

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Первомайская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

На заседании
Педагогического совета

Протокол №1

От 29.08.2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

_____ Янькова Н.И.

29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
«Первомайская СОШ»

_____ Рощупкина Л.А.

Приказ №174 от 29.08.2025г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета «Человек»

Для учащихся 7 класса с УО (интеллектуальными нарушениями 2 вариант)

с. Первомайское, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета Человек для 7 класса на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования учащихся с тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Первомайская СОШ», с учетом авторской Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 2 вариант и учебным планом МБОУ «Первомайская СОШ». Учебный план МБОУ «Первомайская СОШ» предусматривает на изучение предмета «Человек» 1 час в неделю. Курс рассчитан на 34 часа.

Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 2). 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.

Цель обучения состоит в формировании представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания

Задачи программы:

- формирование гигиенических навыков;
- коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;
- обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно – гигиенических требований при использовании различных материалов;
- формирование организационных умений и навыков; формирование навыков культурой еды; развитие умений ориентироваться в задании;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания;
- продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Рабочая 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, 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 одежду в чистоте и порядке.

Раздел «Прием пищи» предполагает изучение продуктов питания, режима питания, обучение использованию во время еды столовых приборов.

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. Учащиеся учатся соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения учебного предмета:

Программа направлена на то, чтобы каждый ученик, как субъект учебно–познавательной деятельности, мог проявить свои личностные качества: -проявлять познавательный интерес;

-проявлять и выражать свои эмоции;

-обозначать свое понимание или непонимание вопроса;

-участвовать в совместной, коллективной деятельности;

-проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;

-проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

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. - Представление о собственном теле.

-Отнесение себя к определенному полу.

-Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.

-Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.

-Овладение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;

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 др.

-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 определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.

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

-Умение следить за своим внешним видом.

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.

5. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

- Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).
- Умение следить за своим внешним видом.

6. 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.

Планируемые результаты коррекционной работы:

- Уметь называть своё имя.
- Уметь показывать части тела (рука, нога, нос, рот, уши, глаза, зубы)
- Уметь говорить о себе от первого лица
- Проявлять интерес к изучению себя, своих физических возможностей (рука, нога, физические потребности – пить, кушать)
- Уметь сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях (проситься в туалет, пить, кушать)
- Уметь снимать и одевать нижнее бельё (после посещения туалета)
- Иметь представление о процессах и алгоритмах мытья рук
- Уметь обслуживать себя (держат ложку, пить из кружки)

Изучение предмета «Человек» 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, встать 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;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Наименование разделов, тем программы	Кол-во часов
1.	Представления о себе	6
2.	Прием пищи	3
3.	Гигиена тела	7
4.	Туалет	2
5.	Обращение с одеждой и обувью	8
6.	Моя семья	8
	Всего часов за год	34

