

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Вертненская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей естественно-математического цикла  
протокол № 1 от 31.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора по УВР  
Романова Н.Д. \_\_\_\_\_  
31.08.2022 г.

**Рабочая программа  
учебного предмета «Человек»  
для основного общего образования  
обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
вариант 2**

Срок освоения программы: 5 лет (с 5 по 9 класс)

2022

## 1. Пояснительная записка.

Данная рабочая программа разработана на основе следующих документов:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ» от 29.12.2012г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2). Согласно учебному плану на предмет «Речь и альтернативная коммуникация» выделено 2 часа в неделю, в год 68 часов.

**Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:** формирование представления о себе самом и ближайшем окружении; приобщение ребенка к социальному миру; осознания себя в системе социального мира.

В «Программе» выделяются следующие основные задачи и направления:

- формирование представлений о себе;
- представления о собственном теле;
- распознавание своих ощущений;
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытьё рук перед едой, после посещения туалета)
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные удовлетворением первоочередных потребностей
- формировать умения обслуживать себя
- формировать умения следить за своим внешним видом
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- развитие планирования и контроля деятельности;
- развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Процесс обучения осуществляется с использованием практических, наглядных методов в сочетании со словесными. Для процесса обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью характерны индивидуальный и дифференцированный подход, значительно сниженный темп обучения, структурная простота знаний и умений, максимально возможная самостоятельность и активность учеников, многократная повторяемость материала при небольшом увеличении объема и усложнении его.

## 2. Содержание предмета «Человек»

№ п/п	Раздел	Содержание раздела
1	<b>Представления о себе</b>	<p>Формирование представлений о своем теле, его строении и двигательных возможностях. Правила здорового образа жизни. Составление и соблюдение режима дня.</p> <p>Профилактика заболеваний. Формирование привычек к здоровому образу жизни.</p> <p>Закрепление представлений о собственном теле. Восприятие окружающего мира через органы чувств (носом – дышим, ушами – слышим и т.д).</p> <p>Профилактика вредных привычек.</p>
2	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков.</b>	<p>Закрепление навыков мытья рук, умывания лица.</p> <p>Закрепление правильной последовательности мытья рук и умывания.</p> <p>Формирование правильного поведения в классе, школе, столовой. Формирование навыков дежурства по классу (протирать доску, задвигать стулья). Закрепление правильного поведения в классе, в школе, в столовой.</p>
3	<b>Моя одежда и обувь.</b>	<p>Классификация одежды и обуви по временам года.</p> <p>Закрепление навыков последовательности надевания одежды (застегивание молнии, пуговиц, заклепок).</p> <p>Формирование навыков надевания обуви (застегивание липучек, завязывание шнурков). Закрепление навыков складывания одежды и подготовке к хранению.</p> <p>Формирование навыков ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Упражнения на развитие моторной ловкости (застегивание крупных пуговиц, завязывание шарфа на кукле, "шнуровочки").</p>
4	<b>Семья.</b>	<p>Формирование представлений о родственных связях.</p> <p>Формирование элементарных норм и правил поведения и общения в семье. Соблюдение и значимость семейных традиций. Семейные обязанности.</p> <p>Закрепление представлений о родственных связях.</p> <p>Составление рассказа о себе и своей семье.</p> <p>Закрепление элементарных норм и правил поведения и общения в семье.</p>
5	<b>Прием пищи.</b>	<p>Наблюдение и повтор действий учителя "сервировка стола", "виды столовых приборов", "уборка и мытье посуды". Закрепление навыка протирания стола после приема пищи. Накладывание пищи в тарелку, разливание напитков по стаканам.</p> <p>Правила поведения за столом.</p> <p>Игры и игровые ситуации на выбор необходимых продуктов для чаепития. Игры типа "Встречаем гостей", Сервировка стола к чаепитию. Отрабатывание приобретенных навыков по сервировке стола, принятию гостей, уборке после чаепития.</p>

### 3. Планируемые результаты

**Личностные результаты:**

- осознание себя (в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определённому полу, как «Я»);
- развитие внимания, памяти, познавательной активности;
- развитие активности детей и использование усвоенного материала на уроках, и повседневной жизни;
- развитие наглядно-образного мышления.
- развитие способности поддерживать контакт; способность привлечь внимание к себе;
- развитие способности обращать внимание другого человека на что-то (кого-то).
- умение высказываться .

