

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа № 4 г. Иркутска»

«Рассмотрено» Руководитель М.О. _____ С.Е.Крикун Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г.	«Согласовано» Заместитель директора школы по УР ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска _____ Н.С. Полоскова « ____ » _____ 20 ____ г.	«Утверждаю» Директор ГОКУ СКШ № ____ г. Иркутска _____ И.В. Анучин Приказ № ____ от « ____ » 20 ____ г.
--	---	--

Рабочая программа учебного предмета

«Человек»

(наименование учебного предмета)

для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2, 4 «И» класс

(степень образования / класс)

на 2024-2025 уч. год.

(срок реализации программы)

Программу составила: Виноградова Т.М.

(Ф.И.О. учителя)

Иркутск
2024г

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» для обучающихся умеренной умственной отсталостью обеспечивает достижение планируемых результатов освоения АООП. Программа разработана на основе:

- Требований к личностным и предметным результатам (возможным результатам) освоения АООП 2 варианта.
- Программы формирования базовых учебных действий.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми, инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года N 273-ФЗ (ред. от 05.05.2014 года) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 06.05.2014 года).
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью (вариант 2).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Учебный план ГОКУ Специальная (коррекционная) школа №4 г. Иркутска.

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.

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний, в том числе и по предмету «Человек». Они имеют слабое представление о себе, семье, ближайшем окружении, не всегда умеют решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей. Первоклассники не умеют пользоваться

предметами личной гигиены, не понимают значение гигиенических процедур для здоровья человека, не контролируют свой внешний вид. У таких детей не сформированы навыки самообслуживания, они нуждаются в постоянном наблюдении, контроле и регуляции со стороны взрослых по соблюдению режима дня, поддержания своего здоровья, а также при выполнении ежедневных процедур (посещение туалета, гигиенические процедуры, одевание, раздевание, прием пищи).

Рабочая программа для 1 класса составлена таким образом, что расширение объёма изучаемого материала и увеличение его сложности происходит в медленном темпе с учётом особенностей обучающихся и требует большого разнообразия дидактических упражнений и наглядных средств. Изучаемый материал постоянно повторяется в различных предметно-практических и игровых ситуациях.

Цель обучения по предмету «Человек» – формирование элементарных, доступных представлений о себе и своем ближайшем окружении; учить проявлять самостоятельность в процессе самообслуживания.

Задачи:

- Формирование элементарных знаний и представлений о себе и своем ближайшем окружении, посредством специально организованного обучения в различных предметно-практических и игровых ситуациях;
- формирование практических навыков и умений по самообслуживанию при соблюдении санитарно- гигиенических процедур, посещении туалета, одевании, раздевании, приеме пищи на наглядно представленном и игровом материале;
- Коррекция основных психических процессов общей, мелкой моторики и общее развитие учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью;
- Воспитание устойчивого, сознательного интереса к учебе.

2. 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

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа предмета «Человек» в классе рассчитана на 2 часа в неделю, 34 учебных недели (68 уч. часа). В системе предметов «Человек» входит в обязательную часть предметных областей учебного плана.

4. Личностные и предметные результаты освоения 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.

Личностные результаты освоения программы могут включать:

- Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга.

- Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.
- Умение ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»; испытывать уважение к своей семье, к своим родственникам, любовь к родителям.
- Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
- Иметь представления о здоровом образе жизни: элементарные гигиенические навыки.
- Осознавать роль языка и речи в жизни людей.

Возможные предметные результаты могут отражать:

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.

Базовые учебные действия.

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- ориентироваться в пространстве учебного помещения, пользоваться учебной мебелью;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- передвигаться по помещению.

5. Содержание учебного предмета

Представления о себе

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела. Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека. Знание назначения частей лица. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание о режиме дня, правилах здорового образа жизни.

Семья

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

Узнавание, различение детей и взрослых.

Знание о своей семье, её традициях, семейных праздниках. Знание об обязанностях членов семьи.

Определение своей социальной роли в классе, группе.

Представление о бытовой и досуговой деятельности.

Нормы поведения в группе, в классе в различных ситуациях.

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. Нанесение крема на руки.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой.

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.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.

Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном.

