

Одобрено педагогическим советом
МБОУ СОШ №30 г. Пензы
«29» августа 2023 г., протокол № 14

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 160-од от 29.08.2023
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пензы
_____ А.А. Долов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 г.Пензы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ

«Человек»

5 класс

(ФГОС УО, вариант 2)

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек», составлена на основе: Требования к результатам освоения АООП Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) (далее – ФГОС УО (ИН)), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - ФАООП УО), Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Человек» (далее – ФРП «Человек»), а также ориентирована на целевые приоритеты, построенные в федеральной рабочей программе воспитания.

Учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир».

Цель обучения – формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Задачи программы:

1. формирование 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.
2. формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться.
3. формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.
4. обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой.
5. формирование навыков обслуживания себя в туалете включены
6. 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.

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.

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 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 «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». 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.

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.

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.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Предметная область: окружающий мир

Количество часов на изучение предмета: 68 уроков в год (по 2 ч. в неделю)

Количество учебных недель: 34 недели.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

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:

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;

- представления 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 другое;
 - 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 соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);
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.

Сформированность базовых учебных действий

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность,
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе
- передвигаться по школе,
- находить свой класс, другие необходимые помещения.

Формирование учебного поведения:

1) умение выполнять инструкции педагога:

- выполняет одноступенчатую инструкцию

3) использование по назначению учебных материалов:

- бумаги
- цветной бумаги
- тетрадей, альбомов для рисования
- карандашей, ручек, ластиков
- красок
- линеек

4) умение выполнять действия по образцу и по подражанию:

- самостоятельно выполняет действия с опорой на картинный план

Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин.

2) от начала до конца:

- выполняет задания, но требуется незначительная стимуляция

3) с заданными качественными параметрами:

- ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы обучения по предмету, коррекционному курсу

Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д:

- ориентируется в режиме дня, расписании уроков самостоятельно
- самостоятельно выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план)
- самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.

Содержание учебного предмета

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

Представление о себе.

Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).

Гигиена тела.

Очищение носового прохода. Расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей.

Обращение с одеждой и обувью.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк).

Туалет.

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.

Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку.

Семья.

Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.

Тематическое планирование с определением видов деятельности обучающегося на уроке «Человек»

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
Представления о себе. 4			
1	Как я себя сегодня чувствую.	1	Сообщение о состоянии своего здоровья. Беседа. Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Практическая работа. Использование картинного и фото материала.
2	Мое имя и фамилия.	1	
3	Мой возраст (дата рождения)	1	
4	Составление рассказа о себе.	1	
Гигиена тела. 16			
5	Нос, назначение носа.	2	Расширение знаний ребенка о строении тела человека. Беседы с учителем, выполнение практических заданий.
6	Гигиенические средства для ухода за носом.	2	
7	Очищение носового прохода.	2	

8	Волосы, уход за волосами.	2	
9	Средства по уходу за волосами.	2	
10	Уши, назначение ушей.	2	
11	Гигиенические средства по уходу за ушами.	2	
12	Мытье и чистка ушей.	2	
Обращение с одеждой и обувью. 10			
13	Повседневная одежда	1	Слушание объяснений учителя, рассматривание картинок одежды, по возможности повторение слов. Игровая. Изобразительная. Выполнение практических заданий.
14	Праздничная одежда.	1	
15	Рабочая одежда.	1	
16	Специальная одежда.	1	
17	Лицевая и изнаночная сторона одежды.	2	
18	Подбор одежды по случаю.	2	
19	Надевание предмета одежды .	2	
Туалет 12			
20	«Оборудование туалетной комнаты.	1	Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья. Алгоритм пользования туалетом. Знать части унитаза. Знать, как смыть унитаз. Знать виды туалетной бумаги. Рассматривание видов туалетной бумаги. Практическое занятие: «Отматывание, отрывание бумаги» Практическое занятие: "Пользование туалетом". Практическое занятие: "Пользование туалетом". «Гигиенические процедуры, после посещение туалета» Объяснение учителя: части раковины. Повторение: "Для чего мы ухаживаем за телом" Водные процедуры, душ».
21	Алгоритм пользования туалетом.	1	
22	«Унитаз. Части унитаза»	1	
23	«Кнопка слива» «Смывание унитаза»	1	
24	«Туалетная бумага. Виды бумаги Правила пользования»	1	
25	«Отматывание, отрывание бумаги»	1	
26	"Пользование туалетом".	1	
27	«Гигиенические процедуры после посещение туалета»	1	
28	«Раковина. Части раковины.	1	
29	«Моё личное полотенце»	1	
30	Повторение: "Для чего мы ухаживаем за телом"	2	
Прием пищи. 12			
31	Правила поведение за столом во время приема пищи.	2	Показ и называние столовых приборов. Показ и называние посуды. Беседа. Игра. Практические задания.
32	Правила пользования столовыми приборами.	2	
33	Назначение приборов.	2	
34	Виды и назначения вилок.	2	
35	Пользование вилок.	2	
36	Сервировка стола.	2	
Семья 14			
37	«Мой дом» «Мои родственники, друзья»	2	Слушание объяснений учителя, рассматривание картинок. Составление рассказа по сюжетным картинкам о семье. Слушание
38	«Как проводить свободное время»	2	
39	«Мои любимые игры, увлечения»	2	

40	Домашние праздники.	2	объяснений учителя, практические упражнения.
41	Что такое хобби.	2	
42	Увлечения родителей.	2	
43	Настольные игры.	2	
Итого: 68			

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Средства обучения:

1. технические и электронные средства обучения:

- автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,
- телевизор, CD/DVD –проигрыватели,
- аудиомаягнитофон, мультимедиапроектор; экран,
- аудиозаписи , видеозаписи, мультимедийные ресурсы,
- классная доска с набором креплений для картинок, постеров, таблиц, н
- настенная доска с набором приспособлений для крепления картинок.

2. цифровые образовательные ресурсы:

Электронные библиотеки ([www. gnpbu. ru.](http://www.gnpbu.ru));

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=5025&tmpl=com Сеть творческих

учителей

<http://viki.rdf.ru/cat/prazdniki/> Детские электронные презентации

<http://dic.academic.ru> - Словари и энциклопедии on-line.

<http://ditionary.fio.ru> - Педагогический энциклопедический словарь.

<http://www.km.ru> - Портал компании «Кирилл и Мефодий»

<http://www.ug.ru> - Сайт «Учительской газеты».

<http://www.solnyshko.ee> - Детский портал «Солнышко».

3. демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

- предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения
- 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;

**КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО
ПРЕДМЕТУ: «ЧЕЛОВЕК»**

0 б. – не владеет

1 б. – частично владеет

2 б. – в полной мере владеет

№	Предметные результаты	Сентябрь	Декабрь	Май
1.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.			
2.	Представление о собственном теле.			
3.	Отнесение себя к определенному полу.			
4.	Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.			
5.	Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.			
6	Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.			
7	Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.			
8	Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.			
9	Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).			
10	Умение следить за своим внешним видом.			
11	Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.			
Итого:				

Подсчёт результатов:

0 – 6 баллов – низкий уровень достижения предметных результатов

7– 15 баллов – средний уровень достижения предметных результатов

16 - 22 баллов – высокий уровень достижения предметных результатов