

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Матвеево - Курганская специальная школа-интернат»
(ГКОУ РО Матвеево - Курганская школа-интернат)**

Рассмотрено на МО
коррекционного цикла
«30 » августа 2023 г.

Согласовано с методическим
советом школы-интерната
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интерната
_____ В.В. Зинченко

**Адаптированная основная общеобразовательная программа
по предмету «Человек»
для обучающихся 7 класса «Особый ребёнок» (Вариант 2)**

Разработала: Шульга Е.М.

2023-2024 уч. год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Человек» разработана на основе следующих 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) (вариант 2), /М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2);
- Учебный план ГКОУ РО Матвеево-Курганской школы-интерната на 2023-2024 учебный год (вариант 2).

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося 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 обучающихся, развитие мелкой моторики рук;

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

Описание места учебного предмета в учебном плане

Программа по учебному предмету «Человек» предметной области «Окружающий мир» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по предмету.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Согласно базисному учебному плану примерной адаптированной основной общеобразовательной программы ГКОУ РО Матвеево – Курганской школы-интерната, составленной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) всего на изучение предмета «Человек» отводится 1 час в неделю (34 ч/в год).

Содержание учебного предмета

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

Представления о себе

Идентификация себя. Узнавание (различение) частей тела. Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека. Знание назначения частей лица. Знание строения человека. Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела). Знание назначения внутренних органов. Сообщение о состоянии своего здоровья. Сообщение сведений о себе.

Гигиена тела

Знание и соблюдение правил личной гигиены. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Вытирание лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Узнавание и различение средств личной гигиены, их назначение. Соблюдение правил здорового образа жизни.

Обращение с одеждой и обувью

Узнавание (различение) предметов одежды. Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви. Знание назначения видов обуви. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов. 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). Повседневный уход за одеждой, обувью и головными уборами.

Туалет

Утренний и вечерний туалет. Соблюдение последовательности действий в туалете.

Прием пищи

Режим питания. Приём пищи. Правила приёма пищи. Рацион питания. Знания в области правильного питания. Соблюдение правил поведения за столом.

Семья

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей 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. Безопасность на улице и дома.

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.

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек".

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.
- 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.
- 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.

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

Раздел «Представления о себе»:

Минимальный уровень:

- ✓ представления о собственном теле;
- ✓ различать части тела;
- ✓ отнесение себя к определенному полу;
- ✓ умение определять "моё" и "не моё", осознавать и выражать свои интересы, желания.

Достаточный уровень:

- ✓ умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы;
- ✓ представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

Раздел « Семья»:

Минимальный уровень:

- ✓ представления о своей семье, взаимоотношениях в семье: представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли.

Достаточный уровень:

- ✓ соблюдать правила поведения в семье;

- ✓ пояснять своё личностное отношение к членам своей семьи, школьной семьи. Называть (показывать) членов своей семьи.
- ✓ иметь представления об обязанностях членов семьи.
- ✓ иметь представления о бытовой и досуговой деятельности семьи.

Раздел «Гигиена тела»:

Минимальный уровень:

- ✓ уметь чистить зубы утром и вечером, мыть руки после посещения туалета и перед едой;
- ✓ иметь представление о процессах и алгоритмах мытья рук, ног, тела, головы.

Достаточный уровень:

- ✓ 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.

Раздел «Туалет»:

Минимальный уровень:

- ✓ ходить в туалет;
- ✓ выполнять гигиенические процедуры;
- ✓ умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

Достаточный уровень:

- ✓ совершать утренний и вечерний туалет самостоятельно;
- ✓ соблюдать алгоритм утреннего и вечернего туалета.

Раздел «Одевание и раздевание»:

Минимальный уровень:

- ✓ одеваться и раздеваться самостоятельно;
- ✓ знать и различать одежду и виды обуви по назначению (домашняя, уличная, повседневная, праздничная, спортивная).

Достаточный уровень:

- ✓ определять последовательность одевания с помощью алгоритма;
- ✓ различать предметы одежды;
- ✓ распознавать условные обозначения на ярлыках одежды;
- ✓ складывать одежду по образцу.

Раздел «Прием пищи»:

Минимальный уровень:

- ✓ уметь обслуживать себя;
- ✓ знать атрибуты в доступном предметном мире;
- ✓ называть предметы посуды;
- ✓ называть продукты.

Достаточный уровень:

- ✓ различать предметы посуды;
- ✓ узнавать и различать продукты питания;
- ✓ уметь содержать место приема пищи в чистоте.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "ЧЕЛОВЕК"

1. Коммуникативные символы.
2. Картины, наглядные пособия; предметов различной формы, величины, цвета.
3. Невербальные средства общения(жест, мимика, голос).
4. Шнуровки, липучки.
5. Посуда-вставления (стаканчики одинаковой величины).
6. Виды одежды и обуви.
7. Принадлежности для ухода за своим телом-оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам.
8. Пазлы, лото, разрезные картинки.
9. Звучащие предметы для встряхивания.
10. Предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра).
11. Различные по форме, величине, цвету наборы материала (в т.ч. природного).

Тематическое планирование

№	Тема/ раздел	Кол-во часов, отводимых на изучение темы	Электронные учебно-методические материалы
I четверть – 8 часов			
	<i>Представление о себе</i>	4	
1.	Моё тело. Возрастные изменения человека.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
2.	Строение человека.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
3.	Внутренние органы человека.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
4.	Вредные привычки.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
	<i>Прием пищи</i>	2	
5.	Значение питания. Пищевые продукты.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
6.	Культура поведения за столом.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
	<i>Гигиена тела</i>	2	
7.- 8.	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	2	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
II четверть – 7 часов			
	<i>Гигиена тела</i>	3	
9.	Кожа и ее роль в жизни человека.	1	
10.	Уход за кожей.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
11.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
	<i>Туалет</i>	2	
12.	Утренний туалет.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
13.	Вечерний туалет.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
	<i>Обращение с одеждой и обувью</i>	2	
14.	Стиль одежды. Назначение.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg

15.	Уход за одеждой.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
III четверть – 10 часов			
	Обращение с одеждой и обувью	10	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
16.	Стиль обуви. Назначение.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
17.	Уход за обувью.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
18.	Головные уборы. Назначение.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
19.	Уход за головными уборами.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
20.	Личные вещи.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
21.	Уход за личными вещами.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
22.	Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
23.	Повседневная одежда. Назначение, хранение, уход.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
24.	Школьная одежда. Назначение, хранение, уход.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
25.	Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, кнопки).	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
IV четверть – 8 часов			
	Семья	8	
26.	Российская семья.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
27.	Семейные отношения.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
28.	Дети и взрослые. Семейные роли.	1	http://ege.pskgu.ru/index.php/component/k2/item/222-zadacha-3-formirovanie-predstavleniya-o-bytovoju-i-dosugovoj-deyatelnosti-chlenov-semi.html
29.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
30.	Организация досуга и отдыха в семье.	1	http://ege.pskgu.ru/index.php/component/k2/item/224-zadacha-5-formirovanie-umeniya-rasskazyvat-o-svoej-seme.html
31.	Безопасность дома.	1	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg

