

казённое общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Нижневартовская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1»

РАССМОТРЕНО
на методическом объединении
учителей-предметников

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора
по УР Кондратенко Е.А.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора школы
от «31» августа 2023 г. № 450

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ
по учебному предмету «Человек»
(вариант 2 ФГОС образования обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями))

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат
f381b2b67681d4a4a058c6c6ce6653cd1e56615
Владелец: [Елфимова Ольга Васильевна]

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» адресована обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), получающим нецензовое образование. Программа разработана в соответствии федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2015 г., регистрационный № 35850) и федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026.

Цель обучения предмету «Человек» направлено на формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Важнейшими **задачами** образования в начальной школе являются: *формирование предметных и универсальных способов действий*, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; *развитие умения учиться* - способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; создание психолого-педагогических условий для *индивидуального прогресса* в основных сферах личностного развития - эмоциональной, познавательной, в сфере саморегуляции с опорой на систему базовых культурных ценностей российского общества.

Основные задачи решаются в процессе обучения всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику. 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.

2.Общая характеристика предмета

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, отнесение себя к определенному полу, 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.

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 «Семья» предполагает представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

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 младшего и подросткового возраста.

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».

Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать 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 обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытью всего тела.

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. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно-практической деятельности. Каждый из разделов способствует систематизации и расширению представлений детей о предметах и явлениях природы, общественной жизни, развитие интереса к их познанию, формированию бережного отношения к богатствам природы и общества, навыков экологического и нравственного поведения в природной и социальной среде.

В курсе раскрываются доступные пониманию учащихся взаимосвязи, существующие в природе и общественной жизни. Человек, природа и общество рассматриваются в их неразрывном, органичном единстве. Ребенок в этом возрасте - первооткрыватель мира, и его интересует все. Целостный образ окружающего формируется через «мозаику» его компонентов в процессе поиска ответов на детские вопросы: что? кто? как? откуда? куда? где? когда? почему? зачем?..

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета «Человек» в 5 классе отводится 3 ч в неделю.

Сетка часов по предмету «Человек»

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
часов	часов	часов	часов
ИТОГО 102 часа			

4.Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

Цель изучения курса «Человек» - формирование целостной картины мира и осознание места в нем человека на основе единства рационально-научного познания и эмоционально-ценностного осмысления ребенком личного опыта общения с людьми, обществом и природой.

Значение курса «Человек» состоит в том, что в ходе его изучения школьники овладевают основами практико-ориентированных знаний о человеке, природе и обществе, учатся осмысливать причинно-следственные связи в окружающем мире. Курс учит соблюдать правила поведения в мире природы и людей, соблюдать правила здорового образа жизни. Это позволит учащимся освоить основы адекватного поведения в окружающей природной и социальной среде. Поэтому данный курс играет наряду с другими предметами начальной школы значительную роль в развитии и воспитании личности.

Предмет «Человек» помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к миру природы и культуры в их единстве.

5. Планируемые результаты учебного курса.

Формирование первоначальных представлений о себе (о своем теле; возрасте, поле...), своих физических возможностях и возможностях сверстников и других людей. Умение называть себя в доступной форме, соотносить свою внешность с фотографией, отражением в зеркале; найти себя на семейном или коллективном снимке.

Отнесение себя к определенному полу. Умение различать свои вещи среди других («моё» и «не моё»), соотносить со своим полом, внешностью, ростом.

Умение с помощью невербальных и вербальных (устная, письменная, тактильная речь) средств сообщить о своем здоровье, о недомогании, болезни, своих потребностях, попросить помощи.

Понимание значений слов и фраз, обозначающих части тела, инструкций, связанных с процессами самообслуживания. Умение сообщать сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, любимые занятия и др. *Формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье, обязанностях членов семьи и ребенка.*

Наличие представлений о составе семье, обязанностях членов семьи, о своих обязанностях. Осознание необходимости помощи старшим в семье. Понимание основ безопасности собственной жизнедеятельности, безопасно-го поведения в быту. Усвоение элементарных норм взаимодействия и этикета, обогащение практики эмоционального взаимодействия и сопереживания.