Мытье ушей. Чистка ушей.

Одевание и раздевание

Узнавание (различение) предметов одежды. Знание назначения предметов одежды.

Узнавание (различение) деталей предметов одежды.

Узнавание (различение) предметов обуви. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).

Узнавание (различение) головных уборов. Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.

Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов).

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).

Снятие предмета одежды.

Снятие обуви.

Соблюдение последовательности действий при раздевании.

Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка).

Надевание предмета одежды.

Обувание обуви.

Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.

Контроль своего внешнего вида.

Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.

Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Прием пищи

Сообщение о желании пить. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (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. Умение правильно и аккуратно есть.

Знание правил поведения за столом.

Использование салфетки во время приема пищи.

Накладывание пищи в тарелку.

Знание о продуктах питания, их различение (напитки, молочные продукты, хлебобулочные изделия). Знание о полезных и неполезных продуктах питания. Узнавание (различение) столовых приборов. Опасности при использовании столовых приборов. Знание о значении питания в жизни человека

Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся

№ Темы	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся
1	Я и мои одноклассники.	Слушают учителя. Отвечают на вопросы, используя вербальные и невербальные способы общения.
2	Будь осторожен «Встреча с незнакомым человеком»	Беседа. Мультфильм «Будь осторожен», «Незнакомый человек»
3	Я один дома	Беседа с использованием презентации «Безопасность – это важно!»
4	Опасности в квартире	Беседа с использованием презентации «Безопасность – это важно!»
5	Я – мальчик. Я - девочка	Называют и указывают различия детей по половому признаку
6	Части тела человека.	Называть, показывать и объяснять назначение частей тела человека.
7	Руки: локоть, ладонь, пальцы. Ноги: колено, ступня, пальцы, пятка.	Называть, показывать и объяснять назначение частей тела человека. Показать и рассказать как правильно ухаживать за ногтями
8	Ногти. Уход за ногтями (подстригание, чистка от грязи).	Слушают учителя, показывают и рассказывают как правильно ухаживать за ногтями
9	Сообщение сведений о себе	Сообщают общие сведения о себе, о своей семье и одноклассниках.
10	Голова (волосы, уши, шея, лицо).	Называть, показывать и объяснять назначение частей головы человека.
11	Части лица человека. Глаза, веки, брови, ресницы. Назначение ресниц – защита глаз.	Называть, показывать и объяснять назначение частей лица человека.
12	Как сохранить хорошее зрение.	Профилактические меры для сохранения отличного зрения
13	Рот – губы, зубы, язык. Уход за ртом.	Проявлять интерес к изучению себя
14	Как беречь зубы. Практическая работа «Волшебная зубная паста и щетка»	Действуют по подражанию, используют по назначению учебных материалов с помощью взрослого.
15	Уши. Как беречь уши.	Профилактические меры для сохранения отличного слуха
16	Все люди разные	Рассматривание картинок (цвет волос, глаз, кожи).
17	Моя семья. Мама, папа и я. Моя старшая сестра и\или старший брат	
18 19	Моя семья. Мама, папа и я. Моя старшая сестра и\или старший брат	Беседы о семье обучающегося (мама, папа, бабушка, дедушка). Совместное рассматривание фотографий окружения ребёнка, называние и показ.

