**Аннотация**

**к рабочей программе по предмету** «**Человек»**

Рабочая программа по данному предмету составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Волжская школа № 1» на 2019-2020 учебный год (вариант 2).

**Цель**: Формировать представления о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

**Задачи:**

- Формировать представления о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

- Формировать гигиенические навыки и умения.

- Формировать умения ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

- Обучать навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов, пользованию салфеткой.

- Формировать навыки обслуживания себя в туалете.

- Формировать представления о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

**Направления коррекционной работы:**

-коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы;

-развитие речи и овладение техникой речи;

-расширение представлений об окружающем мире, обогащение словаря;

-коррекция индивидуальных пробелов в знаниях.

**Разделы:**

- Представления о себе

- Семья

- Гигиена тела

- Туалет

- Одевание и раздевание

- Прием пищи

**Планируемые результаты обучения**

**Иметь представление:**

-о том, что человек - член общества: член семьи, ученик, одноклассник, друг;

-о своей семье, взаимоотношениях в семье;

-о профилактике простудных заболеваний;

-о мозге человека;

-о правилах оказания первой медицинской помощи;

-о здоровом образе жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка), гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба). Режим сна, работы. Личная гигиена (умывание, прием ванной), прогулки и занятия спортом;

-о возрастных группах (малыш, школьник, подросток, молодой человек, взрослый, пожилой);

-о половой принадлежности.

**Знать:**

-всех членов семьи по имени и отчеству, родственные отношения в семье, обязанности членов семьи, в том числе, своих обязанностей по дому;

-домашний адрес;

-обязанности дежурного по классу и столовой.

**Уметь (самостоятельно; под присмотром педагога):**

-называть своё имя, фамилию, возраст, пол;

-называть и показывать органы чувств;

-определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;

-ориентироваться в школьных помещениях и дома;

-определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;

-сообщать о своих потребностях и желаниях;

-правильно пользоваться туалетом;

-шнуровать ботинки и развязывать завязанные шнурки;

-следить за своим внешним видом, чистотой тела;

-обращаться с одеждой и обувью;

-соблюдать режим дня в школе и дома;

-соблюдать гигиену питания (мытьё рук перед едой, после пользования туалетом).

**БУД:**

-формировать учебное поведение:

-уметь выполнять инструкции педагога;

-использовать по назначению учебные материалы;

-уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;

-формировать умения выполнять задание: в течение определенного периода времени,

от начала до конца, с заданными качественными параметрами;

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

**Программа рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю**

**Количество часов по четвертям**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4четверть** | **за год** |
| **18ч.** | **14ч.** | **20ч.** | **16ч.** | **68ч** |

**Материально-техническое обеспечение предмета:**

-Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.

-Видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом.

-Раздаточный материал: карточки с заданиями для индивидуальной работы; коррекционно-развивающие задания и упражнения.

**Приложения**

**Человек**

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа по данному предмету составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Волжская школа № 1» на 2019-2020 учебный год (вариант 2).

**Цель**: Формировать представления о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

**Задачи:**

- Формировать представления о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

- Формировать гигиенические навыки и умения.

- Формировать умения ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

- Обучать навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов, пользованию салфеткой.

- Формировать навыки обслуживания себя в туалете.

- Формировать представления о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

**Направления коррекционной работы:**

- Представления о себе

- Семья

- Гигиена тела

- Туалет

- Одевание и раздевание

- Прием пищи

**Планируемые результаты обучения**

**Иметь представление:**

-о том, что человек - член общества: член семьи, ученик, одноклассник, друг;

-о своей семье, взаимоотношениях в семье;

-о профилактике простудных заболеваний;

-о мозге человека;

-о правилах оказания первой медицинской помощи;

-о здоровом образе жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка), гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба). Режим сна, работы. Личная гигиена (умывание, прием ванной), прогулки и занятия спортом;

-о возрастных группах (малыш, школьник, подросток, молодой человек, взрослый, пожилой);

-о половой принадлежности.

**Знать:**

-всех членов семьи по имени и отчеству, родственные отношения в семье, обязанности членов семьи, в том числе, своих обязанностей по дому;

-домашний адрес;

-обязанности дежурного по классу и столовой.

**Уметь (самостоятельно; под присмотром педагога):**

-называть своё имя, фамилию, возраст, пол;

-называть и показывать органы чувств;

-определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;

-ориентироваться в школьных помещениях и дома;

-определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;

-сообщать о своих потребностях и желаниях;

-правильно пользоваться туалетом;

-шнуровать ботинки и развязывать завязанные шнурки;

-следить за своим внешним видом, чистотой тела;

-обращаться с одеждой и обувью;

-соблюдать режим дня в школе и дома;

-соблюдать гигиену питания (мытьё рук перед едой, после пользования туалетом).

**БУД:**

-формировать учебное поведение:

-уметь выполнять инструкции педагога;

-использовать по назначению учебные материалы;

-уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;

-формировать умения выполнять задание: в течение определенного периода времени,

от начала до конца, с заданными качественными параметрами;

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

**Содержание предмета**

**Представления о себе.**

Я- человек. Имя, фамилия, отчество. Возраст, пол. День рождения.

Растём и взрослеем. Моя дата рождения. Возраст.

Возрастные группы (малыш, школьник, подросток, молодой человек, взрослый, пожилой).

Я –подросток. Мой внешний облик. Я на фотографии. Одноклассники.

Какой я? Составление рассказа о себе.

Домашний адрес. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасное поведение в природе. Безопасное поведение в обществе. Предупреждение заболеваний и травм. Правила оказания первой медицинской помощи. Соблюдение режима дня. Мозг человека.

**Гигиена тела.**

Глаза - главные помощники человека. Уход за ушами. Уход за зубами. Уход за руками и ногами.

Забота о коже и волосах. Здоровое питание. Распорядок дня. Сон — лучшее лекарство.

Скелет — это наша опора. Осанка — стройная спина. Закаливание.

Личная гигиена. Предметы гигиены и их назначение. Хранение и использование предметов гигиены. Мини-проект «Моя полочка средств гигиены».

Строение тела человека. Скелет, мышцы. Осанка. Значение правильной осанки для здоровья человека. Как тренировать свои мышцы? Зарядка и ее значение. Сон и его значение.

Строение тела человека: кожа. Гигиена кожи. Утренний и вечерний туалет. Правила мытья и вытирания тела. Гигиена интимной зоны. Кожа. Средства ухода за кожей. Кожа. Оказание первой помощи при порезе, ожоге. Внутренние органы человека: сердце, легкие, печень.

Внутренние органы человека: почки, желудок. Обобщающий урок «Строение тела человека».

**Здоровый образ жизни.**

Представление о состоянии своего здоровья. Почему мы болеем?

Полезные и вредные продукты питания. Гигиена употребления в пищу овощей, фруктов, ягод.

Режим питания. Занятия в свободное время. Мои увлечения. Полезные привычки. Вредные привычки. Как избежать отравлений. Сообщение о состоянии своего здоровья. Путешествие в страну Здоровья.

**Обращение с одеждой и обувью.**

Назначение одежды. Школьная форма или одежда её заменяющая для мальчика и девочки: платье, юбка, брюки, пиджак, блуза, рубашка. Нижнее бельё. Колготки, носки, гольфы. Части одежды. Переодевание. Порядок надевания частей одежды. Порядок снимания частей одежды. Лицевая и изнаночная сторона одежды. Хранение одежды. Уход за одеждой. Практическая работа. Стирка мелких вещей. Обеспечение чистоты одежды и аккуратности внешнего вида (переодевание в домашнюю одежду). Практическая работа. Чистка одежды щёткой, аккуратное ношение одежды, контроль за своим внешним видом у зеркала.

Виды обуви. Обувь детская и взрослая. Детская обувь - для мальчика и девочки. Назначение обуви. Практическая работа. Уход за обувью (мытьё, просушка, сухая чистка, чистка кремом). Обувь для правой и левой ноги. Шнурование ботинок.

**Прием пищи.**

Питание человека. Культура приёма пищи. Правила гигиены перед и во время приёма пищи. Употребление в пищу овощей, фрук­тов, молочных продуктов, мяса. Приготовление и хранение пищи. Профилактика пищевых отравлений.

Виды посуды. Назначение посуды. Правила накрывания на стол. Правила уборки со стола. Правила пользования приборами посуды. Сервировка стола к обеду, к чаю.

Продукты питания. Дифференциация пищи (узнавание, называние и различение).

Приготовление пищи. Подготовка к приготовлению блюда Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда Правил гигиены при приготовлении пищи. Напитки. Упаковка напитков. Правила употребления. Молочные продукты. Приготовление пищи из молочных продуктов. Мясные продукты. Приготовление пищи из мясных продуктов. Мука и мучные изделия. Приготовление пищи из мучных продуктов. Крупы. Приготовление пищи из круп. Овощи, фрукты, ягоды. Различение, сравнение, определение.

Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания): выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр).

Хранение продуктов питания.

**Семья.**

Семья. Члены семьи. Близкие и дальние родственники. Моя семья. Мама, папа. Моя семья. Брат, сестра. Моя семья. Бабушка, дедушка. Моя семья. Тетя, дядя.

Я – член семьи: сын (дочь), внук (внучка). Родители. Имя, фамилия, отчество родителей. Место работы родителей. Бабушки, дедушки. Дети в семье (сёстра, братья). Дни рождения. Игровой уголок. Место в комнате для занятий. Обязанности и права всех членов семьи. Взаимоотношения с сёстрами, братьями, родителями. Проведение свободного времени в семье. Совместные дела. Отдых, развлечения, посещение культурных мероприятий и общественных мест (магазин, парикмахерская, аптека, почта и т.д.) Ведение в семье здорового образа жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка), гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба). Режим сна, работы.

**Программа рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю**

**Количество часов по четвертям**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4четверть** | **за год** |
| **18ч.** | **14ч.** | **20ч.** | **16ч.** | **68ч** |

**Материально-техническое обеспечение предмета:**

-Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.

-Видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом.

-Раздаточный материал: карточки с заданиями для индивидуальной работы; коррекционно-развивающие задания и упражнения.

**Человек**

**1 четверть (18 часов)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Дата по  плану | Дата  фактическ.  проведения | Тема | Планируемые результаты | |
| Предметные | БУД |
| 1-2 | 04.09  06.09 |  | Беседа о безопасном поведении на уроке. Называние своего имени и фамилии | Называть своё имя, фамилию и возраст. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 3-4 | 11.09  13.09 |  | Называние своего возраста (даты рождения) | Знать дату рождения (число, месяц). Называть свой возраст (по речевым возможностям). показывать возраст на пальцах. | Последовательно выполнять нескольких заданий. |
| 5-6 | 18.09  20.09 |  | Сообщение о состоянии своего здоровья. | Уметь рассказать о своем состоянии. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 7-8 | 25.09  27.09 |  | Сообщение сведений о себе. | Уметь рассказывать о себе. | Выполнять задание в течение определённого периода времени. |
| 9-10 | 02.10  04.10 |  | Строение тела человека: скелет, мышцы, кожа | Иметь представление о строении человека. | Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.). |
| 11-12 | 09.10  11.10 |  | Внутренние органы человека: сердце, легкие, печень. | Уметь отличать и называть внутренние органы человека. | Выполнять действия по образцу. |
| 13-14 | 16.10  18.10 |  | Внутренние органы человека: почки, желудок. | Уметь отличать и называть внутренние органы человека. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 15 | 23.10 |  | Обобщающий урок: «Строение тела человека» | Обобщить полученные знания | Устанавливать зрительный контакт. |
| 16 | 25.10 |  | Семья. Члены семьи. | Знать всех членов своей семьи. | Выполнять действия по образцу. |
| 17-18 | 30.10 |  | Представление о деятельности мамы и папы дома. | Иметь представление о занятиях всех членов семьи дома. | Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.). |
|  |  |  | **2 четверть (14 часов)** |  |  |
| 19-20 | 13.11  15.11 |  | Беседа о безопасном поведении на уроке. Узнавание (различение) детей и взрослых. | Уметь различать детей и взрослых. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 21-22 | 20.11  22.11 |  | Животные, проживающие в семье. | Знать правила ухода за домашними питомцами. | Устанавливать зрительный контакт. |
| 23-24 | 27.11  29.11 |  | Режим дня. | Понимать значение режима дня в жизни человека. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 25-26 | 04.12  06.12 |  | «Чем я люблю заниматься». | Уметь рассказывать о своих увлечениях. | Выполнять действия по образцу. |
| 27 | 11.12 |  | Обобщающий урок по теме: «Моя семья» | Обобщить полученные знания. | Выполнять действия по образцу. |
| 28-29 | 13.12  18.12 |  | Последовательность действий при мытье и вытирании ица. | Соблюдать последовательность действий при мытье и вытирании лица. | Выполнять действия по подражанию. |
| 30-31 | 20.12  25.12 |  | Последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта | Соблюдать последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта. | Выполнять действия по подражанию. |
|  |  |  | **3 четверть (20 часов)** |  |  |
| 32-33 | 10.01  15.01 |  | Последовательность действий при мытье и вытирании волос. | Соблюдать последовательность действий при мытье и вытирании волос. | Выполнять действия по образцу. |
| 34-35 | 17.01  22.01 |  | Обувь. Виды обуви. | Различать обувь по назначению и сезону. | Устанавливать зрительный контакт. |
| 36-37 | 24.01  29.01 |  | Обувь со шнурками. Практический урок. | Уметь завязывать и развязывать шнурки. | Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.). |
| 38-39 | 31.01  05.02 |  | Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок. | Знать названия одежных застежек, уметь ими пользоваться. | Выполнять правила поведения на уроке. |
| 40 | 07.02 |  | Формирование навыка расстегивания и застегивания липучки. | Знать назначение предметов  гигиены и уметь пользоваться ими. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |
| 41 | 12.02 |  | Расстегивание и застегивание молнии. | Уметь расстегивать и застегивать молнию. | Выполнять действия по подражанию. |
| 42 | 14.02 |  | Застегивание и расстегивание пуговицы. | Уметь расстегивать и застегивать пуговицу. | Выполнять правила поведения на уроке. |
| 43 | 19.02 |  | Расстегивание и застегивание кнопки. | Уметь расстегивать и застегивать кнопку. | Выполнять инструкции педагога. |
| 44 | 21.02 |  | Расстегивание и застегивание ремня. | Уметь расстегивать и застегивать ремень. | Входить и выходить из учебного помещения со звонком. |
| 45 | 26.02 |  | Развязывание и завязывание шнурка. | Уметь развязывать и завязывать шнурки. | Последовательно выполнять нескольких заданий. |
| 46 | 28.02 |  | Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды. | Уметь расстегивать и застегивать верхнюю одежду. | Выполнять задание с заданными качественными параметрами. |
| 47 | 04.03 |  | Различение предметов одежды | Уметь различать предметы одежды. | Выполнять действия по подражанию. |
| 48 | 06.03 |  | Различение обуви | Уметь различать обувь. | Выполнять действия по образцу. |
| 59 | 11.03 |  | Различение головных уборов | Различать головные уборы по сезону. | Выполнять правила поведения на уроке. |
| 50 | 13.03 |  | Последовательность действий при одевании комплекта одежды. | Выполнять последовательность действий при одевании комплекта одежды. | Выполнять правила поведения на уроке. |
| 51 | 18.03 |  | Выворачивание одежды | Уметь выворачивать одежду. | Использовать по назначению учебные материалы. |
|  |  |  | **4 четверть (16 часов)** |  |  |
| 52 | 03.04 |  | Беседа о безопасном поведении на уроке. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. | Уметь выбирать одежду для прогулки в зависимости от погодных условий. | Последовательно выполнять нескольких заданий. |
| 53 | 08.04 |  | Полезные и вредные продукты. | Знать полезные и вредные продукты. | Выполнять действия по подражанию. |
| 54 | 10.04 |  | Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их называние. | Знать названия виды напитков. | Последовательно выполнять нескольких заданий. |
| 55 | 15.04 |  | Напитки. Называние видов напитков (кефир, сок, лимонад). | Знать названия виды напитков. | Выполнять действия по подражанию. |
| 56 | 17.04 |  | Называние продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко). | Знать названия продуктов питания, которые едят руками. | Переходить от одного задания к другому. |
| 57 | 22.04 |  | Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша). | Знать названия продуктов питания, которые едят с помощью ложки. | Реагировать на собственное имя. |
| 58 | 24.04 |  | Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками | Уметь различать столовые приборы. | Переходить от одного задания к другому. |
| 59 | 29.04 |  | Правила приема в пищу овощей и фруктов. | Знать правила приема в пищу овощей и фруктов. | Входить и выходить из учебного помещения со звонком. |
| 60-61 | 01.05  06.05 |  | Уборка со стола после приёма пищи. | Уметь самостоятельно  убирать стол после приема пищи. | Использовать по назначению учебные материалы. |
| 62 | 08.05 |  | Последовательность действий в туалете. | Соблюдать последовательность действий в туалете. | Последовательно выполнять нескольких заданий. |
| 63 | 13.05 |  | Правила пользования туалетом. | Соблюдать последовательность действий в туалете. | Выполнять действия по образцу. |
| 64 | 15.05 |  | Правила гигиены перед и во время приёма пищи. | Выполнять правила гигиены перед и во время приема пищи. | Выполнять инструкции педагога. |
| 65 | 20.05 |  | Внешний облик человека. | Следить за своим внешним видом. | Реагировать на собственное имя. |
| 66 | 22.05 |  | Правильная осанка человека | Следить за осанкой. | Входить и выходить из учебного помещения со звонком. |
| 67-68 | 27.05 |  | Безопасность в доме. | Правильно вести себя дома без взрослых. | Адекватно отвечать на обращённую речь. |