

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

**МЕК "Управление образования администрации муниципального
образования "город Саянск"**

МОУ СОШ № 5

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Князева А. С.
Приказ №116/5-26-251ах от
«30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Человек»

для обучающихся по АООП

с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) - вариант 2

для обучающихся 1-4 классов

Саянск 2024

Рабочая программа учебного предмета «Человек» для 1-4-х классов разработана на основе требований к планируемым результатам освоения Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения) – вариант-2 МОУ «СОШ№5» г.Саянска.

Учебный предмет «Человек» интегрируется с различными учебными предметами и направлениями коррекционной работы и входит в образовательную область. Является частью учебного плана. Предмет изучается с 1 по 4 класс, количество часов: 1-4 класс в неделю -1 ч, в 1 классе-33 часа, 2-4 классах-34 часов

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Человек»

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

Предметные результаты:

Пропедевтический уровень

Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело:

Позволяет оказывать сенсорное воздействие на собственное тело

Доступным образом даёт ответ на сенсорный контакт.

Знакомство с собственным телом, его частями:

- Умение воспринимать собственное тело как целое
- Умение узнавать части тела, как части своего собственного тела;
- Умение принимать процесс игры с собственным телом.

Одевание-раздевание, прием пищи, умывание, чистка зубов, пользование туалетом:

- Принимает процесс одевания-раздевания, приема пищи, умывания, чистки зубов, посещения туалета;
- Помогает при одевании-раздевании, приеме пищи, умывании, чистке зубов, посещении туалета;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет с поддержкой взрослого;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет самостоятельно;
- Сообщает о голоде-жажде, о потребности посетить туалет

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

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.

- Знание своего ближайшего окружения
- Умение показать (назвать) членов семьи на фотографии

Минимальный уровень.

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

- Умение соотносить 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 людей.
- 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.

Содержание учебного предмета «Человек»

№ п\п	Наименование разделов и тем учебного предмета	Содержание тем учебного предмета
1.	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).

2.	Семья	<p>Узнавание (различение) членов семьи.</p> <p>Узнавание (различение) детей и взрослых.</p> <p>Определение своей социальной роли в семье.</p> <p>Различение социальных ролей членов семьи.</p> <p>Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.</p>
3.	Гигиена тела	<p>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, намывливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук.</p> <p>Подстригание ногтей ножницами.</p> <p>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.</p> <p>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. Расчесывание волос.</p>

4.	Одевание и раздевание	<p>Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, 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). 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 сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).</p> <p>Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, шнурка). Контроль своего внешнего вида. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).</p>
5.	Прием пищи	Питание, алгоритм принятия пищи.

6. Тематическое планирование с указанием основных видов учебной деятельности

1 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Идентификация себя как мальчика, девочки	1
2.	Сообщение сведений о себе: название имени, фамилии	1
3.	Возрастные изменения человека	1
4.	Схема тела человека	1

5.	Гигиена тела. Средства гигиены	1
6.	Гигиена рук. Различение вентилей с горячей и холодной водой, смешивание воды до комфортной температуры	1
7.	Соблюдение последовательности при мытье рук	1
8.	Части тела. Руки и их значение	1
9.	Строение руки человека. Пиктограмма «рука»	1
10.	Пальцы рук человека	1
11.	Застегивание и расстёгивание пуговиц. Практическая работа.	1
12.	Гигиена ногтей человека	1
13.	Части тела человека. Голова	1
14.	Лицо человека	1
15.	Глаза-органы зрения. Пиктограмма «глаза»	1
16.	Глаза. Забота о зрении	1
17.	Уши-органы слуха. Пиктограмма «уши»	1
18.	Уши. Правила сохранения слуха	1
19.	Нос – орган обоняния и дыхания. Пиктограмма «нос»	1
20.	Нос. Профилактика простудных заболеваний	1
21.	Рот человека. Пиктограмма «рот»	1

22.	Гигиена полости рта	1
23.	Волосы человека. Правила ухода за волосами	1
24.	Части тела человека	1
25.	Человек. Пол, возраст, имя, фамилия	1
26.	Я-человек	1
27.	Я и моя семья	1
28.	Члены семьи: мама, папа. Работа с фотографиями и иллюстрациями	1
29.	Имена родителей	1
30.	Члены семьи: бабушка, дедушка	1
31.	Члены семьи: брат, сестра	1
32.	Семейный альбом. Называние имён членов семьи	1
33.	Правила приёма пищи	1

2 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Человек: голова, шея, туловище, руки, ноги	1
2.	Части тела	1
3.	Части тела. Голова	1
4.	Лицо человека	1

5.	Глаза-орган зрения. Пиктограмма «глаза»	1
6.	Глаза. Забота о зрении	1
7.	Уши-орган слуха. Пиктограмма «уши»	1
8.	Уши. Правила сохранения слуха	1
9.	Нос – орган обоняния и дыхания. Пиктограмма «нос»	1
10.	Нос. Профилактика простудных заболеваний	1
11.	Рот. Для чего он нужен? Пиктограмма «рот»	1
12.	Рот. Правила ухода за зубами	1
13.	Туловище. Пиктограммы «рука» «нога»	1
14.	Застегивание и расстёгивание пуговиц Практическая работа.	1
15.	Части тела. Руки и их значение	1
16.	Рука, локоть, кисть, пальцы	1
17.	Мытьё и вытирание рук. Практическая работа	1
18.	Ухаживание за ногтями на руках	1
19.	Части тела. Ноги и их значение	1
20.	Нога, колено, ступня	1
21.	Нога, колено, ступня	1