20	Обязанности в семье.	С/р игра. Беседа об обязанностях членов семьи.
21	Моя семья. Сюжетно –ролевая игра «Семейный отдых»	Слушают учителя. Отвечают на вопросы, используя вербальные и невербальные способы общения.
22	Рассказ о себе и своей семье	Картинка «Отдых на природе», «Семейный праздник». Беседа. с/р игра «Семейный отдых»
23	Я помощник.	Рассказ «Как я помогаю родителям» С/р игра «Я помощник». Работа по сюжетным картинкам.
24	Правила здорового образа жизни. Режим дня.	Слушание объяснений учителя
25	Сообщение о состоянии своего здоровья	Называют и показывают, то что болит. Сообщают о состоянии здоровья.
26	Весёлые физ. минутки	Выполнение игровых упражнений под музыкальное сопровождение
27	Пальцы. Пальчиковые игры. Самомассаж пальцев.	Называние пальцев
28	Закрепление названий пальцев рук.	Называние пальцев
29	Последовательность действий при мытье и вытирании рук	Повторение изученных правил. Практическое закрепление правил.
30	Последовательность действий при мытье и вытирании лица	Повторение изученных правил. Практическое закрепление правил
31	Последовательность действий при чистке зубов и полоскании рта	Повторение изученных правил. Практическое закрепление правил
32	Уход за ногтями	Повторение изученных правил. Практическое закрепление правил
33	Предметы обуви. Виды обуви (спортивная, домашняя, уличная)	Узнавание, различение предметов одежды Д/и «Кто внимательный?» «Четвертый лишний»
34	Сезонная обувь	Беседа. Работа с предметными и сюжетными картинками. Работа с разрезными картинками.
35	Шнуровка, застегивание обуви.	Выполнение инструкции учителя
36	Обувание. Различение левого и правого ботинка.	Выполнение инструкций учителя: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог, застегивание)
37	Последовательность действий при одевании комплекта одежды	Выполнение инструкций учителя: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты
38	Последовательность действий при	Выполнение инструкций учителя, например, верхней одежды: снятие варежек,

	раздевании	снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог.
39	Контроль своего внешнего вида. Выворачивание одежды.	Выполнение инструкций учителя. Использование зеркала. Показ выворачивания одежды, складывание.
40	Головной убор. Назначение	Называние и показывание основных головных уборов
41	Женские, мужские, детские головные уборы	Показать отличия в женских, мужских и детских головных уборах.
42	Различение сезонных головных уборов	Показать отличия в сезонных головных уборах.
43	Упражнения в застегивании и расстегивании одежды (молнии, пуговицы, ремень, кнопки)	Выполнение инструкций учителя, показ. Игровые упражнения «Кто первый»
44 45	Уход за одеждой (стирка, штопка)	Практические упражнения. Игра «Я аккуратный». Показ учителем приемов стирки, штопки. Самостоятельное выполнение заданий.
46	Правила хранения одежды	Распределение одежды в шкафу по ее прямому назначению
47 48	Уход за обувью	Практические упражнения. Игра «Я аккуратный».
49	Правила хранения обуви	Практические упражнения.
50	Игровое упражнение «Это левая нога, это правая нога»	Комплекс игровых упражнений на различие обуви правой и левой ноги.
51	Уборка в шкаф вещей одежды и обуви по назначению.	Распределение одежды в шкафу по ее прямому назначению
52	Работа по шнуровке обуви и завязыванию шнурков на бантик.	Выполнение инструкции учителя
53	Практическая отработка на игрушечных ботинках для обучения завязывания шнурков	Практическое выполнение по инструкции учителя
54	Повторение пройденного материала.	Повторение изученных тем в игровой форме.
55	Полезные продукты	Показать основные полезные и вредные продукты для человека Беседа. Предметные картинки. Беседа. Рисунки.
56	«Правильное питание»	Называние продуктов, полезные и вредные продукты,

		сравнение, польза, что нельзя есть детям, почему.
57	Уборка посуды со стола после еды. Протирание стола после приема пищи.	Показать как аккуратно убрать за собой посуду.
58	Правила поведения за столом во время приема пищи.	Показать основные правила поведения в столовой
59	«К нам пришли гости, накроем на стол»	Сюжетно-ролевая игра: распределение ролей. Игровое упражнение «Покорми куклу Машу».
60	Знание основных продуктов питания.	Знание/называние продуктов питания Работа с предметными картинками беседа
61	Суп, каша, фрукты и сладости	Беседа
62	Назначение посуды.	Показать основную посуду. Рассказать назначение посуды.
63	Виды посуды и ее назначение в повседневной жизни	Игровое упражнение «Федорино горе»
64	Правила пользования столовыми приборами.	Рассказать назначение столовых приборов.
65	Основное назначение столовых приборов. В чем опасность?	Использование ножа и вилки вовремя приема пищи
66	Использование салфетки во время приема пищи.	Правила поведения в столовой после приема пищи.
67	Накладывание пищи в тарелку.	Словесная инструкция и практическое применение.
68	Столовые приборы. Опасности при использовании столовых приборов.	Беседа. Практические упражнения

