

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пышминского городского округа
«Печеркинская средняя общеобразовательная школа»**

**Рассмотрена на педагогическом совете
МБОУ ПГО «Печеркинская СОШ»
Протокол № 1 от 31.08.2023**

**Утверждаю
Директор
МБОУ ПГО «Печеркинская СОШ»
_____И.В.Печеркина
Приказ № 48/2-ОД от 31.08.2023**

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Человек»

для обучающихся 5 класса

2 вариант

**Составитель:
Печёркина Надежда Олеговна,
учитель индивидуального обучения**

С.Печеркино, 2023

Пояснительная записка

Программа «Человек» предназначена для учащихся 5 класса с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, сложным множественным дефектом, составлена на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Данная рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ.

Цель обучения предмету – формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи предмета:

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

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.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «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 «Одевание и раздевание» 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». 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.

Обучение по предмету носит прежде всего ярко выраженную практическую направленность. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Материал подбирается по объему и komponуется по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

Содержание каждого раздела раскрывается в календарно – тематическом планировании.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир» обязательной части учебного плана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком программа рассчитана:

5 класс - 68 часов в год (2 часа в неделю)

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные и предметные планируемые результаты освоения программы обучающимися рассматриваются в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям обучающихся.

Ожидаемые 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;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Возможные предметные результаты

5 класс

соблюдать последовательность действий при посещении туалета;
 соотносить себя и других с определенной возрастной категорией;
 называть (узнавать глобально), писать свое имя, фамилию и отчество;

называть (показывать число) свой возраст, время года, в котором родился (дату рождения);

различать виды деятельности в свободное время;

рассказывать о себе;

узнавать и различать кости человека;

узнавать и различать мышцы человека;

знать назначение кожи;

различать возрастные изменения человека;

подстригать ногти ножницами;

подпиливать ногти пилочкой;

наносить покрытие на ногтевую поверхность;

удалять декоративное покрытие с ногтей;

наносить косметическое средство на лицо;

расчесывать волосы;

мыть и вытирать волос;

сушить волос феном;

пользоваться косметическими средствами;

различать свою социальную роль в семье;

различать социальные роли членов семьи;

различать бытовую и досуговую деятельность членов семьи;

различать и называть профессии членов семьи;

рассказывать о своей семье;

знать правила культурного поведения за столом;

накладывать пищу из большой емкости в тарелку;

различать продукты, которые можно кушать руками;

пользоваться вилкой, ложкой, салфеткой во время приёма пищи;

чисто убирать со стола;

пользоваться ножом и вилкой во время приёма пищи;

различать одежду и обувь по сезонам;

следить за своим внешним видом;

различать лицевую и изнаночные стороны;
различать переднюю и заднюю стороны одежды;
различать верх и низ одежды;
различать правый и левый ботинок;
выворачивать одежду;
завязывать и развязывать шнурки.

Изучение предмета «Человек» в 5 классе направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями;
- осознание себя как одноклассника, друга;
- осознание себя как члена семьи;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- готовность к безопасному и бережному поведению в обществе.

Коммуникативные результаты:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

Регулятивные результаты:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;

- ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);

- пользоваться учебной мебелью;

- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

- работать с учебными принадлежностями;

- следовать предложенному плану, работать в общем темпе;

- организовывать рабочее место;

- контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами;

- принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев;

- корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные результаты:

- сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

- пользоваться знаками, символами, предметами- заместителями;

- наблюдать;

- работать с информацией (понимать изображение, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях);
- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Содержание программы

5 класс

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов
1	Представления о себе	15
2	Семья	9
3	Гигиена тела	16
4	Туалет	1
5	Обращение с одеждой и обувью	16
6	Прием пищи	11
	Всего:	68

Представления о себе

Я - человек. Дата рождения. Сведения о себе. Свободное время человека. Расскажи о себе. Строение человека (скелет). Строение человека (мышцы). Строение человека (кожа). Возрастные изменения человека.

Семья

Кто живёт рядом со мной. «Кто я? Я – племянник. Я – племянница». Как мы проводим рабочие и выходные дни. Кем работают родители. Рассказ о своей семье.

Гигиена тела

Последовательность действий при подстригании ногтей ножницами. Последовательность действий при подпиливании ногтей пилочкой. Последовательность действий при нанесении покрытия на ногтевую поверхность. Последовательность действий при удалении декоративного покрытия с ногтей. Последовательность действий при нанесении

косметического средства на лицо. Последовательность действий при расчесывании волос. Последовательность действий при мытье и вытирании волос. Последовательность действий при сушке волос феном. Последовательность действий при использовании косметическими средствами.

Туалет

Правила посещения туалета.

Обращение с одеждой и обувью

Последовательность действий при одевании комплекта одежды по сезонам. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной стороны одежды. Различение передней и задней стороны одежды. Различение верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка. Выворачивание одежды. Шнуровка обуви.

