
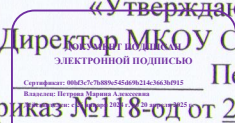


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Управление образования администрации муниципального образования
«Жигаловский район»
МКОУ СОШ №2 п. Жигалово

«Согласовано»:
Заместитель директора по УВР:
 Скрипкина А.А.
«23» августа 2024 г.

«Утверждаю»:
Директор МКОУ СОШ №2:
 Петрова М.А.
приказ №118-од от 23.08.2024г.

Рабочая программа
учебного предмета
«Человек»
5, 8 классы
(адаптированная общеобразовательная программа, вариант 2)

Разработана Мулягиной Г.Ю.,
учителем специального (коррекционного)
класса

п. Жигалово 2024-2025

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» разработана на основе требований к планируемым результатам освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 2) МКОУ СОШ №2 п. Жигалово, федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, приказ Министерства образования и науки от 19.12.2014 года №1599.

Общая характеристика 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. 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 обучающегося 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, питье из кружки проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. 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.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей (законных представителей). Работа, проводимая в образовательной организации, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

Цель обучения – повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания, формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Основные задачи реализации содержания:

- Представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других.
- Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание (раздевание).
- Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье.

Описание места учебного плана в учебном плане

В учебном году на изучение предмета отводится: 5 класс – 2ч в неделю, 68 ч в год; 8 класс - 1 ч. в неделю, 34ч. в год.

Планируемые результаты освоения учебного плана

Личностные результаты:

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), 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:

- 1) Представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других.
- 2) Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.
- 3) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- 4) Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.

Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета "Человек" представлено следующими разделами: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

1. Раздел "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.

2. Раздел "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).

3. Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, 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, панамы, 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.

4. Раздел "Туалет".

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или 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.

5. Раздел "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.

6. Раздел "Семья".

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся 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
5 класс**

Название блоков содержания программы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1. Представления о себе. 2. Гигиена тела. 3. Обращение с одеждой и обувью 4. Туалет 5. Прием пищи 6. Семья	8ч 22ч 18ч 5ч 8ч 6ч	Дидактические игры Рассказ Практические занятия

**Тематическое планирование
8 класс**

Название блоков содержания программы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
7. Представления о себе. 8. Гигиена тела. 9. Обращение с одеждой и обувью 10. Туалет 11. Прием пищи 12. Семья	4ч 11ч 9ч 3ч 4ч 2ч	Дидактические игры Рассказ Практические занятия

**Тематическое планирование предмета
«Человек»
(2ч. в неделю, всего 68 ч.)
5 класс**

№ п/п	Тема урока	Дата урока	
		По плану	По факт
I четверть – 16ч.			
Представления о себе - 9ч			
1	Правила поведения в школе, на улице.		
2	Правила поведения с детьми и взрослыми.		
3	Пол, возраст, имя, фамилия.		
4	Части тела (голова, туловище, ноги, руки).		
5	Части лица человека: глаза, нос, рот, брови, щеки.		
6	Назначение частей лица.		
7	Лицо в зеркале. Умение выражать свои эмоции мимикой.		
8	Обобщающий урок по разделам «Представления о себе».		
Гигиена тела – 22ч			
9	Экскурсия в места общественного пользования в школе (умывалка, туалет).		
10	Регулирование напора струи. Смешивание воды до комфортной температуры.		
11	Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, полотенце.		
12	Предметы санитарии и гигиены: зубная щетка, зубная паста.		
13	Как правильно мыть руки.		
14	Практическое занятие – как мыть руки.		
15	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица		
16	«Мой рот и язычок»		

