

Рассмотрено на ППк протокол № 1 от 25.08. 2023	Согласовано с родителями (законными представителями) 25.08.2023	Утверждено: Директор М.П. Мозговая Приказ №182/1 25.08.2023
--	--	---

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **учебного предмета «Человек»**

приложение к адаптированной основной  
общеобразовательной программе образования обучающихся с  
умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями ), тяжелыми и множественными  
нарушениями развития МБОУ «Краснощёковская СОШ №1»  
(вариант 2 .СИПР)

2023-2024 учебный год

Составитель:  
Веденева Елена Андреевна  
Воспитатель ГКП

С. Краснощёково

2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Человек» составлена для индивидуального обучения на дому на основе: адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2 МБОУ «Краснощёковская СОШ № 1»; с учетом годового учебного календарного графика и индивидуального учебного плана на 2023- 2024 учебный год.

Рабочая программа учебного предмета «Человек» разработана с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающегося с ОВЗ.

На изучение программы отводится 1 час в неделю в течение 34 недель, 34 занятия в год.

### Распределение количества часов

	Количество часов
1 четверть	8ч
2 четверть	8ч
3 четверть	10ч
4 четверть	8ч
Всего за год	34ч

### Планируемые результаты изучения учебного курса

#### Личностные:

- осознание себя как ученика, формирование интереса (мотивации) к учению;
- формирование положительного отношения к мнению учителя, окружающих;
- развитие способности оценивать результаты своей деятельности с помощью педагога и самостоятельно;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми в процессе выполнения задания, поручения;
- формирование элементарных эстетических потребностей, ценностей и чувств путем наблюдения за действиями окружающих людей;
- формирование первоначальных представлений о базовых ценностях: «добро», «терпение», «семья», «я» ;
- формирование первоначальных знаний о безопасности и здоровом образе жизни, элементарных гигиенических навыков.

#### Метапредметные результаты

##### Регулятивные базовые учебные действия:

- работать с учебными принадлежностями (учебник, плакаты, природный материал, дневник наблюдения за погодой и др.) и организовывать рабочее место под руководством учителя;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в темпе с помощью учителя;

- участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников с помощью учителя.

### **Познавательные базовые учебные действия:**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать отношения в семье, выполнять свои социальной роли;
- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном, электронном материале.

### **Коммуникативные базовые учебные действия:**

- вступать в контакт и работать с учителем;
- отвечать на вопросы учителя;
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем, членами семьи;
- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности на уроке;
- доброжелательно относиться, взаимодействовать с людьми.

### **Предметные**

#### к разделу «Представления о себе»:

*Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.*

- представления о собственном теле
- распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале
- 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, свои интересы, хобби и др.
- представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям

*Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.*

- формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым
- умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой)

#### к разделу «Самообслуживание»:

*1) Умение решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.*

- умение обслуживать себя: одеваться и раздеваться, принимать пищу и пить, ходить в туалет и выполнять гигиенические процедуры
- умение сообщать о своих потребностях

- умение следить за своим внешним видом
- умение соблюдать режим дня, режимные моменты
- умение содержать в чистоте и определенном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности

2) *Умение принимать посильное участие в повседневных делах в детском доме и в школе.*

- умение выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с уборкой, уходом за вещами
- умение выполнять работу качественно, в установленный промежуток времени и оценивать полученный результат, радоваться достижениям
- умение взаимодействовать с окружающими людьми в соответствии с общепринятыми нормами поведения, в доступной форме оказывать поддержку и взаимопомощь, сопереживать, сочувствовать и эмоционально реагировать на различные ситуации

### **Содержание учебного предмета:**

#### ***Представления о себе.***

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки). 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.

#### ***Гигиена тела.***

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Вытирание лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Расчесывание волос.

#### ***Обращение с одеждой и обувью.***

Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	ЭОР
1	Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду.	1	<a href="http://asabliva.by/ru/main.aspx?guid=4845">http://asabliva.by/ru/main.aspx?guid=4845</a>
2	Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки).	1	

3	Узнавание (различение) частей тела (голова, волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка).	1
4	Знание назначения частей тела.	1
5	Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)).	1
6	Знание назначения частей лица	1
7	Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа).	1
8	Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок).	1
9	Различение вентиля с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем.	1
10	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.	1
11	Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой.	1
11	Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.	1
13	Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье	1

	и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос.	
14	Мытье ушей. Чистка ушей.	1
15	Очищение носового хода.	1
16	Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.	1
17	Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки).	1
18	Знание назначения предметов одежды.	1
19	Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты).	1
20	Знание назначения деталей предметов одежды.	1
21	Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки.	1
22	Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая).	1
23	Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная)	1
24	Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок).	1

25	Знание назначения головных уборов.	1
26	Различение сезонных головных уборов.	1
27	Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов).	1
28	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1
29	Узнавание (различение) членов семьи.	1
30	Узнавание (различение) детей и взрослых	1
31	Определение своей социальной роли в семье.	1
32	Различение социальных ролей членов семьи.	1
33	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1
34	Представление о профессиональной деятельности членов семьи	1

**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:**

1. Учебник. Мир природы и человека. 1 класс./Н.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина – М., Просвещение , 2017
2. Учебник Живой мир. 2 класс / Н.Б. Матвеев, М.С. Котина – М., Просвещение,2016г

**Материально-техническое оснащение учебного предмета «Человек» включает:**

**дидактические и печатные пособия:**

- предметные и сюжетные картинки, фотографии
- пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения и т.д.
- видеоматериалы, презентации, мультимедийные фильмы, иллюстрирующие взаимоотношения
- обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении
- специально изготовленные полотна для обучения шнурованию, застегиванию пуговиц, кнопок, молний, картины, таблицы
- предметы санитарии и гигиены (мыло, мочалки, расчески, полотенца, зубные щетки, пасты и др.)
- предметные и сюжетные картинки, фотографии, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов

**технические средства обучения:**

- ноутбук ,планшет

