

МБОУ «Куженерская средняя общеобразовательная школа №2»

Рекомендовано:

методическим советом школы
протокол № 2
от «31» августа 2023г

Согласовано:

зам.директора по УВР
Т/ /Т.В. Пирогова/
«31» августа 2023г.

«Утверждаю» и.о. Директора
МБОУ «Куженерская средняя
общеобразовательная школа №2»
приказ № 149а
от «31» августа 2023г.

О.В. Роженцова /О.В. Роженцова/

**Рабочая программа
учебного предмета «Человек»
(АООП Вариант 2)**

пгт Куженер,
2023 год

I. Пояснительная записка.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Цель обучения-формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Основными задачами программы являются:

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.
- Представления о собственном теле.
- Формировать умения обслуживать себя.
- Формирование представлений о предметах одежды.
- Формирование представлений о своем ближайшем окружении

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.

Содержание обучения в рамках предмета «Человек» включает формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

II. Общая характеристика учебного предмета.

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.

Ведущая роль на занятиях по предмету «Человек» принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Материал подбирается по объему и komponуется по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка. В процессе урока используются различные виды деятельности: игровая (сюжетно-ролевая, дидактическая, театрализованная, подвижная игра), элементарная трудовая (хозяйственно-бытовая и ручной труд),

конструктивная, изобразительная (лепка, рисование, аппликация), которые способствуют расширению, повторению и закреплению представлений. Индивидуальные формы работы на занятиях органически сочетается с фронтальными и групповыми. Дидактический материал подобран в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, с учетом уровня развития представлений детей об окружающем мире и их речи.

Все занятия необходимо сопровождать живой эмоциональной речью учителя, побуждать обучающихся к активной речи по ходу деятельности. Учитель должен стимулировать и организовывать двигательную активность каждого ребенка.

Учебную работу на уроках «Человек» необходимо строить так, чтобы ранее пройденный материал постоянно включался в новые виды работ, закреплялся и вводился в самостоятельную деятельность детей на различных уроках.

Программа представлена следующими основными направлениями:

«Представления о себе» включает следующее содержание:

представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях;

правила здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней); поведение, сохраняющее и укрепляющее здоровье; полезные и вредные привычки, возрастные изменения;

навыки, связанные с гигиеной тела, самообслуживанием;

предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, ванна, полотенце;

действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.

навыки одевания и обувания;

части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, руки, ноги, пальцы).

«Семья» включает следующее содержание:

представления о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях;

соблюдение правил и норм культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон;

понимание окружающих людей, проявление к ним доброжелательного отношения, стремление к общению и взаимодействию с ними.

Содержание программы обеспечивает: личностно-ориентированный подход во взаимодействии ребенка со взрослым; формирование у детей комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

практические, словесные, наглядные (по источнику изложения учебного материала);

репродуктивные, объяснительно-иллюстративные, поисковые, исследовательские, проблемные и другие (по характеру учебно-познавательной деятельности);
индуктивные и дедуктивные (по логике изложения и восприятия учебного материала);
методы контроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: метод мониторинга;
методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: определённые поощрения в формировании мотивации, чувства ответственности, обязательств, интересов в овладении знаниями, умениями и навыками.

В Федеральном компоненте государственного стандарта учебный предмет «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным стандартом «Окружающий социальный мир», «Речь и альтернативная коммуникация».

III. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Рабочая программа по предмету «Человек» рассчитана:

I дополнительный класс (первый год обучения) – 1 час в неделю (33 часа в год).

I класс (второй год обучения)- 1 час в неделю (33 часа в год).

II класс (третий год обучения)- 1 час в неделю (34 часа в год).

III класс (четвёртый год обучения)-1 час в неделю (34 часа в год).

IV класс (пятый год обучения)- 1 час в неделю (34 часа в год).

IV. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные:

- Коммуникативные умения (невербальные и вербальные) на обращенную речь взрослого и сверстника в разнообразных ситуациях взаимодействия.
- Интерес и поддержание взаимодействия с новым взрослым и сверстником.
- Потребность в общении со сверстниками и поддержание коммуникативной ситуации доступными обучающемуся способами.
- Определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша).
- Понимает эмоциональные состояния других людей и проявляет.
- Участие в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.).
- Испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне).

Предметные:

- Понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических жестов.
- Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач.
- Умение использование предметов для выражения путем на них жестом, взглядом.
- Использование доступных жестов для передачи сообщения.
- Умение определять «мое» и «немое», осознавать и выражать свои интересы, желания.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия возраст, пол, Местожителства, свои интересы, хобби и др.

Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

- Понимание слов,обозначающиебытовыепредметы, объекты рукотворного мира деятельность человека.
- Умениеиспользоватьусвоенныйсловарныйи фразовый материалв коммуникативных ситуациях.
- Умениерешатьвозникающиежизненныезадачи, связанныес удовлетворением первоочередных потребностей.
- Умение соблюдать режимные моменты в жизни человека.
- Умение следить за своим внешним видом.
- Умениеподдерживатьобразжизни,соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья.

