
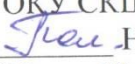


|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>«Рассмотрено»</b><br>Руководитель М.О.<br> С. Е. Крикун<br>Протокол № 1 от<br>«23» 08 2024 г. | <b>«Согласовано»</b><br>Заместитель<br>директора школы по УР<br>ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска<br> Н. С. Полоскова<br>«28» 08 2024 г. | <b>«Утверждаю»</b><br>Директор<br>ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска<br>И. В. Анушин<br>Приказ № 1241 от<br>«28» 08 2024 г. |
|---|---|---|



**Рабочая программа учебного предмета**

«Человек»  
(наименование учебного предмета)

для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2, 2 «и» класс

(степень образования / класс)

на 2024-2025 уч. год.

(срок реализации программы)

Программу составила: Е.Ю. Кучер  
(Ф.И.О. учителя)

Иркутск

2024 г.

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Человек» разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2).

Цель обучения по предмету «Человек» – является формирование представлений о себе и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Для этого организуется специальная работа по введению ребёнка в среду сверстников в доступных ребёнку пределах, организованное включение в общение.

Задачи:

Формирование представлений о строении тела, возрастных изменениях.

Формирование умения давать о себе основные сведения.

Формирование представлений о своем ближайшем окружении.

Формирование правил и норм поведения в коллективе.

Формирование умений умываться, мыть руки чистить зубы, причесываться.

Формирование навыков обслуживания себя в туалете.

Формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

Формирование умений использовать во время еды столовые приборы, пить из кружки, накладывать пищу в тарелку, пользоваться салфеткой.

Общая характеристика учебного предмета

Программа представлена следующими разделами «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи». 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.

На уроках данного предмета ведущая роль отводится педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и komponует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка

## **2. Содержание учебного предмета**

Рабочая программа учебного предмета «Человек» рассчитана: 2 часа в неделю 34 учебные недели (68 уч. часов).

Основное содержание в рабочей программе по учебному предмету «Человек» у обучающихся с умеренной умственной отсталостью направлено на создание условий для усвоения ими элементарных понятий. Все представления формируются у обучающихся, исходя из их индивидуально-типологических особенностей.

### **Представления о себе**

Различение мальчика и девочки по внешним признакам

Узнавание, различение частей тела: голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (ладонь, пальцы), ноги (колени, пальцы).

Знание назначения частей тела.

Узнавание, различение частей лица человека: глаза, рот, нос, уши.

Знание назначения частей лица.

Называние своего имени и фамилии.

### **Семья**

Узнавание, различение членов ближайшего окружения: учитель, воспитатель, одноклассники.

Узнавание, различение детей и взрослых.

Определение своей социальной роли в классе, группе.

Нормы поведения в группе, в классе.

## Гигиена тела

Предметы гигиены: мыло, расчёска, зубная щётка, зубная паста, полотенце.

Хранение предметов гигиены.

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.

Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Расчесывание волос.

Умение пользоваться носовым платком.

Значение гигиенических процедур для здоровья человека.

Сообщение о желании сходить в туалет.

Необходимость пользования туалетной бумагой.

Мытье рук после посещения туалета.

## Обращение с одеждой и обувью

Узнавание, различение предметов одежды: носки, рубашка, трусы, носовой платок, брюки, платье, шапка, шарф и др.

Знание назначения предметов одежды.

Узнавание, различение предметов обуви: ботинки, туфли, сандалии, тапки.

Знание назначения видов обуви: уличная, домашняя.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.

Расстегивание, застегивание липучки, молнии, пуговицы, кнопки; развязывание шнурка.

Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).

Контроль своего внешнего вида.

Знание порядка складывания и хранения одежды. Прием пищи

Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи: ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка.

Умение различать и называть основные продукты питания: суп, каша, хлеб, чай.

Использование салфетки во время приема пищи.

### **3. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной 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 образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории детей.

Предметные результаты

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

Сформированность умения поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

Сформированность умений следить за своим внешним видом.

Сформированность представлений о своей социальной роли, обязанностях, бытовой и досуговой деятельности.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

