

Человек

Планируемые результаты

Базовые учебные действия:

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- организовывать рабочее место;
- понимать инструкцию;
- последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога;
- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца;
- ориентироваться в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога.

Личностные результаты:

- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- проявляет интерес к объектам живой и неживой природы.

Возможные предметные результаты:

- 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 определять «моё» и «не моё», 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 др.
 - 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.

Минимальный уровень:

- представление о собственном теле;

- отнесение себя к определенному полу;
- умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться;
- умение сообщать о своих потребностях и желаниях;
- 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);
- представления о членах семьи;

Достаточный уровень:

- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- представление о собственном теле;
- отнесение себя к определенному полу;
- умение определять «моё» и «не моё», 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;
- умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться;
- умение сообщать о своих потребностях и желаниях;
- 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;

Содержание учебного предмета

1. Человек

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 определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.
 - Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.
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 др.
 - Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.
- 3) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностями 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.

Программа по предмету «Человек» представлена следующими разделами: «Представление о себе», «Самообслуживание» («Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи»).

Раздел «Представление 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 **«Самообслуживание»** включает следующее содержание: формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т. д.; формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды; использование во время еды столовых приборов, питье из кружки, накладывание пищи в тарелку, пользование салфеткой; формирование навыков обслуживания себя в туалете.

Большинство разделов включают 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 обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытьем всего тела.

Основная воспитательная задача по данному разделу работы - привить детям навыки самостоятельности, изживать тенденцию к иждивенчеству в посильных для детей задачах по самообслуживанию, учить решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей. Учащиеся первых лет обучения приобретают первичные навыки по самообслуживанию, личной гигиене, детально отрабатываются все трудовые операции по санитарно - гигиеническим требованиям и самообслуживанию, аккуратному принятию пищи. В этой работе взрослый выступает образцом для умственно отсталых детей. На примере самообслуживания умственно отсталый ребенок осваивает несложные действия, такие как без помощи взрослого может одеться и раздеться, обуться, пользоваться туалетом и т.д. Здесь же используются специально организованные занятия с дидактическими игрушками, в которых дети учатся одевать, кормить, водить гулять.

Основной задачей обучения навыкам является целенаправленная подготовка к жизни, снижению уровня опеки со стороны взрослых, для формирования максимального уровня самостоятельности. Необходимым условием является создание атмосферы доброжелательного общения, совместная с деятельностью, соответствующая уровню развития и индивидуальным особенностям. Поддерживается активность ребёнка, пресекается возможная агрессия.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, чистить зубы, 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, питье из кружки, 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. 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.

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. 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 процессе урока учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевую, дидактическую, театрализованную, подвижную игру), элементарную трудовую (хозяйственно-бытовой и ручной труд), конструктивную, изобразительную (лепка, рисование, аппликация), которые будут способствовать расширению, повторению и закреплению представлений.

Тематическое планирование

№	Название раздела	Количество часов
1	Представление о себе	13
2	Самообслуживание. Гигиена тела	11
3	Обращение с одеждой и обувью	4
4	Посуда	4
5	Временные представления	2
	Итого:	34ч

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия.	Количество часов	Дата
1	Приветствие (вытянуть и согнуть руки). Прощание (пальцы в стороны). Я -ученик.	1	
2	Представления о себе. Я – человек. Моё имя, фамилия, отчество Правила поведения на уроке.	1	
3	Представления о частях тела. Мои руки. Мои ноги. Уход за руками и ногами .	1	
4	Гигиена тела. Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук	1	
7	Представления о себе. Мой рот и язычок. Уход за полостью рта.	1	
8	Мои зубы. Уход за зубами. Упражнения в чистке зубов	1	
9	Правила поведения во время еды. Почему необходимо ухаживать за зубами	1	
10	Мои глаза. Уход за глазами. Умывание.	1	
11	Назначение каждой части глаза. Забота о зрении. Правило бережного отношения к глазам. Дидактическая игра «Кому принадлежат глаза ».	1	
12	Мои уши и нос. Уход за ними.	1	
13	Правила, которые помогают сохранить слух и органы слуха. Игра «Кто спрятался в домиках!», «Кому принадлежат уши».	1	
14	Профилактика простудных заболеваний. Урок – практикум «Как правильно одеться на прогулку». Игра «Кому принадлежит нос?».	1	
15	Кожа. Уход за кожей. Гигиенические навыки и средства защиты кожи от ожогов, порезов. Игра « У кого кожа, а у кого шерсть?», «Кого любят гладить?».	1	
16	Лица людей и настроение. Дидактическая игра «Определи, что нужно нарисовать на каждом лице».	1	
17	Одежда. Виды одежды. Верхняя одежда, нательная одежда. Как правильно одеваться.	1	
18	Обращение с одеждой и обувью. Узнавание (различение) предметов одежды: пальто,(куртка, шуба),шапка, шарф, варежки и др.	1	
19	Дифференциация одежды для девочки и мальчика. Последовательность одевания и раздевания.	1	
20	Различение по сезонам предметов одежды, предметов обуви, головных уборов.	1	
21	Узнавание (различение) частей суток (утро, день, вечер, ночь).	1	
22	Соотнесение частей суток с видами деятельности человека.	1	
23	Нужды человека. Я хочу есть. Я хочу пить.	1	
24	Посуда (тарелка, чашка, ложка)	1	
25	Посуда. Вилка. Нож.	1	
26	Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи.	1	
27	Мебель (назначение, виды)	1	
28	Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук	1	
29	Моё личное полотенце	1	
30	Моя зубная щётка. Как выбрать зубную щётку. Правила ухода за зубами.,ротовой полостью	1	
31	Изучаем свое тело. Голова, волосы. Правила ухода за волосами.	1	
32	Создание игровых ситуаций, использование картинок, пиктограмм с	1	

	изображением разных правил ухода за телом.		
33	Продельвание гигиенических процедур с куклой. Дидактическая игра «Умоем куклу», «Искупаем куклу»	1	
34	Повторение. Тело человека. Уход за ним.	1	