

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

**Управление образования и молодёжной политики Грязовецкого
муниципального округа**

МБОУ "Средняя школа № 2 г. Грязовца"

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет школы

Заботкина В. А.
Приказ №01 от «25»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

С. И. Шахова
Приказ №242 от «25»
августа 2023 г.

Рабочая программа

по учебному предмету «ЧЕЛОВЕК»

*для обучающихся 1', 1-4 классов с
интеллектуальными нарушениями*

Вариант 2

г. Грязовец 2023

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основе:

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599).

Цели изучения предмета «Человек»

- формирование представления о частях собственного тела, о их назначении, расположении, о собственных возможностях и умениях, о кровеносной системе человека, а также о семье;

- о гигиене, о правильном образе жизни и основах здорового питания.

- формировать представления о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» и члены семьи;

- формировать умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей (принимать пищу и пить, ходить в туалет и т.д.);

- формировать представления о кровеносной системе человека;

- развивать способность выражать свое настроение и потребности с помощью доступных пантомимических, мимических и других средств;

- учить устанавливать простейшие родственные отношения между людьми; - воспитывать навыки личной гигиены и самообслуживания;

- учить вести здоровый образ жизни;

- дать представления о собственном теле;

- учить соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;

- учить относить себя к определенному полу;
- учить определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- учить сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы;
- учить определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым;
- учить различать и называть: части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени);
- учить различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;
- учить выполнять действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться;
- объяснять детям в доступной их пониманию форме, что быть чистым - красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям;
- учить совершать под присмотром и с помощью утренний и вечерний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться;
- знать, где следует хранить предметы туалета: мыло, мыльницу, зубную щетку, пасту, расческу, полотенце ;
- закреплять умение различать и называть предметы одежды и обуви: носки, рубашки, трусы, носовой платок, штаны, платье, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, галоши, валенки и т.д.;
- закреплять навыки одевания и обувания под присмотром;
- знать, как складывать и куда класть или вешать свою одежду;
- уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка и т.д.);
- закреплять навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку,

правильно ею.

- создавать у детей предпосылки к развитию речи;
- формировать артикуляционные способности;
- формировать умение высказывать свои потребности с помощью жестов и мимики;
- учить понимать обращённую речь;
- формировать навыки адекватного реагирования на речь взрослого;
- учить пониманию речи и жестов;
- развивать мышление и память в процессе общения со взрослым на основе обогащения представлений об окружающем;
- прививать детям навыки самостоятельности;
- корректировать и развивать сенсорные и познавательные процессы, личностные качества ребенка;
- корректировать нарушения эмоционально-личностной сферы;
- развивать речь и обогащать словарь, мелкую моторику пальцев рук;
- воспитывать трудолюбие, самостоятельность, терпеливость, настойчивость, любознательность.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

В ходе организации и проведения уроков по данному предмету необходимо исходить из положения о том, что общение является особым видом деятельности, а развитие речи есть усвоение средств общения. Поэтому вся коррекционно-образовательная работа с обучающимися с УО (ИН) вариант 2 должна строиться таким образом, чтобы были задействованы три составляющие деятельности: мотивационная, целевая и исполнительская.

Задачи формирования представлений детей с РАС о себе и об окружающем мире, развития их речи решаются на комплексной основе с использованием деятельностного подхода к обучению. Они структурируются в виде тематических групп: **«Формирование культурно-гигиенических навыков»**, **«Питание человека»**, **«Правила питания»**, которые являются

разделами предметов «Развитие речи и окружающий мир», «ОБЖ». Такая структура обеспечивает эмоциональное и социально-личностное развитие обучающихся, формирование их представлений о себе, об окружающей предметной и социальной действительности. Она тесно связана с содержанием сюжетно-ролевых и театрализованных игр, продуктивной деятельностью обучающихся на учебных занятиях, а также с коррекционно-адаптационной областью учебного плана.

Планируемые результаты освоения учебного предмета « Человек»

Личностные результаты.

- проявляет уважение к людям старшего возраста.
- осознает, что может, а что ему пока не удастся;
- понимает эмоциональные состояния других людей;
- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- проявляет собственные чувства;
- умеет устанавливать и поддерживать контакты;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов;
- использует элементарные формы речевого этикета;
- охотно участвует 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)
- стремится помогать окружающим
- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)
- сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)
- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);
- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей:

одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;
- принимает участие в коллективных делах и играх.

Предметные результаты изучения учебного предмета « Человек »

1) Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других. Соотнесение себя со своим именем, отражением в зеркале.

Представление о собственном теле. Отнесение себя к определенному полу.

Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.

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 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, и о людях ближайшего окружения.. Представления о ближайших родственниках (если имеются) Представления о людях ближайшего окружения, их обязанностях.

- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.

- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное

от- ношение к своим возрастным изменениям

Содержание учебного предмета « Человек » представлено разделами: « Представление о себе», « Гигиена тела», « Прием пищи», « Причины нарушения здоровья», «Семья», «Туалет», Обращение с одеждой и обувью»

Введение. Из чего складывается здоровье, Что необходимо делать, чтоб быть здоровым.

«Представление о себе». Понять, что человек принадлежит обществу, живет и развивается в нем. Научиться понимать себя, анализировать поступки свои, чувства, состояние, уметь работать в паре.

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

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. Для реализации программы предмета «Человек» материально-техническое обеспечение включает: предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания; используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья и др.

Представления о себе.

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела.

Узнавание (различение) частей лица

человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. 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.

Гигиена тела

Знание своего тела, телосложение, гуманно относиться к физическим недостаткам, уход за кожей, волосами и ногтями, выбирать одежду и обувь в соответствии с погодными условиями. Гигиена полости рта. Средства гигиены полости рта. Заболевания полости рта, десен. Питание вредное для зубов. Профилактика нарушения зрения. Осанка. Закаливание.

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. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. 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, протираание лица, закрывание крана, вытирание лица. Чистка

зубов. Полоскание полости рта. 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. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос,

смывание шампуня с волос, вытирание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании

тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блужка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). 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 (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 действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание

(завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Туалет.

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажатие кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи.

Человек - хозяин своего здоровья. Питание-основа жизни. Гигиена питания. Режим питания. Нормы питания. Опасность переизбытка. Полезные и вредные продукты. Польза и вредность воды. Отравления и их последствия. Лекарственные растения. Правила сбора и хранение лекарственных растений. Знакомство с причинами, нарушающими здоровье и факторами, сохраняющими его. Адекватное поведение, направленное на выздоровление в случае болезни, особенно хронической.

«Болезни и причины нарушения здоровья». Болезнь. Признаки болезни. Компьютер, сотовые телефоны, шум и их влияние на здоровье. Стресс, его проявление. Конфликты. Болезни, ссадины, царапины и способы

оказания первой помощи. Переломы, вывихи, оказание первой помощи. Ожоги, обморожение. Первая помощь при них. Насекомые и ядовитые растения. Как от них защититься. Неблагоприятные условия среды. Ограничение речевых навыков. Проблемы с установлением дружеских отношений. Сложности в обучении. Черепно-мозговые травмы. Ссоры со сверстниками. Утомляемость.

Сообщение о желании пить. Питье через оломинку. 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. 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.

Семья.

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи.

Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

Рабочая программа предусматривает обучение предмету «Человек»

- в 5 классе 2 часа в неделю итого 70 часов в год;
- в 6 классе 1 час в неделю, итого 35 часов в год;
- в 7 классе 1 час в неделю, итого 35 часов в год;

- в 8 классе 1 час в неделю ,итого 35 часов в год.

Общее число учебных часов за период обучения с 5 класса по 8 класс составляет 175 часов.

Тематическое планирование учебного предмета «Человек»

№ п/п	Название раздела	Количество часов
5класс		
1	Представление о себе	17 час.
2	Гигиена тела	15 час.
3	Обращение с одеждой и обувью	15час.
4	Прием пищи	8 час.
5	Туалет	2 часа
6	Семья	10 час.
7	Повторение.	3 часа.
	Итого:	70 часов.
6 класс		
1	Введение.	1 час.
2	Представление о себе.	4ч
3	Гигиена тела.	10ч
4	Приём пищи и здоровье.	10ч
5	Болезни и причины нарушения здоровья.	8ч
6	Повторение.	2ч
	Итого:	35ч
7 класс		
1	Повторение	1 час.
3	Обращение с одеждой и обувью	7 час.
4	Прием пищи	10 час.
5	Туалет	2час.
6	Семья	7 час.
	Итого:	35 час.
8 класс.		
1	Гигиена тела	8 час.
2	Обращение с одеждой и обувью.	8 час.
3	Прием пищи.	8 час.
4	Туалет.	1 час.
5	Семья	9 час.
6	Повторение	1 час.

	Итого:	35 часов.
--	--------	-----------

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГРЯЗОВЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 Г.ГРЯЗОВЦА", Шахова**
Светлана Ивановна, Директор

18.09.23 16:52 (MSK)

Сертификат E8C1693AB6292D8BF0C3E02436A0AC2F