

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Иркутской области**

**МКУ «Комитет по образованию администрации МО «Заларинский район»**

**МБОУ Мойганская СОШ**

**СОГЛАСОВАНО**

/\_\_\_\_\_/

**Зам. директора по УВР Толстышева Т. Ю.**

**УТВЕРЖДЕНО**

/\_\_\_\_\_/

**Директор Пятков А.А.**

## **Программа учебного предмета Человек**

**по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)**

**8 класс (основное общее образование)**

Составила: Широколобова Алена Игоревна

Учитель

Мойган 2023

## **Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа по курсу «Человек» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе нормативно-правовых документов:

1. Приказ министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

2. Адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ С(К)ОШИ с. Покровка Новосергиевского района

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей.

### **Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:**

- формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.
- осознание общности и различий с другими людьми;
- развитие способности выражать свои потребности социально-приемлемыми способами вербально или используя средства альтернативной коммуникации.

### **Задачи:**

- формировать представления о возрастных изменениях человека;

- формировать умение жить по режиму дня;
- 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 обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

#### **Личностные результаты освоения учебного предмета:**

Программа направлена на то, чтобы каждый ученик, как субъект учебно–познавательной деятельности, мог проявить свои личностные качества:

- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- обозначать свое понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

#### **Предметные результаты освоения учебного предмета:**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

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.
- Овладение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;

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.

## **Планируемые результаты освоения предмета.**

*Личностные результаты* освоения образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

*Предметные результаты* освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

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.

### **Содержание учебного предмета.**

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Одевание и раздевание», «Семья», «Безопасное поведение».

#### ***Представления о себе - 8 часов***

Мальчик и девочка. Возрастные группы (малыш, школьник, молодой человек, взрослый, пожилой).

Строение тела человека (голова, туловище, ноги и руки (конечности). Ориентировка в схеме тела на картинке и на себе. Голова, лицо: глаза, нос, рот, уши. Покровы тела: кожа, ногти, волосы. Первичное ознакомление с внутренним строением тела человека (внутренние органы). Органы чувств человека (глаза, уши, нос, язык, кожа). Значение в жизни человека (ознакомление с жизнью вокруг, получение новых впечатлений).

#### ***Гигиена тела – 8 часов***

Гигиена кожи, ногтей, волос (мытьё, расчесывание, обстригание). Зубы. Гигиена полости рта (чистка зубов, полоскание). Гигиена рук (мытьё). Гигиена органов чувств. Бережное отношение к себе, соблюдение правил охраны органов чувств. Соблюдение режима работы и отдыха.

Здоровый образ жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка), гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба). Режим сна, работы. Личная гигиена (умывание, прием ванной), прогулки и занятия спортом .

#### ***Одевание и раздевание – 4 часа***

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, панамы, платок). 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).

#### ***Семья – 6 часов***

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. Семейные праздники и традиции. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

#### ***Безопасное поведение – 8 часов***

Профилактика простуд: закаливание, одевание по погоде, проветривание помещений, предупреждение появления сквозняков. Поведение во время простудной и инфекционной болезни.

Простейшие действия при получении травмы: обращение за помощью к учителю, элементарное описание ситуации приведшей к травме и своего состояния (что и где болит). Поведение при оказании медицинской помощи.

Правила поведения человека при контакте с домашним животным. Правила поведения человека с диким животным в зоопарке, в природе.

Правила поведения в лесу, на воде, в грозу. Предупреждение отравления ядовитыми грибами, ягодами. Признаки. Вызов скорой помощи по телефону. Описание состояния больного.

Правила поведения с незнакомыми людьми, в незнакомом месте.

Правила поведения на улице. Движения по улице группой. Изучение ПДД: сигналы светофора, пешеходный переход, правила нахождения ребенка на улице (сопровождение взрослым, движение по тротуару, переход улицы по пешеходному переходу). Правила безопасного поведения в общественном транспорте.

Правила обращения с горячей водой (в кране, в чайнике), электричеством, газом (на кухне).

Телефоны первой помощи. Звонок по телефону экстренных служб.

Промежуточная аттестация –тестовая работа.

### Календарно-тематическое планирование.

| № | Дата | Изучаемый раздел/подраздел  | Тема урока  | Используемые на уроке виды учебной деятельности.   | Результаты  | Задание для домашней работы |
|---|------|-----------------------------|---|--|---|-----------------------------|
| 1 |      | <b>Представления о себе</b> | Мальчик и девочка. Возрастные группы (малыш, школьник, молодой человек, взрослый, пожилой). | Слушание учителя. Беседа. Ответы на вопросы. Выполнение действий по образцу и подражанию | Отнесение себя к определенному полу.                    |                             |
| 2 |      |                             | Строение тела человека. Голова, лицо: глаза, нос, рот, уши.                                 | Слушание учителя. Беседа. Ответы на вопросы. Выполнение действий по                      | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на |                             |

|   |  |  |   |  |  |  |
|---|--|--|---|--|--|--|
|   |  |  |   | образцу и подражанию   | фотографии,<br>отражением в<br>зеркале                                     |  |
| 3 |  |  | Строение тела человека. Ноги и руки (конечности).   | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Соотнесение себя со своим изображением на фотографии, отражением в зеркале |  |
| 4 |  |  | Строение тела человека. Туловище.   | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Знания о строении тела   |  |
| 5 |  |  | Строение тела человека.<br>Ориентировка в схеме тела на картинке и на себе.                     | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Умение ориентироваться в схеме тела на себе                                |  |
| 6 |  |  | Покровы тела: кожа, ногти, волосы.  | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Знание о покровах тела   |  |
| 7 |  |  | Первичное ознакомление с внутренним строением тела человека (внутренние органы).                | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы   | Знание о внутренних органах  |  |
| 8 |  |  | Органы чувств человека (глаза, уши, нос, язык, кожа). Значение в жизни человека (ознакомление с | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Знание о своих органах чувств  |  |



