

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 12 с углублённым изучением
отдельных предметов»**

РАССМОТРЕНО

Председатель ППк



Кириянова Н.Г.

Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

СОШ №12



Ресслер М.С.

Приказ № 311 от «31»
августа 2023 г.



Рабочая программа

для индивидуального обучения на дому
по специальной индивидуальной программе развития (СИПР)

Человек

учебный предмет

1класс

Учитель: Березикова Марина Александровна

Квалификационная категория: первая

2023 - 2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» для обучающегося 1 класса составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и материалов:

- Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МБОУ «СОШ № 12»;
- Учебного плана МБОУ «СОШ № 12» на 2023-2024 учебный год;
- Положения о разработке и реализации специальной индивидуальной программы развития (СИПР) для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями МБОУ «СОШ № 12»;

Цель образования с учетом специфики учебного предмета– формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Основные задачи реализации содержания: представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других. Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание (раздевание). Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье.

Общая характеристика учебного предмета

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.

Представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других. Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание (раздевание). Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье.

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.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В индивидуальном учебном плане предмет представлен в объеме 66 часов в год, 33 учебные недели. Режим занятий 2 часа в неделю.

Возможные планируемые 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 отношению к 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.
 - Представление о собственном теле.
 - Отнесение себя к определенному полу.
 - Умение осознавать и выражать свои интересы, желания.
- 2) Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.
 - 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).
- 4) Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.
 - Представления о членах семьи.

Содержание учебного предмета

Человек

Представления о себе

Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду. Идентификация себя как мальчика, юноши. 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.

Семья

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

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. 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). Очищение носового хода. Чистка зубов. Расчесывание волос.

Обращение с одеждой и обувью

Узнавание (различение) предметов одежды (пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки)). Знание назначения предметов одежды. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Различение сезонных головных уборов. 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)

Прием пищи

Питье из кружки /стакана (захват кружки /стакана, поднесение кружки/стакана ко рту, наклон кружки/стакана, вытягивание / вливание жидкости в рот, опускание кружки/стакана на стол). 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)

Календарно-тематическое планирование
«Человек»
1 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	«Я – человек».	1	
2.	«Моё имя»	1	
3.	«Кто я?»	1	
4.	«Кто я?»	1	
5.	«Кто я?»	1	
6.	«Все люди разные	1	
7.	«Мои руки».	1	
8.	«Мои руки»	1	
9.	«Уход за руками»	1	
10.	«Мои ноги»	1	
11.	«Мои ноги»	1	
12.	«Уход за ногами»	1	
13.	-«Мой рот и язычок»	1	
14.	«Уход за полостью рта»	1	
15.	- «Мои зубки»	1	
16.	- «Уход за зубами»	1	
17.	- «Мои глаза»	1	
18.	- «Уход за глазами»	1	
19.	-« Мои уши»	1	
20.	«Уход за ушами»	1	
21.	«Мой нос	1	
22.	Уход за носом	1	
23.	Умывальная комната	1	
24.	Атрибуты в умывальной комнате	1	
25.	- «Намачивание и намыливание рук».	1	
26.	- «Мытьё рук».	1	

27.	- «Смывание мыла с рук».	1	
28.	-«Вытирание рук».	1	
29.	«Туалет». «Раковина»«Унитаз»	1	
30.	Туалет». «Раковина»«Унитаз»	1	
31.	«Нужды человека» «Я хочу есть,пить»	1	
32.	Нужды человека» «Я хочу есть,пить»	1	
33.	«Кнопка слива»«Смывание унитаза»	1	
34.	«Гигиенические процедуры после посещение туалета» «Мытье рук, вытирание рук»	1	
35.	«Гигиенические процедуры после посещение туалета» «Мытье рук, вытирание рук»	1	
36.	«Моё личное полотенце» «Моя метка»	1	
37.	Моё личное полотенце» «Моя метка»	1	
38.	«Водные процедуры, душ».	1	
39.	«Водные процедуры, душ».	1	
40.	«Изучаем своё тело».«Голова»«Туловище»	1	
41.	«Изучаем своё тело».«Голова»«Туловище»	1	
42.	Моё не моё» Мои не мои»	1	
43.	Моё не моё» Мои не мои»	1	
44.	Возрастные изменения»«Я малыш»Я подросток»	1	
45.	Возрастные изменения»«Я малыш»Я подросток»	1	
46.	Виды одежды»(нижняя одежда)	1	
47.	Виды одежды»(нижняя одежда)	1	
48.	«Лицевая и изнаночная сторона»	1	
49.	«Виды одежды» (верхняя одежда). «Лицевая и изнаночная сторона»	1	
50.	Виды обуви»Виды застежек»	1	
51.	Виды обуви»Виды застежек»	1	
52.	Режим дня»«Утро»«День»Вечер»	1	
53.	Режим дня»«Утро»«День»Вечер»	1	
54.	Правильное питание. «Овощи и фрукты в жизни человека»	1	

55.	Правильное питание. «Овощи и фрукты в жизни человека»	1	
56.	Культура поведения в столовой» «Добрые слова	1	
57.	Посуда» «Сервировка стола» «К нам пришли гости, накроем на стол	1	
58.	Моё самочувствие	1	
59.	Моё настроение	1	
60.	Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1	
61.	Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1	
62.	«Моя семья»«Мама, папа»Братья,сестры»	1	
63.	«Наши праздники» Новый год» «8 марта»	1	
64.	«Мой дом»	1	
65.	1.«Моя досуговая деятельность» Игра, хобби». 2. Закрепление по учебному курсу «Человек» «Овощи и фрукты в жизни человека»	1	
66.	1. Закрепление по учебному курсу «Человек» «Нужды человека». 2. Закрепление по учебному курсу «Человек» «Моё самочувствие»	1	

**Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности,
необходимого для реализации СИПР**

- 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.
- видеоматериалы, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения;
- семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания альбомов;
- обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении.
- по возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование.

Лист изменений и дополнений

[illegible]