Базовые учебные действия.

- Входить и выходить из учебного помещения со звонком.
- 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.).
- Принимать цели и произвольно включаться в деятельность.
- Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.
- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Отнесение себя к определенному полу.
- Развитие способности осознавать и выражать свои интересы.
- Умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому.
- Сформированность представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой

деятельности.

- Положительного отношения ребенка к занятиям.
- Адекватно использовать биологически важные для жизни человека ритуалы (прием пищи, одевание и снятие предметов одежды и обуви, обслуживание себя с применением гигиенических норм и т.д.).
- Развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

V. Содержание учебного предмета.

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 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 и обуви.

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 заботливо отношение к окружающим, спокойный, приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

VI. Тематическое планирование.

1 дополнительный класс (первый год обучения)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Называниеиразличениечастей тела:руки,ноги голова, туловище.	1
2	Называние и различение частей тела: волосы, нос, рот, зубы, уши, глаза	1
3	Называние и различение частей тела: плечи, пальцы, колени, пятки,ногти.	1
4	Называние и различение частей тела: спина, живот.	1
5	Обобщающийурок по теме «Представленияо частях тела»	1
6	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.	1
7	Действия, связанные с гигиеной тела. Мытье рук мылом. Вытирание рукполотенцем.	1
8	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щетка.чистка зубов щеткой, полоскание рта водой.	1
9	Расчесываниеволосрасческой.	1
10	Обобщающий урок по теме «Навыки, связанные с гигиеной тела»	1
11	Умение во время сходить в туалет и вымыть руки.	1
12	Формированиеумения сообщатьжелании сходить в туалет.	1
13	Формированиеуменияпользоватьсятуалетной бумагой.	1
14	Обобщающий урок по теме «Навыки культурного поведения»	1
15	Называниеиразличение предметовдля приемапищи(ложка,тарелка, стакан, кружка, блюдец	1
16	Закрепление навыка мыть руки перед едой.	1
17	Закреплениенавыка правильно держать ложку, пользоваться ею.	1
18	Закрепление правил приёма пищи.	1
19	Значениеправильного приема пищи для здоровья человек	1
20	Введениедежурствапо столовой, по классу.	1
21	Обобщающий урок по теме «Навыки, связанные с приемом пищи»	1

22	Формирование умения сообщать о желании пить.	1
23	Формирование умения пить через соломинку.	1
24	Формирование умения пить из кружки.	1
25	Формирование умения наливать жидкость в кружку.	1
26	Формирование умения есть руками яблоко.	1
27	Формирование умения есть ложкой, вилок.	1
28	Формирование умения пользоваться салфеткой во время приема пищи.	1
29	Формирование умения накладывать пищу в тарелку.	1
30	Обобщающий урок по теме «Прием пищи. Еда».	1
31	Узнавание(различение) детей и взрослых	1
32	Узнавание(различение) членов семьи. Определение своей социальной роли в семье.	1
33	Повторение пройденного материала за год.	1
	Всего:	33

1 класс (второй год обучения)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Идентификация себя со своим именем.	1
2	Идентификация своей половой принадлежности (как мальчика или девочки).	1
3	Узнавание(различение) частей тела(голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот).	1

4	Узнавание(различение)частейтела руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка).	1
5	Узнавание (различение частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы).	1
6.	Знание назначения частей лица.	1
7	Представление о состоянии своего здоровья.	1
8	Режим дня (утро, день, вечер, ночь).	1
9	Режим школьника. Важность соблюдения режима дня.	1
10	Утренний и вечерний туалет.	1
11	Зарядка и ее значение.	1
12	Сон, его значение	1
13	Формирование умения показывать и называть правую и левую руку.	1
14	Формирование умения показывать и называть правую и левую ногу.	1
15	Закрепление умения называть и показывать части своего тела.	1
16	Закрепление умения расчесываться и следить за аккуратностью волос.	1
17	Формирование умения пользоваться носовым платком.	1
18	Различение вентилей с горячей и холодной водой	1
19	Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры	1
20	Вытирание рук полотенцем	1
21	Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов.	1
22	Закрепление умения сидеть на унитазе и оправления малой/большой нужды.	1
23	Закрепление умения пользоваться туалетной бумагой, соблюдение правил последовательности действий в туалете	1
24	Закрепление умения соблюдать правила последовательности действий в туалете	1
25	Закрепление умения соблюдать правила последовательности действий в туалете	1
26	Формирование умения снимать и надевать предмет нижнего белья	1
27	Формирование умения снимать и надевать предмет одежды.	1
28	Формирование умения различать лицевую и изнаночную, переднюю и заднюю сторону одежды	1
29	Формирование умения надевать предмет одежды.	1
30	Называние и различение предметов для приёма пищи (ложка, тарелка,	1

	стакан, кружка, блюдце).	
31	Называние и различение предметов для приёма пищи(салфетка, клеёнка, солонка)	1
32	Культура еды: пользование ложкой.	1
33	Значение правильного приёма пищи для здоровья человека.	1
	Всего:	33

2 класс (третий год обучения)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Возрастная идентификация.	1
2	Сообщение о состоянии своего здоровья.	1
3	Режим дня.	1
4	Правильное питание.	1
5-8	Овощи и фрукты в жизни человека.	4
9	Культура поведения в столовой.	1
10	Правила культурного поведения в обществе.	1
11	Закрепление умения соблюдать правила последовательности действий в туалете.	1
12	Закрепление умения снимать и надевать предмет нижнего белья.	1
13	Закрепление умения снимать и надевать предмет одежды.	1
14	Закрепление умения различать лицевую и изнаночную, переднюю и заднюю сторону одежды.	1
15-16	Закрепление умения надевать предмет верхней одежды (куртка шапка, пальто и т. д).	2
17-18	Закрепление умения надевать предмет верхней (куртка шапка, пальто и т. д).	2
19-21	Закрепление навыка расстегивания (развязывания) липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка на макете.	3

22-24	Закрепление навыка расстегивания (развязывания): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня шнурка на собственной одежде, обуви).	3
25-26	Формирование умения следить за своим внешним видом.	2
27	Формирование умения чистить зубы.	1
28	Формирование умения полоскать полость рта.	1
29-30	Формирование умения соблюдать последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	2
31	Закрепление умения мыть руки перед едой.	1
32	Формирование умения сообщать о желании есть.	1
33	Формирование умения сообщать о желании пить.	1
34	Формирование умения пить через соломинку. Повторение пройденного материала за год.	1
	Всего:	34

3 класс (четвёртый год обучения)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1-2	Формирование умения сообщать о желании пить.	2
3-4	Формирование умения пить через соломинку.	2
5	Формирование умения пить из кружки.	1
6-7	Формирование умения наливать жидкость в кружку.	2
8	Формирование умения принимать пищу ложкой.	1
9	Формирование умения принимать пищу ложкой.	1
10-11	Формирование умения принимать пищу вилкой.	2
12	Формирование умения пользоваться салфеткой во время приема пищи.	1
13-14	Формирование умения различать и называть основные предметы питания (суп, каша, хлеб, чай и т. д).	

		2
15-16	Формирование умения накладывать пищу в тарелку.	2
17-18	Формирование умения пользоваться ножом и вилкой во время приёма пищи.	2
19-20	Называние и различение предметов для приёма пищи (ложка, тарелка, стакан, кружка, блюдце).	2
21	Закрепление навыка правильно держать ложку, пользоваться ею	1
22	Закрепление правил приёма пищи.	1
23-24	Закрепление знаний и умений о чистоте фруктов и овощей.	2
25	Введение дежурства по столовой, по классу, составление графика дежурств.	1
26	Закрепление умения сообщать о желании есть.	1
27	Формирование умения вытирать ноги, входя в помещение с улицы.	1
28	Закрепление умения обувать обувь.	1
29	Закрепление умения снимать обувь.	1
30-31	Формирование умения различать правый и левый ботинок.	2
32	Представление о членах семьи.	1
33-34	Представление о родственниках в семье.	2
	Всего:	34

4 класс (пятый год обучения)

№ п/п	Тема урока	Ко-во часов
----------	------------	----------------

1-2	Формирование умения принимать пищу ложкой.	2
3-4	Формирование умения принимать пищу вилкой.	2
5-6	Формирование умения пользоваться салфеткой во время приема пищи.	2
7-8	Формирование умения различать и называть основные предметы питания (суп, каша, картофель, хлеб, чай и т. д.).	2
9-10	Называние своего имени и фамилии.	2
11-12	Называние своего возраста, даты рождения.	2
13-14	Представление о состоянии своего здоровья.	2
15-16	Представления о возрастных изменениях человека.	2
17	Закрепление умения показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу.	1
18-19	Закрепление умения называть и показывать части своего тела.	2
20	Формирование умения показывать и называть пальцы.	1
21	Формирование навыков правил утренней зарядки.	1
22	Формирование умения пользоваться носовым платком.	1
23-24	Формирование умения следить за чистотой рук и ног.	2
25	Формирование умения мыть руки после посещения туалета	1
26	Закрепление умения чистить зубы.	1
27	Закрепление умения полоскать полость рта.	1
28	Закрепление умения соблюдать последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1
29	Закрепление умения мыть и вытирать тело.	1
30	Формирование умения соблюдать последовательность действий при мытье и вытирании тела	1
31-32	Гигиена интимной зоны.	2
33-34	Формирование умения пользоваться косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой).	2
	Итого:	34

VII. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

1. Кудрина С.В. Мир природы и человека 1 доп. Класс, 2 класс, 3 класс, 4 класс.

(для обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями), М., ООО "ГИЦ ВЛАДОС", 2019 (ФПУ 2.1.4.1.2.2))