22.	Завязывание шнурков. Практическая работа	1
23.	Человек. Пол, возраст, имя, фамилия	1
24.	Я-человек	1
25.	Части тела. Повторение	1
26.	Я-человек	1
27.	Я и моя семья	1
28.	Моя семья. Работа с фотографиями и иллюстрациями. Пиктограмма «мама», «папа»	1
29.	Я и моя семья. Пиктограмма «бабушка», «дедушка»	1
30.	Я и моя семья. Пиктограмма «брат», «сестра»	1
31.	Семейный альбом	1
32.	Работа с пиктограммами «Семья»	1
33.	Твой режим дня	1
34.	К чему приводит несоблюдение режима дня	1
35.	Человек. Части тела	1
36.	Части лица. Глаза, нос, рот	1
37.	Глаза- орган зрения. Пиктограмма «глаза»	1
38.	Глаза- орган зрения. Бережное отношение к глазам	1
39.	Нос- орган обоняния. Пиктограмма «нос»	1

40.	Умение пользоваться носовым платком	1
41.	Уши- орган слуха. Пиктограмма «уши»	1
42.	Уход за ушами	1
43.	Рот- орган вкуса. Пиктограмма «рот»	1
44.	Средства гигиены: зубная паста, зубная щётка	1
45.	Правила чистки зубов и уход за полостью рта	1
46.	Кожа- орган осязания	1
47.		
48.	Средства гигиены: мыло, полотенце	1
49.	Соблюдение гигиенических норм и правил	1
50.	Личная гигиена. Повторение	1
51.	Одежда. Виды одежды	1
52.	Одежда для улицы и дома	1
53.	Соотнесение реальных предметов одежды с картинками	1
54.	Домашняя одежда	1
55.	Соотнесение реальных предметов одежды с картинками	1
56.	Одежда для мальчиков и девочек	1

57.	Соотнесение реальных предметов одежды с картинками	1
58.	Узнавание и показ изображений одежды на картинках	1
59.	Узнавание и показ изображений одежды на пиктограммах	1
60.	Сезонная одежда. Куртка, плащ, резиновые сапоги	1
61.	Сезонная одежда. Шуба, пальто, сапоги, шапка	1
62.	Сезонная одежда. Летняя одежда	1
63.	Уход за одеждой (чистка, стирка)	1
64.	Составление последовательности стирки и чистки одежды по пиктограммам	1
65.	Обувь: ботинки, тапочки, сапоги, валенки	1
66.	Обувь для улицы и для дома (уличная и сменная)	1
67.	Узнавание и показ обуви на картинках	1
68.	Узнавание и показ обуви на пиктограммах	1

3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1.	Части тела	1
2.	Лицо человека	1
3.	Глаза-орган зрения	1

4.	Глаза. Забота о зрении	1
5.	Уши-орган слуха	1
6.	Уши. Правила сохранения слуха	1
7.	Нос-орган обоняния и дыхания	1
8.	Нос. Профилактика простудных заболеваний	1
9.	Рот. Для чего он нужен?	1
10.	Рот. Правила ухода за зубами	1
11.	Кожа – орган осязания	1
12.	Правила ухода за кожей	1
13.	Соблюдение гигиенических норм и правил	1
14.	Повторение. Личная гигиена.	1
15.	Части тела	1
16.	Лицо человека	1
17.	Личная гигиена	1
18.	Повторение. Части тела	1
19.	Скелет человека	1

20.	Мышцы человека	1
21.	Что такое осанка?	1
22.	Повторение. Скелет и мышцы человека	1
23.		
24.	Человек здоровый, человек больной	1
25.	Закаливание	1
26.	Органы пищеварения	1
27.	Повторение. Органы пищеварения	1
28.	Продукты питания	1
29.	Правила приема пищи	1
30.	Правила питания	1
31.	Питание. Алгоритм приема пищи. Работа с пиктограммами	1
32.	Правила питания человека	1
33.	Повторение. Скелет и мышцы человека	1
34.	Повторение. Органы пищеварения	1

4 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
---	------------	--------------

1.	Части тела	1
2.	Повторение. Части тела	1
3.	Повторение. Лицо человека	1
4.	Глаза – орган зрения. Забота о зрении	1
5.	Уши - орган слуха. Правила сохранения слуха	1
6.	Нос - орган обоняния и дыхания. Профилактика простудных заболеваний	1
7.	Рот. Правила ухода за зубами	1
8.	Кожа – орган осязания. Правила ухода за кожей	1
9.	Соблюдение гигиенических норм и правил	1
10.	Личная гигиена	1
11.	Скелет человека	1
12.	Мышцы человека	1
13.	Что такое осанка?	1
14.	Повторение. Скелет и мышцы человека	1
15.	Человек здоровый, человек больной	1
16.	Закаливание	1

17.	Повторение. Части тела человека	1
18.	Повторение. Скелет и мышцы человека	1
19.	Человек здоровый, человек больной	1
20.	Закаливание	1
21.	Органы пищеварения	1
22.	Различение органов пищеварения	1
23.	Продукты питания	1
24.	Правила приема пищи	1
25.	Правила питания	1
26.	Питание. Алгоритм приема пищи. Работа с пиктограммами	1
27.	Отравление. Профилактика отравлений	1
28.	Питание человека	1
29.	Дыхание человека	1
30.	Различение органов дыхания	1
31.	Профилактика простудных заболеваний	1
32.	Повторение. Профилактика простудных заболеваний	1

33.	Повторение. Человек здоровый, человек больной	1
34.	Дыхание человека	1