



## **I. Пояснительная записка.**

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- приказа Минпросвещения России от 22 марта 2021 года №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2, (1-12 классы);
- специальной индивидуальной программы развития учащихся 6 класса;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно–эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- нормативно-методических документов Министерства просвещения Российской Федерации и региональных нормативно-правовых актов в области образования;
- Устава учреждения.

**Цель обучения** – формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

**Основные задачи** изучения предмета:

- развитие умения решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- развитие умения поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- развитие представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье.

## **2. Общая характеристика учебного предмета, с учетом особенностей освоения его освоения обучающимися.**

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.

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

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи», «Туалет».

Раздел «Представления о себе» включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, поведении. В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыть руки, различать вентили крана с холодной и горячей водой 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 «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет».

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать 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.

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.

### **3. Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Учебный предмет «Человек» относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с тяжелыми и множественными нарушениями развития.

В соответствии с недельным расписанием СИПР учащихся занятия по учебному предмету проводятся в подгрупповой форме 1 раз в неделю, всего 34 часа.

#### **4. Планируемые (возможные) личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

**Личностные результаты** освоения АООП могут включать:

1. основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
4. формирование уважительного отношения к окружающим;
5. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
6. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
9. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
10. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
11. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Предметные результаты освоения АООП:**

*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.

*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.

*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.

*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.

#### **Базовые учебные действия.**

Формирование БУД происходит в процессе всей учебной и внеурочной деятельности при изучении каждого учебного предмета, в том числе при реализации программы учебного предмета «Человек».

БУД направлены на формирование готовности у детей к овладению содержанием АООП и включает следующие задачи:

- подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию в группе обучающихся;
- формирование учебного поведения:
  - направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
  - умение выполнять инструкции педагога;
  - умение выполнять действия по образцу и по подражанию;
- формирование умения выполнять задание:
  - в течение определенного периода времени;
  - от начала до конца;
- формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом действия и т.д.

### **5. Содержание учебного предмета.**

Содержание программы направлено на формирование системных представлений обучающихся о себе и своем ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Реализация программы осуществляется путем сочетания практических, наглядных и словесных методов обучения, использования игровых приемов для формирования мотивации обучающихся к совместным играм с одноклассниками или к совместному выполнению бытовых поручений.

#### *Представления о себе.*

Умение узнавать (различать) мальчика и девочку по внешнему виду, (Соотнесение изображения мальчика с собой: у мальчика короткие волосы – у меня короткие волосы; мальчик в штанах – я в штанах и т.д.).

Игровые упражнения «Вижу – не вижу» (закрывание ладонями глаз по команде тьютора «не вижу», открывание – «вижу»), «Сели – встали» (выполнение действий по указанию тьютора «сели», «встали»).

Работа с картинками и пиктограммами «Части тела», «Части лица» и фотографией «Я» (узнавание (различение) знакомых частей тела на картинке, указание на них пальцем; соотнесение части тела на картинке с собой; установление пиктограмм (глаза, нос, рот) на свои места; узнавание своей фотографии среди других; указание на ней на свои части тела и лица)

#### *Семья.*

Игры «Кто это на фото?» (узнавание близкого взрослого на фотографии), работа с пиктограммами «Моя семья» (составление ряда – семьи с помощью пиктограмм; соотнесение слова с пиктограммой) направлены на развитие умения узнавать (различать) членов семьи на фотографиях, по голосу и среди других взрослых.

Игра «Мама и малыш» (соотнесение картинок родитель-ребенок, узнавание (различение) на картинках взрослых и детей) направлена на развитие умения различать детей и взрослых. Игра «Поможем маме» (раскладывание игрушек по местам, выбрасывание мусора в корзину, полив цветов) направлена на развитие у ребенка навыка взаимопомощи.

#### *Гигиена тела.*

Игры «Горячо – холодно» и «Водопад» направлены на развитие умения различать вентили в соответствии с температурой воды (горячая и холодная) и регулировать напор воды (делать больше/меньше). Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, сушка рук.

Игра «Умываются ребята» направлена на закрепление умения правильно выполнять последовательность действий при умывании. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, закрывание крана, вытирание лица. Расчесывание волос.

#### *Обращение с одеждой и обувью.*

Работа с картинками и пиктограммами «Одежда» (узнавание (различение) предметов одежды: куртка, шапка, свитер, кофта, футболка, майка, трусы, носки, брюки),

Игровые упражнения «Помоги одеться Мише» (одевание куклы/игрушки в соответствии с видом одежды), «Одеваюсь сам» (последовательное надевание предметов одежды в соответствии с ее назначением) направлены на развитие умения узнавать (различать) предметы одежды: куртка, шапка, свитер, кофта, футболка, майка, трусы, носки, брюки и знания их назначения.

