

Приложение к АООП  
обучающихся с умеренной, тяжелой,  
глубокой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями),  
(Вариант 2);  
Утверждено  
Приказом директора  
ГКОУКО «Обнинская  
школа - интернат «Нажежда»  
от 28.08.2024г. №35

копия

**Рабочей программы учебного предмета**

**«Человек»**

**1 дополнительный класс**

## 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), утверждена приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026 .

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Человек» в 1 классе рассчитана на 33 учебные недели и составляет 66 часов в год (2 часа в неделю).

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений о себе. **Актуальность** заключается в формировании личности ребенка 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.

**Целью обучения** предмета является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

На уроках «Человек» используются следующие **методы**:

- Объяснительно-иллюстративный или информационно-рецептивный;
- Репродуктивный;
- Беседа;
- Наблюдение;
- Работа с книгой;
- Упражнение;
- Практическая работа;
- ИКТ.

Методы распределяются на методы преподавания и соответствующие им методы учения:

- Информационно-обобщающий (учитель) / исполнительский (ученик);
- Объяснительный / репродуктивный
- Инструктивный / практический
- Объяснительно-побуждающий / поисковый.

**Формы**:

- Предметный урок;
- Индивидуальная работа;

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Человек» ставит следующие **задачи**:

- формирование представлений о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- развитие умений решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- развитие умений поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

- формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье.

Учебный курс предусматривает следующую **структуру**:

- Представления о себе.
- Моя семья
- Гигиена тела.
- Одежда и обувь
- Прием пищи.

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **предметные результаты обучения:**

- иметь представления о собственном теле;
- относить себя к определенному полу;
- уметь определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- уметь сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, свои интересы, хобби и др.;
- уметь соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой);
- иметь представления о членах семьи, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.
- узнавать одежду, обувь.
- 
- уметь расстёгивать и застёгивать одежду, завязывать шнурки, знать последовательность одевания и раздевания.
- различать изнаночную сторону одежды.

#### **личностные результаты обучения.**

- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

**Мониторинг** результатов обучения проводится не реже одного раза в полугодие. В ходе мониторинга специалисты образовательной организации оценивают уровень сформированности представлений, действий/операций, внесенных в СИПР. Например: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; представление: «узнает

объект», «не всегда узнает объект» (ситуативно), «не узнает объект». Итоговые результаты образования за оцениваемый период оформляются описательно в дневниках наблюдения и в форме характеристики за учебный год. На основе итоговой характеристики составляется СИПР на следующий учебный период.

Результаты мониторинга указаны в таблице.

### Содержание учебного предмета

В программе предмета выделяются **разделы:**

#### **Представления о себе.**

- Части тела.
- Моё здоровье: режим дня.
- Моё здоровье: личная гигиена.
- Моё здоровье: одевание по погоде.
- Организации своего свободного времени.
- Сообщение о состоянии своего здоровья.
- Называние своего возраста.
- Рассказ о себе с помощью речи, жестов и пиктограмм.
- Рассказ о себе с помощью речи и жестов.
- Закрепление пройденного материала.
- Знание возрастных изменений человека.

#### **Моя семья**

- Определение своей социальной роли в семье.
- Различение социальных ролей членов семьи.
- Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.
- Закрепление пройденного материала.

#### **Гигиена тела**

- Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды.
- Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица
- Чистка зубов. Полоскание полости рта.

#### **Одежда и обувь**

- Различение сезонной обуви.
- Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.
- Различение сезонных головных уборов.
- Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.
- Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).
- Соблюдение последовательности действий при раздевании
- Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды
- Закрепление пройденного материала.

## Приём пищи

- Еда вилкой.
- Использование салфетки во время приема пищи.
- Повторение пройденного материала.

### Календарно-тематическое планирование.

№	тема	колич. часов	сроки	Основные элементы содержания	Практика
<b>Представления о себе.</b>					
1.	Вводное занятие	2		Актуализация знаний, умений и навыков, через игру.	Актуализация знаний, умений и навыков.
2.	Я и моё имя	2		Идентификация себя со своим именем своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; через просмотр демонстрационного материала, игровые и практические упражнения.	Идентификация себя со своим именем, своим изображением, отражением.
3.	Распознавание половой принадлежности по внешним признакам, одежде.	2		Идентификация половой принадлежности по внешним признакам, через дидактические игровые упражнения	Идентификация половой принадлежности.
4.	Части тела: туловище, руки.	2		Формирование умения различать и называть части тела: туловище (шея, спина, живот). Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: туловище (шея, спина, живот).
5.	Части тела: руки, ноги.	2		Формирование умения различать и называть части тела: ноги. Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную и конструктивную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: ноги.
6.	Части тела: пальцы.	2		Формирование умения различать и называть части тела: пальцы. Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: пальцы.
7.	Дорисовывание частей тела человека	2		Дорисовывание частей тела человека по подражанию, по трафарету.	Дорисовывание частей тела человека по подражанию, по трафарету.
8.	Личная гигиена: уход за телом.	2		Формирование умения ухаживать за своим телом, через просмотр видео материалов, практических упражнений	Формирование умения ухаживать за своим телом.

