

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области  
«Екатеринбургская школа № 2, реализующая адаптированные основные образовательные программы»  
620090 г. Екатеринбург, проспект Седова, 54, тел./факс (343) 366-49-24, E-mail:adaptshkola2@mail.ru

Утверждено  
приказом директора школы  
№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА**

**«Человек»**  
**8 А класс**  
(АООП вариант 2)

Екатеринбург

## Пояснительная записка

### Нормативно-правовая база

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2014 г.).
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант2) ГБОУ СО «Екатеринбургская школа №2, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».
5. Учебный план ГБОУ СО «Екатеринбургская школа №2, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».

### Характеристика курса

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.

Содержание обучения в рамках предмета "Человек" включает формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания. 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.

### Цель и задачи программы

**Цель** программы – приобщение обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к социальному миру через развитие представлений о себе.

Для реализации цели были поставлены следующие **задачи**:

- Формировать представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности;
- привитие навыков культуры поведения;
- формирование представления о своей семье, взаимоотношениях в семье;
- привитие детям навыков самостоятельности.

### **Место учебного курса «в учебном плане»**

Учебный предмет «Человек» интегрируется с различными учебными предметами и направлениями коррекционной работы и входит в обязательную образовательную область учебного плана. Количество часов по плану: 1 ч. в неделю, итого – 34 ч. за год.

## 1. Планируемые результаты освоения учебного курса

### Личностные результаты:

- Осознание себя как гражданина России;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 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.

### Предметные результаты:

#### Минимальный уровень

*Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других:*

- Умение соотнести себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Имеет представление о собственном теле.
- Относит себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания доступными способами.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол доступными средствами.

*Участие в решении каждодневных жизненных задач, связанных с удовлетворением первоочередных потребностей:*

- Умение принимать помощь взрослого.
- Эмоционально – положительно относится к гигиеническим процедурам.
- Проявляет максимально возможную самостоятельность в самообслуживании: приеме пищи и пить, пользовании туалетом, выполнении гигиенических процедур, одевании и раздевании.
- Умение производить отдельные доступные действия, операции по самообслуживанию и их последовательность.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях, боли или проблеме доступным способом.

*Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье:*

- Имеет представление о семье и её членах как близких ребёнку людям.
- Имеет представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей. социальной роли, основных занятиях членов семьи, быте и досуге семьи.

*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.

#### Достаточный уровень

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

- 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.

*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 соблюдать правила гигиены.
- Умение соблюдать правила поведения за столом.
- Умение самостоятельно принимать пищу.
- Умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.
- Умение сервировать стол и убирать со стола посуду.
- Умение подбирать одежду и обувь по сезону.
- Уметь застегивать застежку молнию, липучки, завязывать шнурки
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

*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.
- Уметь выразить (карточкой, словом, жестом) свое эмоциональное состояние.
- 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.

*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.
- Знать родственные отношения в семье (папа, мама, брат, сестра, дедушка, бабушка).
- Знать имена членов семьи, показывать их на фотографиях.

## 2. Содержание учебного курса с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

№п/п	Наименования разделов и тем учебного предмета	Формы организации учебной деятельности	Основные виды учебной деятельности
1.	<p><b>Раздел: «Представления о себе».</b></p> <p><b>Темы:</b> Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. 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.</p>	Урок, наблюдение, упражнение, практические занятия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слушание учителя</li> <li>2. Выполнение действий по подражанию.</li> <li>3. Работа с карточками-символами.</li> </ol>
2.	<p><b>Раздел: «Семья».</b></p> <p><b>Темы:</b> Узнавание (различение) детей и взрослых. 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.</p>	Урок, наблюдение, упражнение, практические занятия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слушание учителя</li> <li>2. Выполнение действий по подражанию.</li> <li>3. Работа с карточками-символами.</li> </ol>
3.	<p><b>Раздел: «Гигиена тела».</b></p> <p><b>Темы:</b> Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Мытье ушей. Чистка ушей. Гигиена интимной зоны. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).</p>	Урок, наблюдение, упражнение, практические занятия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слушание учителя</li> <li>2. Выполнение действий по подражанию.</li> <li>3. Работа с карточками-символами.</li> </ol>
4.	<p><b>Раздел: «Одевание и раздевание».</b></p> <p><b>Темы:</b> Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка,</p>	Урок, наблюдение, упражнение, практические занятия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слушание учителя</li> <li>2. Выполнение действий по подражанию.</li> <li>3. Работа с карточками-</li> </ol>

	<p>трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник). 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). Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, шнурка). Контроль своего внешнего вида. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).</p>		<p>символами.</p>
5.	<p><b>Раздел: «Прием пищи».</b></p> <p><b>Темы:</b> Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.</p>	<p>Урок, наблюдение, упражнение, практические занятия</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слушание учителя</li> <li>2. Выполнение действий по подражанию.</li> <li>3. Работа с карточками-символами.</li> </ol>

### 3. Календарно-тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов, отводимых на каждую тему
<b>I триместр – 10 часов</b>		
1.	Идентификация себя как юноши (девушки).	1
2.	Знание возрастных изменений человека.	1
3.	Сообщение сведений о себе.	1
4.	Рассказ о себе.	1
5.	Различение социальных ролей членов семьи.	1
6.	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1
7.	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1
8.	Рассказ о своей семье.	1
9.	Различение частей лица человека.	1
10.	Различение частей тела, руки, ноги.	1
<b>II триместр – 11 часов</b>		
1.	Знание строения человека (кожа).	1
2.	Знание строения человека (скелет).	1
3.	Знание строения человека (мышцы).	1
4.	Узнавание внутренних органов человека (на схеме тела).	1
5.	Различение внутренних органов человека (на схеме тела).	1
6.	Знание назначения внутренних органов.	1
7.	Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная)	1
8.	Узнавание деталей предметов одежды: пуговицы, молнии, заклепки.	1
9.	Расстегивание молнии.	1
10.	Расстегивание пуговицы.	1
11.	Застегивание молнии.	1
<b>III триместр – 13 часов</b>		
1.	Застегивание пуговицы.	1
2.	Соблюдение последовательности действий при раздевании верхней одежды (расстегивание куртки, снятие куртки).	1
3.	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.	1
4.	Выворачивание одежды.	1
5.	Различение правого, левого ботинка.	1
6.	Контроль своего внешнего вида.	1
7.	Различение вентиля с горячей и холодной водой.	1
8.	Регулирование напора струи воды.	1
9.	Смешивание воды до комфортной температуры.	1

10.	Очищение носового хода.	1
11.	Чистка зубов. Полоскание полости рта	1
12.	Расчесывание волос.	1
13.	Пользование косметическими средствами (дезодорантом, гигиенической помадой, духами).	1
<b>Итого: 34 часа.</b>		

## Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение

### 1. Материально-техническое обеспечение курса:

- Компьютер;
- аудио и видеопроигрыватель;
- разработки мультимедийных презентаций по темам;
- гигиенические средства и средства личной гигиены;
- демонстрационная одежда и ботинки со шнурками;
- салфетки;
- тарелка, ложка, кастрюля, половник.

### 2. Учебно-методическое обеспечение:

- Натуральные объекты предметов, которые предусмотрены программой;
- печатные пособия (таблицы, карточки) по разделам программы;
- предметные и сюжетные картинки по темам;
- пиктограммы для составления предложений, рассказов по плану.