Календарно- тематическое планирование

Человек 7 Б

№ урока	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Дата	
			план	факт
1.	<u>Представление о себе.</u> Части тела и лица. Назначение.	1	01,09	
2.	Возраст и его изменение (рост, вес, возраст; ребенок, взрослый, пожилой).	1	08,09	
3.	Строение человека (скелет, мышцы, кожа). Осанка.	1	15,09	
4.	Внутренние органы человека.	1	22,09	
5.	Внутренние органы человека.	1	29,09	
6.	Назначение внутренних органов человека.	1	06,10	
7.	Назначение внутренних органов человека.	1	13.10	
8.	<u>Гигиена тела.</u> Утренний и вечерний туалет.	1	20,10	
9.	Правила личной гигиены в течении дня. Предметы и средства гигиены.	1	27.10	
10.	Кожа. Порез, ожог.	1	10.11	
11.	Косметические средства для ухода за телом.	1	17.11	
12.	<u>Здоровый образ жизни.</u> Зарядка и ее значение.	1	24.11	
13.	Закаливание организма. Профилактика простудных заболеваний.	1	01.12	
14.	Опрятный внешний вид.	1	08.12	
15.	<u>Обращение с одеждой и обувью.</u> Классификация одежды и обуви.	1	15.12	
16.	Сезонная одежда и обувь.	1	22.12	
17.	Детали (застежки) одежды и обуви.	1	12.01	
18.	Ремонт одежды. Пришивание пуговицы. ТБ при работе с иглой, нитками, ножницами.	1	19.01	
19.	Пришивание пуговицы.	1	26.01	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ				
№	Название темы	Кол- во часов	Дата	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Представление о себе				
1-2	Моё тело. Возрастные изменения	2	04.09	http://school-collection.edu.ru/ человека. 11.09
	http://univertv.ru/			
3	Строение человека	1	18.09	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
4-5	Сердце. Органы кровообращения.	2	25.09	http://school-collection.edu.ru/
			02.10	http://univertv.ru/
6	Сердечно – сосудистые заболевания	1	09.10	http://school-collection.edu.ru/ и их
	предупреждение. http://univertv.ru/			
Прием пищи				
7-8	Значение питания. Пищевые	2	16.10	http://school-collection.edu.ru/ продукты. 23.10
	http://univertv.ru/			
9	Культура поведения за столом.	1	06.11	http://school-collection.edu.ru/
				http://univertv.ru/
Гигиена тела				
10-11	Особенности личной гигиены в	2	15.11	http://school-collection.edu.ru/ жизни подростка 20.11
	http://univertv.ru/			
12	Предметы личной гигиены.	1	27.11	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
13-14	Кожа и ее роль в жизни человека.	2	04.12	http://school-collection.edu.ru/
	Уход за кожей.		11.12	http://univertv.ru/
15-16	Вредные привычки и их влияние на	2	18.12	http://school-collection.edu.ru/
	здоровье человека.		25.12	http://univertv.ru/
Туалет				
17	Утренний туалет.	1	15.01	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
18	Вечерний туалет	1	22.01	http://school-collection.edu.ru/
				http://univertv.ru/
Обращение с одеждой и обувью				
19	Стиль одежды. Назначение.	1	29.01	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
20	Уход за одеждой	1	05.02	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
21	Стиль обуви. Назначение.	1	12.02	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
22	Уход за обувью.	1	19.02	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
23	Головные уборы. Назначение	1	26.02	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
24	Уход за головными уборами.	1	05.03	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
25	Личные вещи. Уход за личными	1	12.03	http://school-collection.edu.ru/ вещами
				http://univertv.ru/
26	Выбор одежды и обуви в	1	19.03	http://school-collection.edu.ru/ соответствии с назначением.
				http://univertv.ru/
Семья				
27	Российская семья.	1	02.04	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/
28-29	Семейные отношения	2	09.04	http://school-collection.edu.ru/
			16.04	http://univertv.ru/

30	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета.	1	23.04	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/	
31-32	Организация досуга и отдыха в	2	30.04	http://school-collection.edu.ru/	семье 07.05
	http://univertv.ru/				
33-34	Безопасность дома	2	14.05 21.05	http://school-collection.edu.ru/ http://univertv.ru/	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Наглядное пособие для педагогов, логопедов, воспитателей и родителей. Серия «Знакомство с окружающим миром и развитие речи».

Тематический словарь в картинках: «Домашние и дикие животные средне полосы», «Домашние и дикие птицы средней полосы», «Грибы и ягоды», «Цветы и деревья», «Электробытовая техника», «Город, улица, дом, квартира, мебель», «Одежда», «Обувь», «Инструменты», «Профессии».

Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Весёлый этикет (развитие коммуникативных способностей ребёнка,- Екатеринбург: «АРГО»

«Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Российский образовательный портал — <http://www.school.edu.ru>

Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://schoolcollection.edu.ru/>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 11658132350595754882249227326788119953424450954

Владелец Рощупкина Людмила Анатольевна

Действителен с 04.12.2024 по 04.12.2025