|    |  |                     |   |  |  |  |
|----|--|---------------------|---|--|--|--|
|    |  |                     | жизнью вокруг, получение новых впечатлений).                        |  |  |  |
| 9  |  | <b>Семья</b>        | Семья. Члены семьи. Дети и взрослые.                                | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы   | Понятие о семье  |  |
| 10 |  |                     | Социальные роли в семье. Определение своей социальной роли в семье. | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Определение социальной роли в семье                        |  |
| 11 |  |                     | Бытовая и досуговая деятельность членов семьи.                      | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Осознание значения пребывания в своей семье                |  |
| 12 |  |                     | Семейные праздники и традиции.                                      | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Понимание семейных традиций                                |  |
| 13 |  |                     | Профессии членов семьи  | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Определение профессий членов своей семьи                   |  |
| 14 |  |                     | Рассказ о своей семье.  | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Навык составления рассказа.<br>Представление о своей семье |  |
| 15 |  | <b>Гигиена тела</b> | Гигиена кожи, ногтей, волос (мытьё, расчесывание, обстригание).     | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Гигиенические навыки                                       |  |
| 16 |  |                     | Зубы. Гигиена полости рта (чистка зубов,                            | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Навык чистки зубов   |  |

|    |  |                              |  |  |  |  |
|----|--|------------------------------|--|--|--|--|
|    |  |                              | полоскание).   | Выполнение действий по образцу и подражанию  |  |  |
| 17 |  |                              | Гигиена рук (мытьё).   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Навык мытья рук                                |  |
| 18 |  |                              | Гигиена органов чувств. Бережное отношение к себе, соблюдение правил охраны органов чувств.                    | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Навык ухода за органами чувств                 |  |
| 19 |  |                              | Здоровый образ жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка).                                       | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Понятие ЗОЖ                                    |  |
| 20 |  |                              | Гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба). | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. Выполнение действий по образцу и подражанию | Представление о гигиене питания                |  |
| 21 |  |                              | Режим сна, работы. Прогулки и занятия спортом .  | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Понятие режима                                 |  |
| 22 |  |                              | Соблюдение режима работы и отдыха.   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Понимание нужности чередования работы и отдыха |  |
| 23 |  | <b>Одевание и раздевание</b> | <b>(4 часа)</b><br>Назначение предметов одежды. Назначение деталей предметов                                   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. Выполнение действий по образцу и подражанию | Развитие мелкой моторики                       |  |

|    |  |  |   |  |                              |  |
|----|--|--|---|--|------------------------------|--|
|    |  |  | одежды (пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты).   |  |                              |  |
| 24 |  |  | Предметы обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Назначение видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы  | Знания об обуви              |  |
| 25 |  |  | Головные уборы (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов).                                     | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. | Понятие головной убор        |  |
| 26 |  |  | Видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. | Представление о видах одежды |  |

|    |  |                             |  |  |                                    |  |
|----|--|-----------------------------|--|--|------------------------------------|--|
| 27 |  | <b>Безопасное поведение</b> | Профилактика простуд: закаливание, одевание по погоде, проветривание помещений, предупреждение появления сквозняков. Поведение во время простудной и инфекционной болезни.   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. Выполнение действий по образцу и подражанию | Навык профилактики простуд         |  |
| 28 |  |                             | Правила поведения на улице. Изучение ПДД: сигналы светофора, пешеходный переход, правила нахождения ребенка на улице (сопровождение взрослым, движение по тротуару, переход улицы по пешеходному переходу). Правила безопасного поведения в общественном транспорте. | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Освоение правил поведения на улице |  |
| 29 |  |                             | Простейшие действия при получении травмы. Поведение при оказании медицинской помощи.   | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы. Выполнение действий по образцу и подражанию | Действия при травме                |  |
| 30 |  |                             | Правила поведения человека при контакте  | Слушание учителя. Беседа .Ответы на вопросы.   | Представление о правилах общения с |  |

|    |  |  |   |  |   |  |
|----|--|--|---|--|---|--|
|    |  |  | с домашним животным.<br>Правила поведения человека с диким животным в зоопарке, в природе.  |  | животными                                     |  |
| 31 |  |  | Правила поведения в лесу, на воде, в грозу.<br>Предупреждение отравления ядовитыми грибами, ягодами.<br>Признаки. Вызов скорой помощи по телефону. Описание состояния больного. | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Представление о действиях в опасных ситуациях |  |
| 32 |  |  | Промежуточная аттестация .Тестовая работа   | Самостоятельная работа.  | Систематизация знаний                         |  |
| 33 |  |  | Правила поведения с незнакомыми людьми, в незнакомом месте.<br>Телефоны первой помощи. Звонок по телефону экстренных служб.   | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.<br>Выполнение действий по образцу и подражанию | Освоение правил поведения с незнакомцем       |  |
| 34 |  |  | Обобщающий урок.  | Слушание учителя. Беседа<br>.Ответы на вопросы.  | Обобщение усвоенных знаний                    |  |