Работа с картинками и пиктограммами «Обувь» (узнавание (различение) предметов обуви: ботинки, кроссовки, сандалии; назначения видов обуви: спортивная, домашняя, школьная). «Я умею обуваться» (снятие и надевание обуви) направлена на развитие умения узнавать (различать) предметы обуви: ботинки, кроссовки, сандалии и назначение видов обуви (спортивная, домашняя, школьная); соблюдение последовательности действий при раздевании/надевании предметов одежды и обуви.

Работа с картинками и пиктограммами «Головные уборы» (узнавание (различение) головных уборов (шапка, кепка) и их назначения) и игра «Солнце – снег» (надевание головного убора в соответствии с погодой, которую назвал тьютор: снег – шапка; солнце – кепка) направлены на развитие умения узнавать (различать) головные уборы (шапка, кепка) и их назначение.

Узнавание (различение) деталей предметов одежды: молнии, заклепки, рукава; Выполнение упражнений на расстёгивание липучки, молнии, кнопки, развязывание шнурков.

Игры «Найди пару» (подбор парных предметов одежды) и «Одеваемся по погоде» (соотнесение предметов одежды и обуви с картинками: снег – шапка, куртка, рукавички; солнце – кепка, шорты, футболка, сандалии и т.д.) направлены на закрепление знаний о видах одежды/обуви и их назначении.

*Прием пищи.*

Упражнения «Хочу пить» (нажатие клавиши коммуникатора, указание пальцем на воду с целью сообщения желания пить), «Переливай-ка» (наливание жидкости в стакан/кружку, переливание из одной ёмкости в другую), направлены на развитие умения сообщать о своем желании пить, наливать самостоятельно воду из одного сосуда в другой, вытирать пролитое тряпкой.

Упражнения «Хочу кушать» (нажатие клавиши коммуникатора, указание пальцем на продукт с целью сообщения желания «кушать»), еда ложкой/вилкой (узнавание столового прибора (ложка, вилка), соотнесение еды со столовым прибором, которым необходимо воспользоваться для еды; накалывание кусочков на вилку) направлены на развитие умения сообщать о своем желании «кушать», различать вилку и ложку и использовать их по назначению.

Упражнение «Как я пользуюсь салфеткой?» (протирание рта и рук салфеткой, выбрасывание салфетки в урну) направлена на закрепление умения использовать салфетку по назначению.

Игра «Что к чему?» (соотнесение еды с действием и столовым прибором) направлена на закрепление полученных знаний и умений.

*Туалет.*

Упражнение «Туалет» (нажатие клавиши коммуникатора «Туалет» при желании справить нужду; сидение на унитазе и справление малой (большой) нужды) направлено на развитие умения сообщать о желании сходить в туалет и использовать его по назначению.

Упражнение «Туалетная бумага» (узнавание туалетной бумаги среди других вещей, пользование туалетной бумагой) – на развитие умения узнавать туалетную бумагу и использовать её по назначению.

Упражнение «Все по порядку» (соблюдение последовательности действий в туалете) направлено на развитие умения соблюдать последовательность действий в туалете.

**6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся (подгрупповые занятия).**

№	Раздел, количест во часов	№	Темы	Кол- во часо в	Основные виды учебной деятельности обучающихся.
1.	<b>1. Представ ления о себе.</b> 6 ч.	1.	Мальчик, девочка.	1	Слушание объяснений тьютора. Рассмотрение иллюстрации мальчика и девочки, указание пальцем на отличительные признаки и особенности. Соотнесение части лица с его названием. Закрывание
2.		2.	Игра «Вижу – не вижу».	1	

3.		3.	Игра «Части тела».	1	ладонями глаз по команде тьютора «не вижу», открывание – «вижу».
4.		4.	Игра «Сели – встали».	1	Соотнесение органа восприятия с действием (понюхай – нос, послушай – уши и т.д.). Соотнесение слова с частью тела. Указание на туловище (живот), поднятие рук по команде тьютора «живот»/ «руки». Хватание предметов, лежащих на разной высоте. Похлопывание себя по ногам по указанию тьютора «ноги».
5.		5.	Работа с пиктограммам и «Части тела».	1	Выполнение действий по просьбе тьютора «сели», «встали».
6.		6.	Работа с пиктограммам и «Части лица».	1	Установление пиктограмм (глаза, нос, рот) на свои места на макете. Похлопывание себя по груди при назывании тьютором ребенка по имени. Рассмотрение себя, частей своего лица в зеркале. Демонстрация улыбки по просьбе тьютора.
7.	<b>2. Семья.</b> 5 ч.	1.	Игра «Мама и малыш».	1	Слушание объяснений тьютора. Соотнесение картинок родитель-ребенок. Узнавание (различение) на картинках взрослых и детей.
8.		2.	Игра «Моя семья».	1	Составление ряда – семьи с помощью пиктограмм. Соотнесение слова с пиктограммой. Узнавание близкого взрослого на фотографии.
9.		3.	Игра «Кто это на фото?».	1	Раскладывание игрушек по местам, выбрасывание мусора в корзину, полив цветов.
10.		4.	Упражнение «Выполни команду».	1	
11.		5.	Игра «Поможем маме».	1	
12.	<b>3. Гигиена.</b> 4 ч.	1.	Игра «Горячо – холодно».	1	Слушание объяснений тьютора. Различение вентиля с холодной и горячей водой. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук. Сушка рук с помощью автоматической сушилки.
13.		2.	Игра «Водопад».	1	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Соотнесение картинки предмета и действия (мытьё рук – мыло, полотенце; расчесывание – зеркало, расческа и т.п.).
14.		3.	Игра «Умываются ребята».	2	
15.		4.			
16.	<b>4. Обращен</b>	1.	Работа с картинками	1	Слушание объяснений тьютора. Узнавание (различение) предметов