| № Темы | Тема урока   | Основные виды учебной деятельности обучающихся  |
|--------|--|---|
| 1      | Гендерные различия. Мальчики и девочки.                  | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 2      | Возрастные различия. Взрослые и дети.                    | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 3      | Возрастные различия. Взрослые и дети.                    | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 4      | Называния своего имени, фамилии, возраста                | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 5      | Называния своего имени, фамилии, возраста                | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 6      | Части тела человека.                                     | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 7      | Части тела человека.                                     | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 8      | Части головы: уши, шея, лицо. Назначение частей головы.  | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 9      | Части головы: уши, шея, лицо. Назначение частей головы.  | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 10     | Части туловища: спина, живот. Назначение частей туловища | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 11 | Части туловища: спина, живот. Назначение частей туловища      | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 12 | Части рук: ладонь, пальцы. Назначение рук и их частей         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 13 | Части рук: ладонь, пальцы. Назначение рук и их частей         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 14 | Части ног: колено, пальцы. Назначение ног и их частей         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 15 | Части ног: колено, пальцы. Назначение ног и их частей         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 16 | Части лица: глаза, нос, рот. Назначение частей лица           | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 17 | Части лица: глаза, нос, рот. Назначение частей лица           | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Дидактические игры. Практические упражнения. |
| 18 | Возрастные различия. Взрослые и дети.                         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения.       |
| 19 | Возрастные различия. Взрослые и дети.                         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения.       |
| 20 | Узнавание и различие людей ближайшего окружения: воспитатели. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения.       |
| 21 | Узнавание и различие людей ближайшего                         | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями   |

|    |   |   |
|----|---|---|
|    | окружения: воспитатели.   | учителя. Ролевые игры. Практические упражнения.   |
| 22 | Узнавание и различие людей ближайшего окружения: учителя.       | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 23 | Узнавание и различие людей ближайшего окружения: учителя.       | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 24 | Узнавание и различие людей ближайшего окружения: одноклассники. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 25 | Узнавание и различие людей ближайшего окружения: одноклассники. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 26 | Определение своей социальной роли в классе: ученик.             | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 27 | Определение своей социальной роли в классе: ученик.             | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 28 | Нормы поведения в группе, в классе в различных ситуациях.       | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 29 | Нормы поведения в группе, в классе в различных ситуациях.       | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Ролевые игры. Практические упражнения. |
| 30 | Предметы гигиены: мыло, расчёска, зубная щётка, полотенце,      | Слушание объяснений учителя.  |



|    |   |   |
|----|---|---|
| 31 | Хранение предметов личной гигиены.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 32 | Хранение предметов личной гигиены.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 33 | Мытье и вытирание рук. Имитация движений.   | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 34 | Мытье и вытирание рук. Имитация движений.   | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 35 | Чистка зубов. Имитация чистки зубов.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 36 | Чистка зубов. Имитация чистки зубов.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 37 | Расчесывание волос.   | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 38 | Значение гигиенических процедур для здоровья человека.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 39 | Значение гигиенических процедур для здоровья человека.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 40 | Носовой платок. Умение использовать.  | Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические упражнения. |
| 41 | Узнавание, различение предметов одежды: носки, рубашка, трусы, носовой платок, брюки, платье. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя.                                    |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 42 | Узнавание, различение предметов одежды: носки, рубашка, трусы, носовой платок, брюки, платье. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. |
| 43 | Узнавание, различение предметов обуви: ботинки, туфли, сандалии, тапки.                       | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 44 | Узнавание, различение предметов обуви: ботинки, туфли, сандалии, тапки.                       | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 45 | Знание назначения видов обуви: уличная, домашняя.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 46 | Знание назначения видов обуви: уличная, домашняя.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 47 | Одежда для прогулки в зависимости от погодных условий.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 48 | Одежда для прогулки в зависимости от погодных условий.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 49 | Расстегивание и застегивание липучки, молнии, пуговицы, кнопки; развязывание шнурка.          | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 50 | Расстегивание и застегивание липучки, молнии, пуговицы, кнопки; развязывание шнурка.          | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |
| 51 | Соблюдение последовательности действий при одевании и раздевании.                             | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания    |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 52 | Соблюдение последовательности действий при одевании и раздевании.                                       | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 53 | Обувание обуви.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 54 | Обувание обуви.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 55 | Контроль своего внешнего вида.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 56 | Контроль своего внешнего вида.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 57 | Порядок складывания одежды.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 58 | Порядок складывания одежды.   | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 59 | Хранение одежды.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 60 | Хранение одежды.  | Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания   |
| 61 | Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи: ложка, тарелка, стакан, кружка, салфетка. | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 62 | Умение различать и называть предметы, нужные для приёма пищи: ложка, тарелка, стакан, кружка,           | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |

|             |  |   |
|-------------|--|---|
|             | салфетка.  |   |
| 63          | Сообщение о желании пить. Питье из кружки (исходя из возможностей, обучающихся). | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 64          | Сообщение о желании есть. Еда ложкой   | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 65          | Продукты питания: суп, каша, хлеб, чай.  | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 66          | Продукты питания: суп, каша, хлеб, чай.  | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 67          | Салфетка. Использование во время приема пищи.                                    | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| 68          | Салфетка. Использование во время приема пищи.                                    | Слушание объяснений учителя. Наблюдение за действиями учителя. Игры. Работа с предметными картинками. Практические задания. |
| Итого: 68 ч |  |   |