II четверть – 16ч.			
17	Уход за полостью рта		
18	«Мои уши»		
19	«Уход за ушами»		
20	«Глаза»		
21	«Уход за глазами»		
22	«Нос»		
23	«Уход за носом»		
24-25	Практическое занятие «Соблюдение правил личной гигиены».		
26	Зачем стричь ногти.		
27	Практическая работа: «Умение пользоваться пилочкой для ногтей».		
28	Утренний и вечерний туалет.		
29	Игра – практикум: «Ухаживаем за собой».		
30-31	Обобщающий урок по разделу «Гигиена тела».		
Обращение с одеждой и обувью - 18ч			
32	Одежда для мальчика, одежда для девочки.		
III четверть - 22ч			
33	Игра – практикум «Одень куклу».		
34-35	Зимняя одежда. Летняя одежда.		
36	Головные уборы		
37	Игра практикум: «Подбери одежду по погоде».		
38	Обувь: ботинки, туфли.		
39	Обувь: тапочки.		
40	Дифференциация домашней и уличной обуви.		
41	Значение обуви.		
42	Обувь: сандалии, босоножки. Летняя обувь.		
43	Обувь: сапоги, валенки. Зимняя обувь.		
44	Игра – практикум «Одень сапожки по погоде».		
45-46	Практическая работа: «Уход за одеждой».		
47-48	Практическая работа: «Складывание одежды».		
49	Обобщающий урок по разделу «Обращение с одеждой и обувью».		
Туалет – 5ч			

50	Правила пользования туалетом.		
51	Пользование туалетной бумагой.		
52	Кнопка слива		
53	Соблюдение последовательности действий в туалете		
54	Практическое занятие «Соблюдение последовательности действий в туалете».		
1V четверть – 14ч.			
Прием пищи – 8ч			
55	Столовые приборы: ложка, вилка. Назначение, применение.		
56-57	Практическая работа: «Правила пользования столовыми приборами».		
58	Посуда: тарелка, чашка. Форма. Применение.		
59-60	Игра практикум: «Накрываем стол».		
61-62	Игра – практикум «Идем в магазин».		
Семья -6ч			
63	Мой дом.		
64	Моя досуговая деятельность. Игра, хобби.		
65	Мой день рождения. Правила поведения на празднике.		
66	Профессии членов семьи.		
67	Составление рассказа о своей семье.		
68	Обобщающий урок по разделу «Семья»		

Приложение к рабочей программе

Тематическое планирование предмета

«Человек»

(1ч. в неделю, всего 34 ч.)

8 класс

№ п/п	Тема урока	Дата урока	
		По плану	По факт
I четверть – 8ч.			
Представления о себе – 4 ч			
1	Правила поведения в школе, на улице.		
2	Пол, возраст, имя, фамилия.		
3	Части тела (голова, туловище, ноги, руки).		
4	Назначение частей лица.		
Гигиена тела – 11ч			
5	Экскурсия в места общественного пользования в школе (умывалка, туалет).		
6	Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, полотенце, зубная щетка, зубная паста.		
7	Как правильно мыть руки.		
8	Уход за полостью рта		
II четверть – 8ч.			
9	«Уход за ушами»		
10	«Уход за глазами»		
11	«Уход за носом»		
12	«Зачем стричь ногти?»		
13	Практическое занятие «Соблюдение правил личной гигиены».		
15	Игра – практикум: «Ухаживаем за собой».		
16	Обобщающий урок по разделу «Гигиена тела».		
III четверть - 11ч			

Обращение с одеждой и обувью - 9ч			
17	Одежда для мальчика, одежда для девочки.		
18	Зимняя одежда. Летняя одежда.		
19	Головные уборы		
20	Обувь: ботинки, туфли, тапочки.		
21	Дифференциация домашней и уличной обуви.		
22	Обувь.		
23	Игра – практикум «Одень сапожки по погоде».		
24	Практическая работа: «Уход за одеждой».		
25	Практическая работа: «Складывание одежды».		
Туалет – 3ч			
26	Правила пользования туалетом.		
27	Кнопка слива.		
IV четверть – 7ч.			
28	Практическое занятие «Соблюдение последовательности действий в туалете».		
Прием пищи – 4ч			
29	Практическая работа: «Правила пользования столовыми приборами».		
30	Посуда: тарелка, чашка. Форма. Применение.		
31	Игра практикум: «Накрываем стол».		
32	Игра – практикум «Идем в магазин».		
Семья -2ч			
33	Моя досуговая деятельность. Игра, хобби.		
34	Профессии членов семьи.		