**МОУ ИРМО "Усть-Кудинская СОШ"**

УТВЕРЖДЕНА

приказом МОУ ИРМО «Усть-Кудинская СОШ»

от «30» августа 2024 года № 258

‌

**Адаптированная основная общеобразовательная программа для детей с интеллектуальными нарушениями, 2 вариант,**

**по предмету «Человек»**

​**‌ ‌**​ Составитель: Протопопова В.Н.

учитель начальных классов

высшей категории

Усть-Куда – 2024

**Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа основного общего образования МОУ ИРМО «Усть-Кудинская СОШ» по предмету «Человек»  обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по варианту 2 составлена на основе Федеральной Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1023 и ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), направленные письмом Минобрнауки от 11 марта 2016 года № ВК-452/07 «О введении ФГОС ОВЗ»

**Цели:**

**-** формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

- осознание общности и различий с другими людьми;

- развитие способности выражать свои потребности социально-приемлемыми способами вербально или используя средства альтернативной коммуникации.

**Задачи:**

- формировать представления о возрастных изменениях человека;

- формировать умение жить по режиму дня;

- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализировать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;

- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);

- формировать умения обслуживать себя;

- формировать умения следить за своим внешним видом;

- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЧЕЛОВЕК»**

**С УЧЁТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ЕГО ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ**

Данный учебный предмет является специфическим для обучения младших умственно отсталых школьников. Его введение в учебный план обусловлено значительным отставанием умственно отсталых детей в своем развитии от своих сверстников с нормальным интеллектом. Занятия по этому учебному предмету имеют интегративный характер, рассматриваются как коррекционные. В процессе изучения предмета обогащается и уточняется словарь, формируются навыки сравнения и классификации описание предметов, явлений природы, установление элементарных зависимостей, активного участия в беседе. Курс направлен на коррекцию познавательной и речевой деятельности, высших психических функций. Основным методом обучения является беседа. Беседы организуются в процессе ознакомления с предметами и явлениями окружающей действительности на предметных уроках, экскурсиях, во время наблюдений за сезонными изменениями в природе и труде людей, на основе имеющегося опыта, практических работ, демонстрации учебных кинофильмов, диафильмов, предметных и сюжетных картин. На экскурсиях обучающиеся знакомятся с предметами и явлениями в естественной обстановке; на предметных уроках — на основе непосредственных чувственных восприятий. Наблюдая, обучающиеся учатся анализировать, находить сходство и различие, делать простейшие выводы и обобщения. В процессе непосредственных наблюдений реальной действительности обогащается словарь учащихся, при организации беседы он активизируется, т. е. усвоенные слова включаются в речь. Практические работы помогают закреплению полученных знаний и умений.

**ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЧЕЛОВЕК » В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В соответствии с учебным планом МОУ ИРМО «Усть-Кудинская СОШ» обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2 вариант на изучение учебного предмета «Человек» отводится 68часов в год (2 часа в неделю).

**ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА « ЧЕЛОВЕК »**

***Личностными*результатами являются:**

1.​ Осознание себя (в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определённому полу, как «Я»);

2.​ Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;

3.​ Владение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся социуме;

4.​ Оценка своих поступков по принципу «хорошо»/«плохо», личная ответственность за свои поступки на основе представлений о базовых нравственных нормах, общепринятых правилах;

5.​ Владение правилами поведения в учебной ситуации;

6.​ Уважительное отношение к окружающим: взрослым, детям;

7.​ Доброжелательность, эмоциональная отзывчивость по отношению к другим, понимание и сопереживание чувствам других;

8.​ Владение навыками сотрудничества со взрослыми и детьми в разных социальных ситуациях доступным образом;

9.​ Владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации;

10.​ Владение доступными знаниями, умениями, навыками, отражающими индивидуальный вариант содержания образования.

**Предметные результаты освоения учебного предмета:**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умере­нной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) 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.

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.

- Соотнесение 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.

- Овладение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;

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.