	<b>ие с одеждой и обувью. 11 ч.</b>		«Одежда».		одежды (куртка, шапка, свитер, кофта, футболка, майка, трусы, носки, брюки). Соотнесение предметов одежды и обуви с картинками. Одевание куклы/игрушки в соответствии с видом одежды. Последовательное надевание предметов одежды в соответствии с ее назначением. Узнавание (различение) предметов обуви: ботинки, кроссовки, сандалии; назначения видов обуви (спортивная, домашняя, школьная). Соотнесение режима дня с видом обуви (дома – тапочки, в школу – школьная и т.д.) Снятие и надевание обуви. Узнавание (различение) головных уборов (шапка, кепка) и их назначение. Надевание головного убора в соответствии с погодой, которую назвал тьютор. Подбор парных предметов одежды. Расстегивание, застегивание липучек, молнии, кнопок. Развязывание шнурков, продевание их в отверстия.
17.		2.	Игра «Помоги одеться Мише».	1	
18.		3.	Упражнение «Одеваюсь сам».	2	
19.		4.			
20.		5.	Работа с картинками «Обувь».	1	
21.		6.	Упражнение «Я умею обуваться».	1	
22.		7.	Работа с пиктограммам и «Головные уборы».	1	
23.		8.	Игра «Солнце – снег».	1	
24.		9.	Игра «Найди пару».	1	
25.		10.	Игра «Одеваемся по погоде».	2	
26.		11.			
27.	<b>5. Приём пищи. 5 ч.</b>	1.	Упражнение «Хочу пить».	1	Слушание объяснений тьютора. Нажатие клавиши коммуникатора, указание пальцем на воду с целью сообщения желания пить. Наливание жидкости в стакан/кружку, переливание из одной ёмкости в другую. Питьё из кружки/стакана, вытирание пролитой воды. Нажатие клавиши коммуникатора, указание пальцем на продукт с целью сообщения желания «кушать». Узнавание столового прибора (ложка, вилка), соотнесение еды со столовым прибором, которым необходимо воспользоваться для еды. Накалывание кусочков на вилку. Протираание рта и рук салфеткой, выбрасывание салфетки в урну.
28.		2.	Упражнение «Переливай-ка».	1	
29.		3.	Упражнение «Хочу кушать».	1	
30.		4.	Упражнение «Как я пользуюсь салфеткой?».	1	
31.		5.	Игра «Что к чему?».	1	
32.	<b>6. Туалет.</b>	1.	Упражнение «Туалет».	1	Слушание объяснений тьютора. Нажатие клавиши коммуникатора

33.	3 ч.	2.	Упражнение «Туалетная бумага».	1	«Туалет» при желании справить нужду. Сидение на унитазе и справление малой (большой) нужды.
34.		3.	Упражнение «Все по порядку».	1	Узнавание туалетной бумаги среди других вещей, пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете.

## **7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.**

### ***Дидактическое оборудование***

– Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий, демонстрационный материал.

- Набор пиктограмм: мнемокартинки, графические и печатные изображения.
- Инвентарь для хозяйственно-бытового труда.
- Столовые приборы (вилка, ложка), стакан, кружка.
- Предметы гигиены: мыло, бумажные полотенца, туалетная бумага, салфетки, расчёска.
- Фотографии членов семьи.
- Коммуникатор GoTalk, компьютер.

### ***Учебно-методическое обеспечение***

1. Комплект примерных рабочих программ для 1 дополнительного и 1 классов по отдельным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
2. Комплект примерных рабочих программ для 2 класса по отдельным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Комплект примерных рабочих программ для 3 класса по отдельным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
4. Комплект примерных рабочих программ для 4 класса по отдельным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО учителей гуманитарно - политехнического цикла ГКОУ школы № 9 г. Туапсе от 23 августа 2023 г. №1

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ Л.Г. Присяжная

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по КР

\_\_\_\_\_ Е.Н. Вербицкая

«30» августа 2023 г