

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 151 городского округа Донецк»
Донецкой Народной Республики

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО

Протокол от
«30» 08 2024 г. № 1

Руководитель ШМО
В.В. Бойко В. В. Бойко

СОГЛАСОВАНО

зам. директора
Л. В. Лошак
«30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ
«Школа № 151 г.о. Донецк»
Е.А. Диденко



2024 г.

**Адаптированная рабочая программа
учебного предмета "Человек"
по образовательной программе для обучающихся
с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
(2 вариант) для 2 класса**

Рабочую программу составила:
Бойко Валерия Викторовна
учитель начальных классов

2024— 2025 учебный год

Данная рабочая программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)
- С учётом санитарно-эпидемиологической обстановки рабочая программа может быть реализована в дистанционном формате.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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.

Задачи:

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими;
- представления о собственном теле;
- распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- отнесение себя к определенному полу;
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- 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, принимать душ перед сном, соблюдать гигиенические навыки подростка);
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- развитие планирования и контроля деятельности;
- развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Кроме основных, можно выделить и *методические задачи*:

- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным

стандартом «Окружающий социальный мир», «Домоводство».

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир».

Рабочая программа предназначена для учащихся 2 класса (2 вариант).

Учебный предмет осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии) в соответствии с их возможностями к обучению и темпа усвоения программного материала.

Рабочая программа предмета «Человек» во 2 классе определена учебным планом и рассчитана на 34 учебные недели в соответствии с расписанием.

2 класс – 1 ч. в неделю, 34ч. в год.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметные результаты:

- Понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических жестов
- Владение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения
- Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач
- Умение использование предметов для выражения путем на них жестом, взглядом
- Использование доступных жестов для передачи сообщения
- Понимание слов, обозначающие объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека
- Умение использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях
- Обучение глобальному чтению в доступных ребенку пределах
- Формирование навыка понимания смысла узнаваемого слова; копирование образца отдельных букв

Личностные планируемые результаты:

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша);
- проявляет уважение к людям старшего возраста.

«Уверенность в себе»

- осознает, что может, а что ему пока не удастся;

«Чувства, желания, взгляды»

- понимает эмоциональные состояния других людей;
- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- проявляет собственные чувства;

«Социальные навыки»

- умеет устанавливать и поддерживать контакты;
- умеет кооперироваться и сотрудничать;
- избегает конфликтных ситуаций;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- использует элементарные формы речевого этикета;
- принимает доброжелательные шутки в свой адрес;
- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно – личностный блок

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне)

- стремится помогать окружающим

Биологический уровень

- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)
- сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- семейно – бытовых;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

- осознает, что определенные его действия несут опасность для него;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;

- принимать и оказывать помощь.

Формы контроля: динамическое наблюдение.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 класс

№	Раздел программы	Основное содержание раздела
1.	Я – человек.	Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст.
3.	Все люди разные.	Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека.
3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.
4.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы. Ноги: Стопа, пальцы. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.
5.	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.
6.	Уход за руками. Уход за ногами.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Расчесывание волос.
7.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.
8.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.
9.	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.

7.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).
8.	Гигиена туалета. после посещения	Туалетная бумага, отмывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.
9.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды.
10.	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.
11.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний.
12.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка.
13.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.
14.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.
15.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола
16.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела
Раздел 1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.		
	Я - человек.	Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст.
3.	Все люди разные.	Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека.
Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.		
1	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.
2	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы. Ноги: Стопа, пальцы. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.
3	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.

Раздел 3. Гигиена тела.		
1	Уход за руками. Уход за ногами.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Расчесывание волос.
2	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.
3	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.
Раздел 4. Умение пользоваться туалетом.		
1	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.
2	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).
3	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.
Раздел 5. Одевание-раздевание.		
1	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды.
2	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.
3	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний.
Раздел 6. Прием пищи.		
1	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка.
	Сервировочная посуда.	стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.
5	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку.
2	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.
3	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.
4	Столовые приборы.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки

Календарно – тематическое поурочное планирование

№ урока	план	факт	Тема урока	Кол- во часов
1.	05.09.2024		Моё имя. Называние своего имени и фамилии. Где я живу. « Я - человек».	1
2.	12.09.2024		Человек. Гигиена тела. Представление о частях тела. Знакомство с собственным телом, его частями: руки, ноги, голова, туловище.	1
3.	19.09.2024		Формирование схемы тела. Формирование схемы лица (нос, рот, глаза). Формирование схемы лица (волосы, уши, зубы). Рисунок «Человека»	1
4.	26.09.2024		«Мои руки». Уход за руками. Руки (плечи, пальцы, ногти). Пальцы. Пальчиковые игры. Самомассаж пальцев. Закрепление названий пальцев рук»	1
5.	03.10.2024		«Мои ноги». «Уход за ногами».	1
6.	10.10.2024		Игры на различение право - лево.	1
7.	17.10.2024		Для чего нужна зарядка.	1
8.	24.10.2024		Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага. Сообщение о желании сходить в туалет.	1
9.	07.11.2024		Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой. Формирование умения регулировать напор струи воды. Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.	1
10.	14.11.2024		Формирование умения мыть лицо, вытирать лицо. Формирование умения очищать носовой ход.	1
11.	21.11.2024		Правильный уход за ушами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка. Чистка зубов щёткой. Чистка зубов, полоскание.	1
12	28.11.2024		Виды расчесок. Правила причёсывания. расчесываться и следить за аккуратностью волос.	1
13	05.12.2024		Мои личные вещи	1
14	12.12.2024		Контроль знаний. Повторение пройденного материала	1
15	19.12.2024		Виды одежды: школьная, домашняя,	1

			спортивная Мои личные вещи. Что такое изнаночная сторона и лицевая. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	
16	26.12.2024		Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок. Формирование навыка расстегивания липучки. Закрепление навыка расстегивания липучки. Формирование навыка расстегивания кнопки. Закрепление навыка расстегивания кнопки.	1
17	09.01.2024		Формирование навыка расстегивания молнии. Закрепление навыка расстегивания молнии. Формирование навыка застегивания пуговицы. Закрепление навыка застегивания пуговицы.	1
18	16.01.2025		Формирование навыка развязывания шнурка. Закрепление навыка развязывания шнурка. Отработка навыка завязывания шнурка. Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды. Повторение.	1
19	23.01.2025		«Моя Семья» Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей. Моя семья. Брат, сестра. Моя семья. Бабушка. Дедушка. «Чем я люблю заниматься». Рисунок «Моя семья»	1
20	30.01.2025		Мой возраст. День рождения. Рисунок на тему «Мой День рождения» «К нам пришли гости, накроем на стол» Сюжетно-ролевая игра.	1
21	06.02.2025		«Мое самочувствие». «У меня болит голова» Повторение.	1
22	13.02.2025		Режим питания школьника. Режим дня. Полезные и вредные продукты	1
23	20.02.2025		Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название. Напитки. Название видов напитков (кефир, сок, лимонад).	1
24	27.03.2025		Столовая посуда. Название предметов посуды. Тарелка, ложка, чашка. Столовая посуда. Стакан, вилка. Культура поведения в столовой. Вилка. Еда с помощью вилки. Различение. Еда с помощью ложки и вилки. Какую еду едим вилок	1
25	06.03.2025		Название продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко). Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).	1
26	13.03.2025		«Овощи и фрукты в жизни человека» Как правильно употреблять (мыть овощи и фрукты, какие фрукты нужно очищать) Повторение.	1

27	20.03.2025		Мои эмоции. Радость.	1
28	03.04.2025		Мои эмоции. Гнев. Злость.	1
29	10.04.2025		Мои эмоции. Грусть.	1
30	17.04.2025		Мои эмоции. Удивление.	1
31	24.04.2025		Мои эмоции. Игра «Остров эмоций»	1
32	08.05.2025		Мой дом. Моя комната. Уборка комнаты. Комнатные растения. Уход за ними.	1
33	15.05.2025		Контроль знаний. Повторение.	1
34	22.05.2025		Чем я люблю заниматься. Моя досуговая деятельность.	1
			Итого	34ч.

Календарно – тематическое поурочное планирование Материально-техническое обеспечение

Предметные и сюжетные картинки; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.

Видеоматериалы, презентации, мультимедийные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; 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.

Технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование

