логинова Е.Т, Лопатина Л.В. – М: Дрофа, 2008г. -32с.
4. Баряева, Л.Б. Рабочая тетрадь: Я- говорю! : Ребенок и его игрушки. Упражнения с пиктограммами / Л.Б. Баряева, Логинова Е.Т, Лопатина Л.В. – М: Дрофа, 2007г. -32с.
5. Баряева, Л.Б. Рабочая тетрадь: Я - говорю! Я - ребенок! Упражнения с пиктограммами/
6. Баряева Л.Б., Логинова Е.Т, Лопатина Л.В. – М: Дрофа, 2008г. -32с.
7. Баряева, Л.Б. Рабочая тетрадь:Я - говорю! Ребенок и его дом. Упражнения с пиктограммами /Л.Б.
8. Баряева, Логинова Е.Т, Лопатина Л.В. – М: Дрофа, 2008г. -32с.
9. Предметные (школьные принадлежности, игрушки, дом, электробытовые приборы) и сюжетные картинки (школа, семья, во дворе, квартира) видео (мультфильмы), пиктограммы (ребенок и его дом, игрушки), фотографии (человек, бабушка, дедушка, мама, папа).
10. Таблицы и иллюстрации по разделам; плакаты по разделам.
11. Интернет ресурсы