Прием пищи

Поведение за столом. Накладывание пищи в тарелку. Разнообразие продуктов. Еда руками. Еда ложкой и вилкой. Использование салфетки во время приема пищи. Последовательность действий уборки стола после еды. Использование ножа и вилки во время приема пищи

**Календарно - тематическое планирование по предмету
«Человек»**

№	Тема	Кол-во часов	Дата	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Правила посещения туалета	1		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование
2.	Я - человек.	1		работа с карточками работа с магнитными буквами работа с разрезной азбукой
3.	Дата рождения.	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
4.	Сведения о себе.	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
5.	Свободное время человека.	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
6. 7.	Расскажи о себе.	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование
8. 9.	Строение человека (скелет).	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
10. 11.	Строение человека (мышцы).	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
12. 13.	Строение человека (кожа).	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями интерактивное оборудование
14. 15.	Возрастные изменения человека.	2		работа с карточками работа с предметными и

				сюжетными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование дидактическое упражнение «Сравни себя с другими»
16.	Обобщающий урок по разделам «Туалет», «Представления о себе».	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы
17 18	Последовательность действий при подстригании ногтей ножницами.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
19	Последовательность действий при подпиливания ногтей пилочкой.	1		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
20	Последовательность действий при нанесении покрытия на ногтевую поверхность.	1		экскурсия в салон красоты
21	Последовательность действий при удалении декоративного покрытия с ногтей.	1		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
22 23	Последовательность действий при нанесении косметического средства на лицо.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
24 25	Последовательность действий при расчесывании волос.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
26 27	Последовательность действий при мытье и вытирании волос.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
28 29	Последовательность действий при сушке волос феном.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
30 31	Последовательность действий при использовании косметическими средствами.	2		работа с предметными и сюжетными иллюстрациями практическая работа
32	Обобщающий урок по	1		работа с карточками

	разделам: «Гигиена тела».			работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы
33 34	Кто живёт рядом со мной.	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы отгадывание загадок интерактивное оборудование
35 36	«Кто я? Я – племянник. Я – племянница».	2		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы отгадывание загадок интерактивное оборудование игра «Догадайся, кто я?»
37	Как мы проводим рабочие и выходные дни.	1		Работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование дидактическое упражнение «Что ты выберешь?»
38	Кем работают родители.	1		Работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование
39 40	Рассказ о своей семье.	2		Работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование Сюжетно – ролевая игра «Семья»
41	Обобщающий урок по разделам: «Семья».	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы
42	Поведение за столом.	1		Работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы слушание рассказа

				дидактическая игра «День рождения»
43	Накладывание пищи в тарелку.	1		Работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа
44	Разнообразие продуктов. Еда руками.	1		Работа с карточками работа с предметными иллюстрациями интерактивное оборудование практическая работа
45 46	Еда ложкой и вилкой. Использование салфетки во время приема пищи.	2		Работа с карточками работа с предметными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование практическая работа
47 48	Последовательность действий уборки стола после еды.	2		Практическая работа
49 50 51	Использование ножа и вилки во время приема пищи	3		Работа с карточками работа с предметными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование практическая работа
52	Обобщающий урок по разделу «Прием пищи».	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы
53 54	Последовательность действий при одевании комплекта одежды по сезонам.	2		Работа с карточками работа с предметными иллюстрациями пиктограммы интерактивное оборудование практическая работа дидактическая игра «Одень человека», «Путешествие по временам года» («Волшебная дорожка»)
55 56	Контроль своего внешнего вида.	2		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа

				дидактическая игра «Перемешанные картинки»
57 58	Различение лицевой и изнаночной стороны одежды.	2		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа
59	Различение передней и задней стороны одежды.	1		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа
60	Различение верха и низа одежды.	1		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа
61	Выворачивание одежды.	1		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа
62 63	Различение правого и левого ботинка.	2		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа дидактическая игра «Найди пару»
64	Головные уборы.	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы
65 66 67	Шнуровка обуви.	3		работа с карточками работа с предметными иллюстрациями практическая работа дидактическая игра «Волшебный шнурок»
68	Обобщающий урок по разделу: «Обращение с одеждой и обувью»	1		работа с карточками работа с предметными и сюжетными иллюстрациями пиктограммы

Демонстрационные и печатные пособия:

- наборы сюжетных и предметных картинок в соответствии с тематикой;
- фотографии с изображением членов семьи ребенка;
- видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения;
- предметные картинки из серии: «одежда», «обувь», «головные уборы»;
- предметы одежды;
- дидактическая кукла;
- пиктограммы;
- посуда (тарелка, вилка, ложка);
- мнемотаблицы;
- предметы для ухода за одеждой: щетка, утюг;
- предметы личной гигиены: мыло, расческа, полотенце, зубная щетка, носовой платок;
- маникюрные ножницы;
- шнуровка «башмак»;
- трафареты, карандаши.

Материально-техническое обеспечение:

- персональный ноутбук;
- многофункциональное устройство;
- мультимедийный проектор;
- интерактивная доска;
- документ-камера;

- мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию программы.

Используемая литература:

1. Баряева Л.Б., Яковлева Н.Н. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011. – 475 с.

2. Бгажнокова И.М. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития. – М.: Владос, 2010. – 239с.

3. Бгажнокова И.М. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы – М.: ВЛАДОС, 2007. – 181 с.

4. Жигорева М.В., Левченко И.Ю. Дети с комплексными нарушениями развития: диагностика и сопровождение. –М.: Национальный книжный центр, 2016. – 208 с.

5. Маллер А. Р., Цикото Г. В. Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений.- М.: Издательский центр «Академия», 2003.-208с

6. Методические рекомендации по вопросам внедрения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). – М.: Мин-во образования и науки РФ, ГБОУ ВПО МГПУ, 2015.

7. Олигофренопедагогика: учеб. пособие для вузов / Т. В. Алышева, Г. В. Васенков, В. В. Воронкова и др.: Дрофа; Москва; 2009.

8. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными

нарушениями)/М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2017.

9. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 класс, под редакцией И.М. Бгажноковой, 2013.

10. Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599.

11. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

12. Шипицына Л. М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. — 2-е изд., перераб. и дополн. — СПб.: Речь, 2005. — 477 с.

13. Юхтанова Е. А. Обучение детей с комплексными нарушениями развития // Молодой ученый. — 2017. — №39. — С. 118-121. — URL <https://moluch.ru/archive/173/45804/>