

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА № 28 г. ТУЛУНА»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО
протокол № 1
от 29.08. 2023г.

СОГЛАСОВАНА
Зам. директора по УР
Михайлова Л.В.
от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 66
от 31. 08. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Человек»
5 класс
(вариант 2)

2023 – 2024 учебный год

Составитель: учитель О.И. Шушарина

I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и учебным планом ГОКУ ИО СКШ № 28 г. Тулуна на 2023 – 2024г., приказ от 31.08.2023г.

II. Общая характеристика учебного предмета

Целью обучения является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи программы:

- формирование гигиенических навыков;
- коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;
- выполнению санитарно – гигиенических требований при использовании различных материалов; - формирование организационных умений и навыков;
- формирование навыков культурой еды;
- развитие умений ориентироваться в задании;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания; • продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

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

Раздел «Представления о себе» включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться 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, питьею из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой.

Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в **раздел Туалет»**.

В рамках **раздела «Семья»** предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. 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.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питьею из кружки и др., проводится с детьми младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе и др. проводится с детьми более старшего возраста.

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. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть

голову и т.д.

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.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела и др.) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Для реализации программы предмета «Человек» материально-техническое обеспечение включает: специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках; душевые кабины; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями ОДА. Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др.

Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и komponует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка. В процессе урока учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевую, дидактическую, театрализованную, подвижную игру), элементарную трудовую (хозяйственно-бытовой и ручной труд), конструктивную, изобразительную (лепка, рисование, аппликация), которые будут способствовать расширению, повторению и закреплению представлений.

Индивидуальные формы работы на занятиях органически сочетаются с фронтальными и групповыми.

Дидактический материал подобран в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, с учетом уровня развития представлений и речи детей.

III. Место предмета в учебном плане 5 класса

Рабочая программа предмета «Человек» в 5 классе рассчитана на 3 часа в неделю – всего 102 часа в год. В системе предметов «Человек» входит в обязательную часть предметных областей учебного плана.

IV. Личностные, предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование этических чувств, доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- отнесение себя к определенному полу.

Предметные результаты:

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 «мое» и «не мое», 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.

V. Содержание учебного предмета

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 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), нажимание 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.

Содержание программы обеспечивает: лично-ориентированный подход во взаимодействии ребенка со взрослыми; формирование у ученика комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.). Основной формой организации процесса обучения является урок. На уроках детально отрабатываются все трудовые операции по санитарно – гигиеническим требованиям и самообслуживанию.

VI. Тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Давайте познакомимся	1	1.09
2	Наш класс. Мальчики и девочки.	1	5.09
3	Называние своего имени, фамилии.	1	7.09
4	Называние своего возраста, даты рождения.	1	8.09
5	Режим дня.	1	12.09
6-7	Понятие о здоровом образе жизни.	2	14.09-15.09
8	Виды деятельности в свободное время	1	19.09
9-10	Спортивный досуг.	2	21.09-22.09
11-12	Профилактика простудных заболеваний.	2	26.09-28.09
13	Гигиена.	1	29.09
14	Предметы гигиены.	1	3.10
15	Правила пользования туалетом.	1	5.10
16	Мытье рук.	1	6.10
17	Умывание.	1	10.10
18	Чистка зубов.	1	12.10
19	Очищение носового хода.	1	13.10
20	Мытьё головы.	1	17.10
21	Расчесывание волос	1	19.10
22	Мытьё, чистка ушей.	1	20.10
23	Мытьё и вытирание ног	1	24.10
24	Мытьё и вытирание тела.	1	26.10
25	Повторение пройденного	1	27.10
26	Повторение пройденного	1	31.10
27-28	Уход за ногтями.	2	9.11-10.11
29-30	Части тела: голова, туловище, руки, ноги.	2	14.11-16.11

31-32	Части головы (волосы, уши, шея, лицо).	2	17.11-21.11
33	Части туловища (спина, живот).	1	23.11
34	Части руки и ноги.	1	24.11
35-36	Назначение частей тела человека.	2	28.11-30.11
37-38	Узнавание (различение) частей лица человека.	2	1.12-5.12
39	Рассматривание себя в зеркале.	1	7.12
40	Сообщение о желании пить.	1	8.12
41	Питьё из соломинки, кружки.	1	12.12
42	Наливание напитка в кружку.	1	14.12
43-44	Значения употребления воды для человека.	2	15.12-19.12
45	Сообщение о желании есть.	1	21.12
46-47	Время завтрака, обеда, ужина.	2	22.12-26.12
48	Повторение пройденного	1	28.12
49	Повторение пройденного	1	29.12
50-51	Правила поведения в столовой.	2	11.01-12.01
52-53	Правила этикета при приеме пищи».	2	16.01-18.01
54-55	Сервировка стола	2	19.01-23.01
56-57	К нам пришли гости, накроем на стол	2	25.01-26.01
58	Профилактика пищевых отравлений	1	30.01
59-60	Основные предметы питания.	2	1.02-2.02
61	Пользование ложкой и вилкой при еде.	1	6.02
62	Накладывание пищи в тарелку.	1	8.02
63	Использование салфетки во время приема пищи.	1	9.02
64-65	Культура поведения за столом.	2	13.02-15.02
66	Полезные продукты.	1	16.02
67	Вредные продукты.	1	20.02
68-69	Предметы одежды: пальто, куртка, шуба, плащ.	2	22.02-27.02
70	Предметы одежды: шапка, шарф, варежки.	1	29.02
71-72	Предметы одежды: свитер, рубашка, футболка.	2	1.03-5.03
73	Предметы одежды: юбка, брюки.	1	7.03
74	Предметы одежды: майка, трусы, носки (колготки).	1	12.03
75-76	Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты).	2	14.03-15.03
77	Одежда зимняя, летняя, демисезонная.	1	19.03
78	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1	21.03
79	Повторение пройденного	1	22.03
80	Одежда повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная.	1	2.04
81	Закрепление навыков одевания и раздевания.	1	4.04
82	Различение лицевой и изнаночной сторон одежды.	1	5.04
83	Различение передней и задней сторон одежды.	1	9.04
84	Выворачивание одежды.	1	11.04
85	Расстегивание липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1	12.04
86	Уход за одеждой	1	16.04
87	Виды обуви.	1	18.04
88	Назначение видов обуви: спортивная, домашняя, выходная, рабочая.	1	19.04
89	Обувь зимняя, летняя, демисезонная.	1	23.04
90	Шнуровка обуви.	1	25.04
91	Уход за обувью. Предметы ухода.	1	26.04
92	Контроль своего внешнего вида	1	30.04
93	Семья. Члены семьи.	1	2.05

94	Права и обязанности ребёнка в семье.	1	3.05
95	Поведение в семье.	1	7.05
96	Домашний адрес.	1	14.05
97	Наши праздники	1	16.05
98	Мои любимые игры, увлечения	1	17.05
99	У меня болит голова.	1	21.05
100	Что делать, если упал, ударился.	1	23.05
101-102	Повторение пройденного	2	24.05-28.05

VII. Материально – технического обеспечения образовательной деятельности.

Для реализации программы по предмету «Человек» учебно-методическое обеспечение включает: предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения и т.д. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания.