

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАРАТСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Рассмотрено на методическом объединении от 30.08 2023г № 1	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Витязева А.С.	УТВЕРЖДЕНО Приказ директора МОУ Харатская СОШ от 30.08.2023г № 18 Коваленко С.М.
---	---	--

Адаптированная рабочая программа

«Человек» 7 класс

(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ -2 ВАРИАНТ)

НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Учитель

Макарова А.Я



## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основании адаптированной основной общеобразовательной программы (далее АООП) для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, разработана в соответствии с требованиями федеральной государственной общеобразовательной системы (далее ФГОС).

Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 кл.: /Под редакцией В.В. Воронковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – Сб

Определение одного из вариантов АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) осуществляется на основе рекомендаций центральной психолого – медико – педагогической комиссии (далее ТПМПК), сформулированных по результатам его комплексного обследования, с учетом индивидуального плана развития (далее СИПР). Программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

### Цели:

- 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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представления 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. В процессе занятий в рамках предмета "Человек" ученики приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Ребенок учится определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане:**

<b>Класс</b>	<b>7 класс</b>
<b><i>Количество часов в неделю</i></b>	2 часа
<b><i>Итого в год</i></b>	68 часов

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### **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.

## **Содержание программного материала**

### ***Представления о себе.***

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, ступня, 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.

### ***Гигиена тела.***

Различение вентилей 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.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. 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. 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).

### ***Обращение с одеждой и обувью.***

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). 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, панама, платок). Знание назначения головных уборов. 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). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). 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 действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

### ***Туалет.***

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. 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), нажатие кнопки слива воды, мытье рук.

### ***Прием пищи.***

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. 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.

### ***Семья.***

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. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.



### Тематическое планирование

<b>Раздел</b>	<b>Количество часов</b>
Представления о себе	18
Туалет	2
Прием пищи	4
Гигиена тела	6
Обращение с одеждой и обувью	24
Семья	14
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
<b>I четверть – 16 часов</b>				
	<b>Представления о себе</b>			
1	<b>Представления о себе</b>	1	6.09	
2	Мальчики и девочки.	1	8.09	
3-4.	Части тела человека.	2	13.09	
			15.09	
5-6.	Части лица человека. Назначение.	2	20.09	
			22.09	
7-8.	Скелет человека.	2	27.09	
			29.09	
9-10	Мышцы человека.	2	4.10	
			6.10	
11-12	Кожа.	2	11.10	
			13.10	
13-14	Внутренние органы: сердце, легкие, печень	2	18.10	
			20.10	
15-16.	Внутренние органы: почки, мозг, желудок	2	25.10	
			27.10	
17-	Вредные привычки.	1	8.11	
18.	Возрастные изменения человека.	1	10.11	
	<b>Гигиена тела</b>			
19	«Мои руки». «Уход за руками»	1	15.11	
20	«Мои ноги»	1	17.11	
21	«Уход за ногами»	1	22.11	

22	«Мой рот и язык»	1	24.11	
23	«Уход за полостью рта»	1	29.11	
24	«Мои зубы»	1	1.12	
25	«Уход за зубами»	1	6.12	
26	«Мои глаза»	1	8.12	
27	1«Уход за глазами»	1	13.12	
28	« Мои уши»	1	15.12	
29	«Уход за ушами»	1	20.12	
30	«Мой нос»	1	22.12	
31	«Умывальная комната в школе»	1	27.12	
32	Правила пользования умывальной комнатой в школе.	1	10.01	
33	«Мытьё рук» Алгоритм мытья рук.	1	12.01	
34	Практическое занятие ;"Мытье рук"	1	17.01	
35	Бумажные и тканевые полотенца.	1	19.01	
36	Практическое занятие "Я мою руки сам".	1	24.01	
	Туалет			
37	«Нужды человека» Как сообщить о своих желаниях. «Я хочу есть ,пить, в туалет»	1	26.01	
38	«Моё самочувствие» «У меня болит голова» « Мне плохо»	1	31.01	
39	«Туалет» «Оборудование туалетной комнаты. Средства	1	2.02	

	гигиены».			
40	Алгоритм пользования туалетом.	1	7.02	
41	Унитаз	1	9.02	
42	«Кнопка слива» «Смывание унитаза»	1	14.02	
43	«Туалетная бумага. Виды бумаги Правила пользования»	1	16.02	
44	Практическое занятие: «Отматывание, отрывание бумаги»	1	21.02	
45	Закрепление по теме: "Пользование туалетом".	1	28.02	
46	Закрепление по теме: "Пользование туалетом".	1	1.03	
47	«Гигиенические процедуры после посещение туалета		6.03	
48	«Правильное питание»	1	13.03	
49	Овощи и фрукты в жизни человека	1	15.03	
50	Витамины	1	20.03	
51	Использование салфетки во время приема пищи.	1	22.03	
52	Еда вилкой.	1	3.04	
53	Накладывание пищи в тарелку.	1	5.04	
54	Кружка-стакан.	1	10.04	
55	«Культура поведения в столовой» «Добрые слова	1	12.04	
56-57	«Посуда» «Сервировка стола»	2	17.04 19.04	
58-59-	Практическое занятие: «К нам пришли гости, накроем на стол»	2	24.04 26.04	

60- 61	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья, сестры»	2	3.05 8.05	
62	«Мои родственники, друзья»	1	10.05	
63	Мои дом	1	15.05	
64 -65	«Как проводить свободное время»	2	17.05 22.05	
66	«Мои любимые игры, увлечения»	1	24.05	
67-68	Повторение		29.05 31.05	

### Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Учебник: Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А., Попова М.А. и др. Мир природы и человека в 2 частях \* (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями), Издательство «Просвещение»