**Содержание учебного предмета 70ч**

Адаптированная программа 5 класса (обучение на дому) предполагает работу *по разделам: «Представление 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 уменийумываться, 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. Обучающиеся учатся соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающихся являлось доброжелательное и заботливое отношение к  окружающим, спокойный приветливый тон. Обучающиеся учатся 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, уходу за кожей лица, мытью в душе.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук обучающиеся учатся удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. После того как обучающиеся их освоят, они учатся 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 обучающиеся учатся 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.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Количество часов** |
| 1. | Представление о себе | 10 |
| 2. | Гигиена тела | 22 |
| 3. | Туалет | 16 |
| 4. | Одевание и раздевание | 6 |
| 5. | Семья | 4 |
| 6. | Прием пищи | 10 |
|  | Итого: | 68ч. |

**Календарно-тематическое планирование:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Тема урока | Дата |
| 1 | Я – человек. Моё имя |  |
| 2 | Мои данные. Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь? |  |
| 3 | Кто я? Я- мальчик. Я- девочка |  |
| 4 | Все люди разные. Светлые и темные. Большой, маленький человек. |  |
| 5 | Части тела человека. Основные части тела |  |
| 6 | Для чего мы ухаживаем за телом. |  |
| 7 | Ванная комната. Мыло, шампунь, предметы личной гигиены. |  |
| 8 | Мои руки. Уход за руками. |  |
| 9 | Мои ноги |  |
| 10 | Уход за ногами |  |
| 11 | Мой рот и язык |  |
| 12 | Уход за полостью рта |  |
| 13 | Мои зубы |  |
| 14 | Уход за зубами |  |
| 15 | Мои глаза |  |
| 16 | Уход за глазами |  |
| 17 | Мои уши |  |
| 18 | Уход за ушами |  |
| 19 | Мой нос |  |
| 20 | Уход за носом |  |
| 21 | Умывальная комната в школе |  |
| 22 | Правила пользования умывальной комнатой в школе. |  |
| 23 | Мытьё рук Алгоритм мытья рук. |  |
| 24 | Практическое занятие: "Мытье рук" |  |
| 25 | Бумажные и тканевые полотенца. |  |
| 26 | Практическое занятие "Я мою руки сам". |  |
| 27 | Нужды человека. Как сообщить о своих желаниях  «Я хочу есть ,пить, в туалет» |  |
| 28 | Моё самочувствие. «У меня болит голова». « Мне плохо» |  |
| 29 | Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены |  |
| 30 | Алгоритм пользования туалетом |  |
| 31 | Унитаз. Части унитаза |  |
| 32 | Кнопка слива. Смывание унитаза |  |
| 33 | Туалетная бумага. Виды бумаги. Правила пользования |  |
| 34 | Практическое занятие: «Отматывание, отрывание бумаги» |  |
| 35 | Закрепление по теме: "Пользование туалетом" |  |
| 36 | Закрепление по теме: "Пользование туалетом" |  |
| 37 | Гигиенические процедуры после посещения туалета |  |
| 38 | Раковина. Части раковины |  |
| 39 | Мытье и вытирание рук |  |
| 40 | Моё личное полотенце |  |
| 41 | Повторение: "Для чего мы ухаживаем за телом" |  |
| 42 | Водные процедуры, душ |  |
| 43 | «Изучаем своё тело». «Голова» «Туловище» |  |
| 44 | Нахождение частей тела на себе, другом человеке |  |
| 45 | Возрастные изменения человека |  |
| 46 | Я малыш. Я подросток. Взрослые люди |  |
| 47 | Виды одежды. (нижняя одежда) |  |
| 48 | Лицевая и изнаночная сторона нижней одежды |  |
| 49 | Виды одежды. (верхняя одежда) |  |
| 50 | Лицевая и изнаночная сторона верхней одежды |  |
| 51 | Виды обуви. Виды застежек |  |
| 52 | Практическое занятие: "Застежки на одежде и обуви" |  |
| 53 | Режим дня. Части суток |  |
| 54 | Для чего нужен режим дня |  |
| 55 | Правильное питание. Овощи и фрукты в жизни человека |  |
| 56 | Культура поведения в столовой. Добрые слова |  |
| 57 | Посуда. Сервировка стола |  |
| 58 | Практическое занятие: «К нам пришли гости, накроем на стол» |  |
| 59 | Моя семья. Мама, папа. Братья, сестры |  |
| 60 | Мой дом. Мои родственники, друзья |  |
| 61 | Как проводить свободное время |  |
| 62 | Мои любимые игры, увлечения |  |
| 63 | Повторение: «Мои данные» |  |
| 64 | Тренинг: «Как меня зовут, сколько мне лет, где я живу?» |  |
| 65 | Овощи и фрукты в жизни человека |  |
| 66 | Правила мойки овощей и фруктов. |  |
| 67 | Профилактика пищевых отравлений |  |
| 68 | Сообщение о своем состоянии. "Мое самочувствие. Мне больно". |  |