

Департамент образования администрации Нижнеилимского муниципального района
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная средняя школа им. М.К. Янгеля п. Березняки»

Утверждаю:
ДИРЕКТОР МОУ «ОСШ им.
М.К.Янгеля п.Березняки»
Е.В.Рогачева

Приказ № 151
от «31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ЧЕЛОВЕК
для обучающихся по АООП ОУ
(вариант 2)

5-8 КЛАСС

п. Березняки
2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету "Человек" предметной области "Окружающий мир" включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по предмету, тематическое планирование.

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.

Цель обучения – овладение социально-бытовыми умениями, используемые в повседневной жизни.

Основные задачи реализации содержания:

- 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;
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- 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, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с 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.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир». С обучающимися, нуждающимися в дополнительной индивидуальной работе, осуществляются коррекционно-развивающие занятия, где также формируются коммуникативные навыки, в том числе с использованием технологий по альтернативной коммуникации.

Место учебного предмета «Человек» в учебном плане в соответствии с годовым учебным планом образования для обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (2 вариант) предоставлено в следующей таблице:

| класс | Количество учебных недель | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
|---------|---------------------------|---------------------------|------------------------|
| 5 класс | 34 | 2 часа | 68 часа |
| 6 класс | 34 | 1 часа | 34 часа |
| 7 класс | 34 | 1 часа | 34 часа |
| 8 класс | 34 | 1 часа | 34 часа |
| Всего: | | | 170 часов |

Содержание предмета

Программа построена на основе следующих разделов: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося 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.

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. 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 обучающегося 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 проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. 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.

I. "Представления о себе"

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. Знание возрастных изменений человека.

II. "Гигиена тела"

Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Различение вентилей с горячей и холодной водой. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Очищение носового хода. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей. 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. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

III. "Обращение с одеждой и обувью".

Соблюдение последовательности действий при раздевании, одевании, обувании обуви и снятие. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды. Выбор одежды, обуви, головных уборов для прогулки в зависимости от погодных условий. Выбор одежды, обуви в зависимости от предстоящего мероприятия. Контроль своего внешнего вида.

IV. "Туалет".

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), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

V. "Прием пищи".

Питье из кружки (стакана). Наливание жидкости в кружку (стакан). Еда ложкой/вилкой.

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.

VI. "Семья".

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.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, продолжается дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела и др.) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Для реализации программы по предмету «Человек» материально-техническое обеспечение включает: специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках; тренажеры для обучения обращению с

одеждой и обувью; насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями ОДА, подъемно-передвижное оборудование для обучающихся с нарушениями ОДА. 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. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др.

Планируемые результаты

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Ожидаемые личностные результаты:

- формирование социально-значимых навыков и жизненных компетенций;
- осмысление своего социального окружения и освоение соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей;
- осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации.

Предметные результаты:

1. Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Представление о собственном теле.
- 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, интересы.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

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 определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- 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, взаимоотношениях в семье.*

- Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

5 класс

| Раздел | Виды учебной деятельности | Количество часов |
|--------------------------------------|--|------------------|
| Представления о себе. | Просмотр видеороликов, мультфильмов, демонстрирующих идентичность девочки и мальчика, правилам ухода за частями тела. Рассмотрение муляжей, предметных картинок, иллюстраций. Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других. Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Выполнение практических работ. Раскрашивание картинок. | 25 |
| Гигиена тела. | Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилам ухода за телом. Прослушивание стихов (А.Барто, К.Чуковский) о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Проведение практических работ. Раскрашивание картинок. | 12 |
| Обращение с одеждой и обувью. | Просмотр видеороликов, мультфильмов, презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью. Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок, физкультминуток. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Раскрашивание картинок. Составление памяток. Проведение практических работ. | 6 |

| | | |
|---------------|---|-----------|
| Туалет | <p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Проведение практических работ.</p> | 15 |
| Семья. | <p>Просмотр мультфильмов о семье («Три кота», «Простоквашино»).</p> <p>Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p> | 10 |
| Итого: | | 68 |

6 класс

| Раздел | Виды учебной деятельности | Количество часов |
|------------------------------|--|-------------------------|
| Представления о себе. | <p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, демонстрирующих идентичность девочки и мальчика, правилам ухода за частями тела.</p> <p>Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> <p>Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Выполнение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок.</p> | 8 |
| Гигиена тела. | <p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилам ухода за телом.</p> <p>Прослушивание стихов (А.Барто, К.Чуковский) о соблюдении чистоты.</p> <p>Заучивание потешек, считалок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> | 10 |

| | | |
|--------------------------------------|--|-----------|
| | <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Проведение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок</p> | |
| Обращение с одеждой и обувью. | <p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты.</p> <p>Заучивание потешек, считалок, физкультминуток.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Составление памяток. Проведение практических работ.</p> | 5 |
| Туалет | <p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Проведение практических работ.</p> | 5 |
| Семья. | <p>Просмотр мультфильмов о семье.</p> <p>Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p> | 6 |
| Итого: | | 34 |

7 класс

| Раздел | Виды учебной деятельности | Количество часов |
|------------------------------|---|-------------------------|
| Представления о себе. | <p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, демонстрирующих идентичность девочки и мальчика, правилам ухода за частями тела.</p> <p>Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> | 8 |

| | | |
|--------------------------------------|--|-----------|
| | <p>Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других. Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Выполнение практических работ. Раскрашивание картинок.</p> | |
| Гигиена тела. | <p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилам ухода за телом. Прослушивание стихов (А.Барто, К.Чуковский) о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Проведение практических работ. Раскрашивание картинок.</p> | 10 |
| Обращение с одеждой и обувью. | <p>Беседы, просмотр презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью. Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок, физкультминуток. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Раскрашивание картинок. Составление памяток. Проведение практических работ.</p> | 5 |
| Туалет | <p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени. Выбор соответствующих картинок из массы других. Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Раскрашивание картинок. Проведение практических работ.</p> | 5 |
| Семья. | <p>Просмотр мультфильмов о семье. Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> | 6 |

| | | |
|---------------|---|-----------|
| | <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p> | |
| Итого: | | 34 |

8 класс

| Раздел | Виды учебной деятельности | Количество часов |
|--------------------------------------|---|-------------------------|
| Представления о себе. | <p>Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> <p>Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Выполнение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок.</p> | 8 |
| Гигиена тела. | <p>Беседы о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за телом.</p> <p>Прослушивание стихов о соблюдении чистоты.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Проведение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок.</p> | 10 |
| Обращение с одеждой и обувью. | <p>Беседы, просмотр презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты.</p> <p>Заучивание потешек, считалок, физкультминуток.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Составление памяток. Проведение практических работ</p> | 5 |
| Туалет | <p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени.</p> | 5 |

| | | |
|---------------|---|-----------|
| | <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Проведение практических работ.</p> | |
| Семья. | <p>Просмотр мультфильмов о семье.</p> <p>Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p> | 6 |
| Итого: | | 34 |