Приложение

К АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ПРОГРАММЕ ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАССТРОЙСТВАМИ

АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА (ВАРИАНТ 8.4)

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение   
«Средняя общеобразовательная школа п. Демьянка»**

**Уватского муниципального района**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено    на заседании ШМО  учителей начальных классов  Протокол № 1  от «29» августа 2023 г | Согласовано  заместитель директора по УВР  Е.А. Лавриненко\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  30августа 2023 г | «Утверждено»  приказом № от 31.09. 2023г.  Директор МАОУ СОШ  п. Демьянка  И.Н. Кожина \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Адаптированная рабочая программа**

**по предмету «Человек»**

**для обучающихся с рас (вариант 8.4)**

**для 1 класса**

Автор: Плотникова Л.М.

П. Демьянка

2023-2024 учебный год

**Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа по предмету "Человек" для обучающихся с расстройствами аутистического спектра с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 8.4) составлена МАОУ «СОШ п. Демьянка» Уватского муниципального района на основе требований к результатам освоения АООП НОО, установленными [ФГОС](https://login.consultant.ru/link/?req=doc&demo=2&base=LAW&n=439307&date=30.04.2023&dst=100013&field=134) НОО обучающихся с ОВЗ, федеральной программы воспитания.

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности происходит при условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу "я" обучающийся с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и, в первую очередь, со своими родными и близкими.

Обучение предмету "Человек" направлено на формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Программа представлена следующими разделами: *"Представления 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 умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться. 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". Освоение содержания раздела "Семья" предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Обучающийся учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающегося с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Обучающийся учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки, проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе, проводится с обучающимися младшего и подросткового возраста.

Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук обучающийся с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. После того как обучающийся 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 мытью всего тела.

При формировании навыков самообслуживания, важно объединять усилия специалистов и родителей (законных представителей). Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно-практической деятельности.

В рамках предметно-практических и коррекционно-развивающих занятий также возможно проведение занятий по данному предмету с обучающимися, которые нуждаются в дополнительной индивидуальной работе.

Для реализации программы по предмету "Человек" материально-техническое обеспечение включает: предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи обучающегося; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у обучающихся доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками.

***Содержание обучения:***

**1. Представления о себе.** Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о строении человека. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего возраста, даты рождения. Представление о возрастных изменениях человека. Называние своего имени и фамилии. Представление о занятиях в свободное время. Рассказ о себе.

**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). Нанесение крема на руки. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

**3. Одевание и раздевание**. Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Застегивание (завязывание): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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). Соблюдение последовательности при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).

**4. Туалет.** Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение правил последовательности действий в туалете: поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды - брюк, колготок, трусов; сидение на унитазе или горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды - трусов, колготок, брюк; нажимание кнопки слива воды, мытье рук, использование бумажных полотенец, электросушилки.

**5. Прием пищи.** Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки или стакана (захват кружки или стакана, поднесение кружки или стакана ко рту, наклон кружки или стакана, втягивание или вливание жидкости в рот, опускание кружки или стакана на стол). Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. 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). Еда вилкой (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку). Использование ножа и вилки во время приема пищи (отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа). Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

**6. Семья**. Представление о членах семьи, о родственных отношениях в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

***Планируемые результаты освоения учебного предмета.***

Требования к результатам освоения предмета "Человек" 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.

Представления о собственном теле.

Отнесение себя к определенному полу.

Умение определять "мое" и "не мое", 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.

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.

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его изучение в 1 классе в учебном плане МАОУ «СОШ п. Демьянка» УМР отведено 33 час, 1 час в неделю, 33 учебные недели.

**Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек»**

**1 класс (33 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№  п/п** | **Дата план** | **Дата факт** | **Тема** | **Примечани** |
| **е** |
|  | 05.09 |  | Части тела. Строение человека |  |
|  | 12.09 |  | Интеллектуальная игра: «Я доктор». Внутренние органы человека: печень, почки, желудок. |  |
|  | 19.09 |  | Вредные привычки. |  |
|  | 26.09 |  | Имитационная игра: «Моем руки и лицо». Полезные привычки. |  |
|  | 03.10 |  | Правила здорового образа жизни. Режим дня. Режим дня школьника. |  |
|  | 10.10 |  | Интеллектуальная игра: «Имя. Фамилия» |  |
|  | 17.10 |  | Мой возраст. |  |
|  | 24.10 |  | Моё свободное время. |  |
|  | 31.10 |  | Игра с водой. Водные процедуры. Горячая и холодная вода. |  |
|  | 14.11 |  | Чистота рук - залог здоровья. Как мыть лицо |  |
|  | 21.11 |  | Мультфильм К. Чуковского «Мойдодыр». |  |
|  | 28.11 |  | Гигиена полости рта. Как правильно чистить зубы |  |
|  | 05.12 |  | Уход за волосами. |  |
|  | 12.12 |  | Практическое занятие – уход за ногами. Гигиена ног. |  |
|  | 19.12 |  | Одежда и обувь. Практическое занятие - обувь |  |
|  | 09.01 |  | Одевание и раздевание. Верхняя одежда. Нижняя одежда. Нижнее бельё |  |
|  | 16.01 |  | Сезонная одежда, обувь, головной убор. |  |
|  | 23.01 |  | Зимняя одежда. Летняя одежда. Демисезонная одежда. |  |
|  | 30.01 |  | Виды одежды: повседневная, праздничная, домашняя, спортивная |  |
|  | 06.02 |  | Застегивание и расстегивание одежды. Практическая работа – одевание и снятие предмета одежды |  |
|  | 13.02 |  | Места хранения одежды. Практическое занятие – уход за одеждой. |  |
|  | 20.02 |  | Правила пользования туалетом. Гигиена после туалета. Практическое занятие – «Я в туалетной комнате» |  |
|  | 05.03 |  | Питьё. Практическое занятие – как я умею пить. |  |
|  | 12.03 |  | Съедобные и несъедобные продукты. |  |
|  | 19.03 |  | Еда руками нарезанной на кусочки пищи и фруктов. Еда вилкой. Практическое занятие – «Я за столом» |  |
|  | 02.04 |  | Моя семья. Семейный альбом. Традиции и праздники семьи |  |
|  | 09.04 |  | **Комплексная проверка знаний, умений, навыков обучающегося.** |  |
|  | 16.04 |  | Прогулка и ее значение. |  |
|  | 23.04 |  | Зарядка и ее значение. |  |
|  | 30.04 |  | Сон, его значение. |  |
|  | 07.05 |  | Человек: строение. |  |
|  | 14.05 |  | Игра импровизация «Что умеет твое тело». |  |
|  | 21.05 |  | Лицо в зеркале. |  |

***Материально- технического обеспечения образовательного процесса.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Рабочая программа по предмету** | **Оборудование** |
| 1 | Человек | - Коммуникативные символы;  - Картины, наглядные пособия; - предметов различной̆ формы, величины, цвета;  - Графика. схемы, таблицы- пиктограммы   с   изображениями   занятий моментов и др. событий;  - Невербальные средства общения (жест, мимика, голос);  - Электронные презентации;  - Дид.игры по лексическим темам;  - Шнуровки,липучки;  - Посуда- вставления (стаканчики одинаковой величины);  - Виды одежды и обуви;  - Принадлежности для ухода за своим телом- оборудования, позволяющего   выполнять   упражнения   на   сортировку, группировку   различных   предметов, их   соотнесения   по   определенным признакам;  - Пазлы, лото, разрезные картинки;  - Альбомы с фотографиями детей- изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.;  **-** учебные столы;  - доска большая универсальная (с возможностью магнитного крепления);  - персональный компьютер;  - предметы   для   нанизывания   на   стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины);  - звучащие   предметы   для   встряхивания;  - предметы   для   сжимания (мячи   различной̆   фактуры, разного   диаметра);  - различные   по форме, величине, цвету   наборы   материала (в   т.ч.   природного);  - наборы   предметов для занятий (типа «Нумикон», Монтессори-материал и др.);  - мозаики; |

# **Коллекции электронных образовательных ресурсов**

1. «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»- http://windows.edu/ru

2. «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - http://schoolcollektion.edu/ru

1. «Федеральный центр информационных образовательных ресурсов»

-http://fcior.edu.ru, http://eor.edu.ru

1. Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школыhttp://katalog.iot.ru/
2. Библиотека материалов для начальной школыhttp://www.nachalka.com/biblioteka
3. Mеtodkabinet.eu: информационно-методический кабинетhttp://www.metodkabinet.eu/
4. Каталог образовательных ресурсов сети «Интернет» http://catalog.iot.ru
5. Российский образовательный портал http://www.school.edu.ru
6. Портал «Российское образование [http://www.edu.ru](http://www.edu.ru/)