9.	Закрепление пройденного материала	2		Идентификация себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; со своей половой принадлежностью (как мальчика или девочки), закрепление представлений о частях тела человека. Через игровую и изобразительную деятельность.	Идентификация себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; со своей половой принадлежностью, закрепление представлений о частях тела человека.
10.	Лицо человека: глаза, нос.	2		Формирование умения различать и называть части лица (глаза, ресницы, брови, нос, ноздри, рот, губы, щёки, лоб, подбородок). Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную деятельность.	Формирование умения различать и называть части лица.
11.	Лицо человека: щёки, лоб, подбородок.	2			
12.	Мои эмоции: радость – грусть, восторг.	2		Формирование умения различать и называть, распознавать своё эмоциональное состояние и других. Через просмотр демонстрационного материала, игровые упражнения.	Формирование умения различать и называть, распознавать своё эмоциональное состояние и других.
13.	Мои эмоции: удивление.	2		Формирование умения различать и называть, распознавать своё эмоциональное состояние и других.	Формирование умения различать и
14.	Закрепление пройденного материала.	2		Закрепление знаний о частях лица, об эмоциях человека, через игровые упражнения.	Закрепление знаний о частях лица, об эмоциях человека.
15.	Мои эмоции: страх	2		Формирование умения различать и называть, распознавать своё эмоциональное состояние и других. Через просмотр демонстрационного материала, игровые действия, упражнения.	Формирование умения различать и называть, распознавать своё эмоциональное состояние и других.
16.	Моё – чужое.	2		Формирование умение определять «моё» и «не моё», через игру, практические упражнения.	Формирование умение определять «моё» и «не моё».
17.	Моё здоровье: режим дня.	2		Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья.
18.	Моё здоровье: личная гигиена.	2		Осознание важности соблюдения личной гигиены для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности соблюдения личной гигиены для здоровья
19.	Моё здоровье: одевание по погоде.	2		Осознание важности одевания по погоде для здоровья, через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности одевания по погоде для здоровья.

20.	Моё здоровье.	2		Формирование умения распознавать свои ощущения, определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым. Через просмотр демонстрационного материала, игровых действий, практических упражнений.	Формирование умения распознавать свои ощущения, определять свое самочувствие, локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
21.	Называние своего возраста.	2		Формирование умения осознавать свой возраст, называть его, через практические игровые упражнения.	Формирование умения осознавать свой возраст, называть его.
22.	Рассказ о себе с помощью речи и жестов.	2		Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, через игру «Давай знакомиться!» Через практическую, игровую деятельность.	Формирование умения осознавать и называть своё имя, возраст, через игру «Давай знакомиться!»
23.	Рассказ о себе с помощью речи, жестов и пиктограмм.	2		Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, любимое занятие, по подражанию.	Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, любимое занятие.
24.	Закрепление пройденного материала.	2		Закрепление знаний о здоровье человека, режиме дня; умений распознавать свои эмоции, эмоции окружающих, рассказать о себе. Через игру.	Закрепление знаний о здоровье человека, режиме дня; умений распознавать свои эмоции, эмоции окружающих.
25.	Мои интересы и желания.	2		Формирование умения осознавать и выражать свои интересы, желания; представлений о занятиях в свободное время. Через просмотр демонстрационных материалов, игровые упражнения, беседу.	Формирование умения осознавать и выражать свои интересы, желания; представлений о занятиях в свободное время.
<b>Моя семья</b>					
26.	Члены моей семьи.	3		Формирование представлений о членах семьи. Через просмотр демонстрационных материалов, игру, изобразительную деятельность.	Формирование представлений о членах семьи.
27.	Моя семья: бытовая деятельность членов семьи.	3		Формирование представлений о бытовой деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Формирование представлений о бытовой деятельности членов семьи.
28.	Моя семья: досуговая деятельность членов семьи.	3		Формирование представлений о досуговой деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Формирование представлений о

					досуговой деятельности членов семьи.
29.	Моя семья: профессиональная деятельность членов семьи.	3		Представление о профессиональной деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.
30.	Закрепление пройденного материала: моя семья	3		Закрепление представлений о членах семьи, через игру.	Закрепление представлений о член Повторение пройденного материала ах семьи.
31.	Итоговое занятие	1		Повторение пройденного материала, через игру.	

### 7. Учебно-методическое обеспечение

- Адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2);
- Комплект рабочих тетрадей - Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. «Я - говорю!». Комплект предназначен для работы с детьми, имеющими тяжелые нарушения в интеллектуальной деятельности.
- «Я и окружающий мир» - пособие для детей с особенностями психофизического развития, авторы: Т.В. Демьяненко, Ю.Н. Кислякова, И.Ю. Оглоблина.

### 8. Материально-техническое обеспечение

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, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. Компьютер.