Развитие интереса к достижениям в учёбе, к собственным увлечениям, поиску друзей, организации личного пространства и времени (учебного и свободного).

Наличие интереса к друзьям, участию в коллективных играх, мероприятиях, занятиях. Умение выразить свои интересы, любимые занятия. Наличие интереса к достижениям в учёбе, овладении новыми умениями, к собственным увлечениям, организации личного времени.

1) *Представления о мире, созданном руками человека* Интерес к объектам, созданным человеком. Представления о доме, школе, о расположенных в них и рядом объектах (мебель, оборудование, одежда, посуда, игровая площадка, и др.), о транспорте и т.д. Умение соблюдать элементарные правила безопасности поведения в доме, на улице, в транспорте, в общественных местах.

2) *Представления об окружающих людях: овладение первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей.* Представления о деятельности и профессиях людей, окружающих ребенка (учитель, повар, врач, водитель и т.д.)

Представления о социальных ролях людей (пассажир, пешеход, покупатель и т.д.), правилах поведения согласно социальным ролям в различных ситуациях. Опыт конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками. Умение соблюдать правила поведения на уроках и во внеурочной деятельности, взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, выбирая адекватную дистанцию и формы контакта, соответствующие возрасту и полу ребенка.

Развитие межличностных и групповых отношений. Представление о дружбе, товарищах, сверстниках. Умение находить друзей на основе личностных симпатий. Умение строить отношения на основе поддержки и взаимопомощи, умение сопереживать, сочувствовать, проявлять внимание. Умение взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой, других видах доступной деятельности. Умение организовывать свободное время с учетом своих и совместных интересов. 4) *Накопление положительного опыта сотрудничества и участия в общественной жизни.* Представление о праздниках, праздничных мероприятиях, их содержании, участие в них. Использование простейших эстетических ориентиров/эталонов о внешнем виде, на праздниках, в хозяйственно-бытовой деятельности. Умение соблюдать традиции семейных, школьных, государственных праздников.

Личностные результаты.

- Рефлексивную самооценку, умение анализировать свои действия и управлять ими.
- Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

- Установку на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, к работе на результат.
- Уважительное отношение к семейным ценностям, бережное отношение к окружающему миру.
- Целостное восприятие окружающего мира.
- Развитую мотивацию учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий, творческий подход к выполнению заданий.

Предметные результаты.

Изучение окружающего социального мира в начальной школе направлено на достижение следующих целей:

развитие умений наблюдать, анализировать, обобщать, характеризовать объекты окружающего мира.

освоение знаний об окружающем мире, единстве и различиях природного и социального; о человеке и его месте в природе и в обществе;

воспитание позитивного эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру; экологической культуры, сохранять и укреплять здоровье.

осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

освоение доступных способов изучения природы и общества **развитие** навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире.

6. Содержание учебного предмета.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Прием пищи», «Чистка зубов».

Образовательные задачи раздела «Представления о себе» направлены на формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о двигательных возможностях, о правилах здорового образа жизни (режим дня, прогулка, гигиена, занятия физической культурой), полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений: умываться, 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.

Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.

Знакомство с собственным телом, его частями. Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина. Голова. Лицо. Части лица. Обнаружение частей своего тела. Игра с собственным телом.

Прием пищи. Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Знакомство с посудой и приборами. Связь пища-тарелка-ложка. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Поведение за столом.

Умывание. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.

Чистка зубов. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно.

Раздел «Семья» включает задачи по формированию представлений о членах семьи, о родственных отношениях в семье. Представление о бытовой досуговой деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

Раздел «Знакомство с профессиями» включает задачи по формированию представлений о профессиях людей. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

Базовый уровень:

Восприятие своего тела и своих действий во времени: формирование осознания реакции на стимул, последовательности двух и более событий (стало холодно – оденем кофту, сначала моем руки, а потом едим и т.д.)

Знание своего имени и умение давать отклик на имя доступным способом.

Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя.

Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой).

Формирование знаний частей тела и их показ на себе, на другом, на игрушке.

Гигиена тела. Обучение использованию гигиенических принадлежностей – расчески, салфетки, мыла, полотенца.

7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№	Тема	Количество часов	Дата		Характеристика деятельности обучающихся
Представление о себе 15ч.					
1-4	Строение тела человека. Голова, руки, ноги. Спина, живот.	4			Уметь показывать на себе (кукле) названную часть тела; - Это голова куклы Подними кукле руки... Вот моя нога... Продолжать фразу: Вот у меня. Вот у куклы. Уметь показывать на себе названную часть тела.
5-7	Моё лицо. Части лица.	3			«Лицо мамы...лицо папы... «У мамы длинные волосы...» Развитие активной речи учащихся
8-9	Мои волосы.	2			Продолжать фразу: «Вот у мамы... «Вот у папы...
10-13	Глаза. Бережём глаза.	4			Уметь показывать на себе названную часть лица. Рисовать лицо брата (сестры) Вот у меня...вот у ... Игра с зеркалом- моё лицо
14-16	Физические возможности	3			Уметь показывать на себе названную часть лица. Рисовать глаза (мамы или папы)
17-19	Полезные и вредные привычки (ЗОЖ)	3			Игра с зеркалом - моё лицо
20-22	Возрастные изменения	3			Уметь показывать на себе названную часть лица. Рисовать лицо (Мама или папы)
23-25	Различение по половому признаку	3			Игра с зеркалом - моё лицо Развитие активной речи учащихся Развитие активной речи учащихся Исследование лица, значение глаз, носа, рта. Находить, называть на фотографии и у себя. Находить, называть на фотографии и у себя.
Семья 10ч.					
26-29	Состав семьи.	4			Формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье, обязанностях членов семьи и ребенка. Наличие представлений о составе семье, обязанностях членов семьи, о своих обязанностях. Осознание необходимости помощи старшим в семье.
30-34	Имя и отчество взрослых членов семьи.	5			Понимание основ безопасности собственной жизнедеятельности, безопасного поведения в быту.
35-37	Заботливое отношение к членам семьи, выполнение посильных поручений в семье, совместные игры	3			Умение сообщать сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, любимые занятия и др. Усвоение элементарных норм взаимодействия и этикета, обогащение практики эмоционального взаимодействия и сопереживания.
Знакомство с профессиями 12ч.					

38-41	Знакомство с профессией машинист.	4			Игра «Школа», «Стройка», «Транспорт». Наличие представлений о профессиях. Знать названия профессий. Соотносить таблички с названием профессий к картинкам Составление предложений. Ответы на вопросы. Наличие представлений о профессиях членов семьи.
42-45	Знакомство с профессией учитель.	4			
46-49	Знакомство с профессией кондуктор.	4			
50-54	Профессии членов семьи	5			
55	Обобщающий урок по теме профессии	1			
Гигиена тела. Элементарные правила личной гигиены 12ч.					
56-60	Чистота рук - залог здоровья. Как правильно мыть руки.	5			Различение вентилях 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.. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).
61-65	Уход за телом. Как принять душ.	5			
66-69	Волосы. Правила ухода за волосами.	4			
Виды одежды и обуви, головных уборов, их назначение и соответствие времени года.12ч					
70-76	Одежда. Виды одежды Одежда для мальчика и девочки. (Школьная, домашняя, верхняя). Различение лицевой и изнаночной стороны одежды.	7			Умение ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании
77-79	Последовательность одевания одежды. Упражнение в одевании. Застегивание пуговиц. Застегивание замка.	3			комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). 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

80-85	Обувь. Различение обуви на правую и левую ноги. Упражнение в обувании. Упражнение в шнуровке.	5			
86-88	Упражнение в застегивании металлической пряжки, липучки на обуви.	3			
89-92	Головные уборы. Виды головных уборов по сезонам.	4			
93-96	Одежда. Обувь. Головные уборы. Обобщающий урок.	4			
100-102	Повторение	3			

(сапога, тапка). Выворачивание одежды. Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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 при раздевании (например: верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).