

Ставропольский край, Апанасенковский район, с. Воздвиженское
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9 » с. Воздвиженское

Рассмотрено:
на заседании МО
протокол № 1 от 30.08 2024 г.
Руководитель МО
Мосянец Н.И. Мосянец
подпись Ф. И. О.

Согласовано:
Заместитель директора
по УВР
Селезнева «31» «08» 2024 г.
подпись Р.В. Селезнева
Ф. И. О.

УТВЕРЖДАЮ:
приказ № 143 от 31.08 2024 г.
ВРИО директора школы
Гадяцкая И.А. Гадяцкая
подпись Ф. И. О.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Человек» (Вариант 2)
(указать предмет, курс)

Степень обучения (класс): основное общее образование – 7 класс

Количество часов: 34 ч

Составитель: Фисенко И.В.

2024 -2025 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Человек» предназначена для учащихся 7 класса с тяжёлыми и множественными нарушениями развития.

Программа составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 года за №273, приказом «Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 19 декабря 2014г. за № 1599, АООП (2 вариант) и предназначена для работы с детьми с нарушением интеллекта.

Цель программы обучения: формирование представлений о человеке и окружающем его мире, а также умения соблюдать элементарные правила поведения в социальной среде.

Задача программы обучения:

Образовательные:

- знакомить с явлениями социальной жизни (человек и его деятельность, общепринятые нормы поведения).
- формировать представления о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.
- формировать гигиенические навыки
- формировать навыки самообслуживания
- формировать представления о себе и своем ближайшем окружении
- уметь решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.

Коррекционно-развивающие:

- коррегировать и развивать познавательную деятельность и личностные качества, обучающихся с учетом их индивидуальных возможностей;
- формировать восприятие, воображение, память, зрительно-двигательную координацию.
- овладеть навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений:

Воспитательные:

- повышать уровень самостоятельности в процессе самообслуживания
- вызывать положительную эмоциональную реакцию от конечного результата.
- развивать навык контроля и самоконтроля.
- соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения.

II. Общая характеристика учебного предмета

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.

III. Место учебного предмета в учебном плане

Предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир» и относится к обязательной части учебного плана. На изучение предмета отводится 34 часа по 1 часу в неделю (34 учебные недели).

IV. Планируемые результаты освоения учебного предмета

АООП по Человек определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Предметные:

Минимальный уровень:

- Уметь называть свой возраст (дату рождения);
- Дифференцировать части лица, полости рта;
- Сообщать о состоянии своего здоровья с помощью пиктограмм (самостоятельно);
- Знать досуговую деятельность членов семьи проживающих с ребенком.
- Осваивать последовательность операции при чистке зубов;
- Соблюдать последовательность операции подстригания ногтей ножницами, щипчиками при помощи педагога;

Достаточный уровень:

- Уметь завязывать шнурки, развязывать шнурки при помощи учителя;
 - Уметь снимать обувь при помощи учителя;
 - Расстегивать и застегивать пуговицы с направляющей помощью педагога.
 - Узнавать "спортивную одежду, обувь, инвентарь"; Узнавать праздничную одежду; Соблюдать последовательность действий в туалете;
 - Принимать полупротертую пищу (вилкой, ложкой) с опорой на графические символы;
 - Применять навык откусывания твердой пищи (сухари, печенье) с помощью педагога; Накладывать пищу в тарелку половником с помощью педагога;
 - Соблюдать последовательность операции подстригания ногтей ножницами, щипчиками при помощи педагога;
- Программа учебного предмета «Человек» направлена на получение следующих **личностных** результатов:
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
 - осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
 - самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

V. Содержание учебного предмета

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья»,

«Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

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, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет». Освоение содержания раздела «Семья» предполагает 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 являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок обучается понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать 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 обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытью всего тела.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия учителя и родителей. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно-практической деятельности.

Примерное содержание предмета

Представления о себе.

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о строении человека. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего возраста, даты рождения. Представление о возрастных изменениях человека. Называние своего имени и фамилии.

Гигиена тела.

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. 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). Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Гигиена интимной зоны.

Одевание и раздевание.

Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Застегивание (завязывание): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды. Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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 при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).

Туалет.

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и опрвление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение правил последовательности действий в туалете: поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов; сидение на унитазе/горшке, опрвление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды – трусов, колготок, брюк; нажимание кнопки слива воды, мытье рук, использование бумажных полотенец, электросушилки.

Прием пищи.

Сообщение о желании пить. 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. Питье через соломинку. 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 салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Семья.

Представление о членах семьи, о родственниках в семье.

Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.

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

Учебно- тематическое планирование включает в себя следующие разделы:

№	Наименование разделов, темы программы	Основное содержание раздела	Кол-во часов
Раздел 1. Представление о себе.			
1.	Я - человек. Мои данные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Знание своего имени, фамилии, отчества. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называние своего возраста (даты рождения). Адрес места жительства. Знание видов деятельности для организации своего свободного времени: игры, хобби. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека. Моё самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.	1
2.	Тело человека.	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,	4

		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.	
Раздел 2. Гигиена тела.			
4.	Гигиена рук, ног.	Различение вентиляей 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. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.	2
5.	Гигиена лица.	Умывание. 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, протираание лица, закрывание крана, вытирание лица. Очищение носового хода. Мытье ушей. Чистка ушей. Уход за частями лица. Нанесение косметического средства на лицо. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос,	4

		намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос.	
6.	Уход за полостью рта.	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. Полоскание рта после еды.	1
7.	Гигиена тела.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ, баня. Атрибуты в душе для мытья тела. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками.	2
Раздел 3. Туалет.			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.	1
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	1
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытье рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	1
Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.			
13.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка,	2

		<p>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. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).</p>	
14.	<p>Виды обуви. Головные уборы.</p>	<p>Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение. 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). Знакомство с видами головных уборов. Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.</p>	2
15.	<p>Практические упражнения в одевании и обувании.</p>	<p>Принятие процесса одевания-раздевания. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии,</p>	2

	<p>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). Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.</p>	
Раздел 5. Прием пищи.		
16.	Режим дня.	<p>Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней. Закаливание.</p> <p style="text-align: right;">2</p>

17.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Деление продуктов по категориям: мясные, молочные и т.д. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин. Составление меню.	2
18.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	1
19.	Виды посуды.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Знакомство с основными видами посуды: кухонная, столовая. Протирание стола после еды.	2
20.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Питье через трубочку. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Еда руками, ложкой, вилкой, знакомство с приемами пользования вилки и ножа. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.	1
Раздел 6. Семья.			
21.	Члены семьи.	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников. 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. Рассказ о своей семье.	1
22.	Обязанности членов	Формирование знания о действиях	1

	семьи. Профессиональная деятельность.	близких людей в быту (например, мама готовит, убирает). Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	
23.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (День Рождения, Новый год). Семейный отдых. Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	1