**Предметные результаты:**

*Минимальный уровень:*

- освоение первоначальных представлений о себе (я- мальчик, я-девочка, знать своё имя и фамилию, называть свой возраст);
- освоение алгоритма мытья и вытирания рук и лица полотенцем;
- умение соблюдать последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта;
- умение узнавать, различать и называть предметы одежды и обуви, головные уборы;
- умение соблюдать последовательность действий при одевании и раздевании одежды;

*Достаточный уровень:*

- умение узнавать, различать и называть (показывать) части тела;
- владение навыками самообслуживания и других практических умений, способствующих улучшению качества жизни;
- имение знания о назначении частей тела;
- умение выражать свои потребности, используя вербальные и невербальные средства общения;
- умение пользоваться носовым платком и расчёской;
- знание правил снятия и обувания обуви;
- освоение правил поведения в туалете;
- умение узнавать и различать членов семьи;

Предмет «Человек» интегрируется с предметами «Речь и альтернативная коммуникация», «Окружающий социальный мир», «Математические представления».

**4. Тематическое планирование.**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1	«Давайте познакомимся!»	1	Игра
2	«Ориентировка в собственном теле»	1	Двигательные, визуальные упражнения, название и показ частей тела, определение частей тела у игрушек.
3	«Для чего нам руки, ноги, уши, нос и голова»	1	Двигательные, визуальные упражнения.
4	«Части лица»	1	Дидактическая игра. Совместный показ частей лица. Сравнение частей лица ребенка с частями тела дидактической куклы.
5	«Режим дня»	1	Составление распорядка дня. Различение понятий завтрак, обед, полдник, ужин. Проигрывание режима дня с дидактической куклой.
6	«Почему мы болеем?»	1	Просмотр отрывка мультфильма

7	«Почему мы боеем?»	1	«Айболит». Дидактическая игра.
8	«Полезные привычки»	1	Беседа с детьми. Распределение дидактических карточек по группам. Просмотр и обсуждение мультфильма «Мойдодыр».
9	«Полезные привычки»	1	
10	«Какое разное бывает мыло»	1	Практические упражнения. Игра «Мыльные перчатки». Формирование навыков использования жидкого и кускового мыла.
11	«Кто как умывается»	1	Практические упражнения в игровой ситуации. Разглядывание сюжетных картинок. Формирование правильного навыка по умыванию лица.
12	«В гостях у Мойдодыра»	1	Игровые ситуации. Практические упражнения. Переключение и настройка воды в кране. Умывание пластиковых и резиновых игрушек.
13	«В гостях у Мойдодыра»	1	
14	«Как мы ведем себя в школе»	1	Упражнения на установление, поддержание и завершение контакта
15	«В гостях у поваренка Кузи»	1	Игровые ситуации, Упражнения «волшебные слова». Используя вербальные и невербальные средства общения. Протираем стол, совместно с учителем расставляем посуду в соответствии с количеством человек
16	«В гостях у поваренка Кузи»	1	
17	«Где живут мои вещи»	1	Наблюдение, повтор. Складывать одежду на полочку, вешать на плечики. Наведение порядка в своих вещах.
18	«Одежда. Виды одежды»	1	Рассматривание картинок с одеждой. Классификация одежды на группы. Игровые ситуации. Одевание дидактической куклы в соответствии с погодными условиями.
19	«Обувь. Виды обуви»	1	Повторение действий учителя. Рассматривание картинок с обувью. Имитационные упражнения «холодно», «жарко». Формирование навыка ухода за своей обувью: протирать от пыли, грязи, чистить кремом.
20	«Прогулка с куклой Машей»	1	Игровые упражнения. Завязывание шнурков, застегивание пуговиц (липучек, кнопок
21	«Классификация обуви»	1	Рассматривание картинок с обувью. Классификация обуви по группам. Обводка по шаблону, раскрашивание.
22	«Уход за одеждой и обувью»	1	Практические упражнения.

23	«Уход за одеждой и обувью»	1	Повторение действий учителя. Протирание и чистка обуви. Удаление пыли с одежды при помощи роллера.
24	«Моя семья»	1	Рассматривание сюжетных картинок. Беседа о членах семьи. Игровые ситуации.
25	«Моя семья»	1	
26	«Правила поведения всемье»	1	Игровые ситуации. Просматривание и обсуждение отрывка мультфильма «Правила хорошего тона в семье»
27	«Правила поведения всемье»	1	
28	«Что такое традиции?»	1	Беседа о понятии традиции. Просмотр и обсуждение традиций.
29	«Традиции в моей семье»	1	Беседа о семейных традициях. Игровые ситуации. Раскрашивание раскраски по теме.
30	«Семейные обязанности»	1	Беседа о понятии «обязанность». Игровые ситуации. Просмотр и обсуждение сюжетных картинок.
31	«Семейные обязанности»	1	
32	«Уборка стола, мытье посуды»	1	Наблюдение, повтор действий. Уборка со стола, мытье и раскладывание посуды.
33	«Столовые приборы»	1	Просмотр и обсуждение картинок «столовые приборы». Наблюдение и повтор действий. Игровые ситуации.
34	«Сервировка стола»	1	Игровые ситуации. Наблюдение и повтор действий.
35	«Обед с куклой Машей»	1	Игровая ситуация. Наблюдение и повтор действий. Накладывание имитационной еды по тарелкам. Разливание воды по стаканам. Отрабатывание сервировки стола.
36	«Идем в гости»	1	Игровые ситуации. Наблюдение и повтор. Отрабатывание сервировки стола, накладывания пищи и разлива воды по стаканам. Разбор и исправление ошибок.
37	«Идем в гости»	1	
38	«Мое тело»	1	Двигательные, визуальные упражнения, название и показ частей тела, определение частей тела у игрушек.
39	«Как и чем мы чувствуем»	1	Восприятие окружающего мира через вкусовые раздражители (лимон, карамель, какао и т.д); Слуховые (хлопки, музыка, звуки природы и т.д.); обонятельные раздражители (знакомые запахи) Игра «волшебный мешочек»
40	«Как и чем мы чувствуем»	1	
41	«Гигиена глаз, носа. Умение пользоваться носовым платком».	1	Наблюдение, повтор. Просмотр сюжетных картинок.
42	«Здоровый образ жизни»	1	Беседа с детьми. Распределение и

43	«Здоровый образ жизни»	1	обсуждение дидактических карточек по группам. Закрепление знаний о болезнях.
44	«Вредные привычки»	1	Беседа с детьми. Распределение дидактических карточек по группам. Нахождение различий между полезными и вредными привычками.
45	«Какие разные бывают волосы»	1	Просмотр сюжетных картинок, имитационные упражнения на формирование навыка расчёсывания своих волос/волос куклы.
46	«Моем голову»	1	Имитационные упражнения на формирование навыка мытья головы. Беседа о гигиене волос.
47	«Чистота в классе»	1	Беседа о распределении обязанностей. Упражнения на формирование и закрепление навыков дежурства в классе.
48	«Что такое поддержка»	1	Упражнения на установление, поддержание и завершение контакта.
49	«Собираем и разбираем чемодан»	1	Наблюдение, повтор. Складывание вещей в чемодан, распаковка чемодана. Складывание одежды на полочку, развешивание на плечики. Наведение порядка в своих вещах.
50	«Какие разные пуговицы»	1	Игровые упражнения на закрепление навыков. Завязывание шнурков, застегивание пуговиц (липучек, кнопок. Сортировка пуговиц по категориям (размер, цвет, форма)
51	«Какие разные пуговицы»	1	
52	«Ухаживаем за одеждой и обувью»	1	Практические упражнения на закрепление ранее полученных навыков. Повторение действий учителя. Протирание и чистка обуви. Удаление пыли с одежды при помощи роллера.
53	«Ухаживаем за одеждой и обувью»	1	
54	«Мама, папа, я – дружная семья!»	1	Рассматривание сюжетных картинок. Беседа о членах семьи. Игровые ситуации. Составление рассказа о себе и своей семье. Рассказ о своей семье при помощи сюжетных картинок. (Соотношение членов семьи с фотографией).
55	«Мама, папа, я – дружная семья!»	1	
56	«Разговор со взрослыми»	1	Игровые ситуации. Беседа о правильном поведении в семье. Игровые упражнения на создание благоприятной атмосферы в семье.
57		1	
58	«Традиции»	1	Беседа о семейных в разных странах традициях. Игровые ситуации.
59	«Традиции»	1	

			Соотношение традиций разных стран со своей семьей.
60	«Кто что делает в доме?»	1	Закрепление понятия «обязанность». Игровые ситуации. Просмотр и обсуждение сюжетных картинок.
61	«Кто что делает в доме?»	1	
62	«Столовая и кухонная посуда»	1	Игровые ситуации. Просматривание предметных картинок. Проигрывание дидактических игр.
63	«Столовая посуда»	1	Просматривание предметных картинок. Классификация предметных картинок на группы. Раскрашивание заготовки.
64	«Кухонная посуда»	1	Просматривание предметных картинок. Классификация предметных картинок на группы. Определение назначения посуды.
65	«Кухонная посуда»	1	
66	«Обед с куклой Машей»	1	Игровая ситуация. Наблюдение и повтор действий. Накладывание имитационной еды по тарелкам. Разливание воды по стаканам. Отработка сервировки стола
67	«Обед с куклой Машей»	1	
68	«Приглашаем гостей»	1	Наблюдение, повтор действий, проигрывание ситуаций «приглашаем гостей».