32.- 33.	Мои данные.	2	https://disk.yandex.ru/d/GQ71bytHHo3sVg
	ВСЕГО	33	

Инструмент учителя

№	Содержательная линия. Тема	Срок	Кол- во часов	Планируемые результаты	
				Минимальный	Достаточный
I четверть - 8 часов					
	<i>Представление о себе</i>		4		
1.	Моё тело. Возрастные изменения человека.	04.09.23	1	-уметь определять по картинке основные возрастные периоды жизни человека.	-знать основные возрастные периоды жизни человека.
2.	Строение человека.	11.09.23	1	-знать части тела; - показывать части тела на себе и на картинке.	-знать строение человека; -различать скелет, мышцы, кожу.
3.	Внутренние органы человека.	18.09.23	1	-знать название внутренних органов; -называть внутренние органы человека на картинке; -отличать понятия «внешнее» и «внутреннее» строение тела человека.	-различать внутренние органы человека; -знать, где находится внутренние органы.
4.	Вредные привычки.	25.09.23	1	-определять и называть вредные привычки по наглядному пособию.	-знать факторы, влияющие на состояние своего здоровья и окружающих.
	<i>Прием пищи</i>		2		
5.	Значение питания. Пищевые продукты.	02.10.23	1	-знать пищевые продукты и определять их по картинкам.	-знать значение питания.
6.	Культура поведения за столом.	09.10.23	1	-уметь отличать хорошее поведение за столом от плохого.	-знать правила поведения за столом.
	<i>Гигиена тела</i>		2		
7.- 8.	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	16.10.23 23.10.23	2	-уметь мыть руки; - уметь мыть лицо; - уметь мыть ноги; - уметь расчесывать волосы.	-знать правила ухода за лицом, телом и волосами.
II четверть – 7 часов					

	Гигиена тела		3		
9.	Кожа и ее роль в жизни человека.	13.11.23	1	-показать кожу на своем теле.	-знать функции кожи.
10.	Уход за кожей.	20.11.23	1	-различать предметы личной гигиены для ухода за кожей.	- произнести названия предметов личной гигиены для ухода за кожей.
11.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	27.11.23	1	-найти картинку с изображением вредных привычек.	- произнести названия вредных привычек; -уметь отличать хорошие привычки от плохих.
	Туалет		2		
12.	Утренний туалет.	04.12.23	1	-совершать утренний туалет под контролем взрослого, с его помощью; -знать алгоритм утреннего туалета.	- совершать утренний туалет самостоятельно; -соблюдать алгоритм утреннего туалета.
13.	Вечерний туалет.	11.12.23	1	- совершать вечерний туалет под контролем взрослого, с его помощью; -знать алгоритм вечернего туалета.	- совершать вечерний туалет самостоятельно; -соблюдать алгоритм вечернего туалета.
	Обращение с одеждой и обувью		2		
14.	Стиль одежды. Назначение.	18.12.23	1	- определять последовательность одевания с помощью алгоритма; -различать предметы одежды.	-отличать свою одежду и обувь от чужой; -знать названия предметов одежды.
15.	Уход за одеждой.	25.12.23	1	-распознавать условные обозначения на ярлыках одежды; -складывать одежду по образцу;	-определять уход за одеждой по ярлыкам; - складывать одежду по словесной инструкции.
III четверть – 10 часов					
	Обращение с одеждой и обувью		10		
16.	Стиль обуви.	15.01.24	1	- знать виды обуви;	-различать обувь по сезону,

	Назначение.			-различать их по назначению (домашняя, уличная, повседневная, праздничная, спортивная); -знать названия обуви.	половой принадлежности.
17.	Уход за обувью.	22.01.24	1	-выбирать средства ухода за обувью.	-знать названия средств по уходу за обувью.
18.	Головные уборы. Назначение.	29.01.24	1	-различать головные уборы.	-знать названия головных уборов.
19.	Уход за головными уборами.	05.02.24	1	-знать как хранить головные уборы.	-знать где хранить головные уборы.
20.	Личные вещи.	12.02.24	1	-знать виды личных вещей.	-знать назначения личных вещей.
21.	Уход за личными вещами.	19.02.24	1	-знать как хранить личные вещи.	-знать где хранить личные вещи.
22.	Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением.	26.02.24	1	-различать одежду и обувь по назначению(домашняя, уличная, повседневная, праздничная, спортивная) под контролем взрослого, с его помощью .	- самостоятельно выбирать одежду и обувь по назначению (домашняя, уличная, повседневная, праздничная, спортивная) .
23.	Повседневная одежда. Назначение, хранение, уход.	04.03.24	1	-различать повседневную одежду; - знать основные правила ухода за одеждой; -учиться аккуратно, складывать или вешать одежду.	- чистить одежду щёткой; -вытирать обувь влажной салфеткой.
24.	Школьная одежда. Назначение, хранение, уход.	11.03.24	1	-различать школьную одежду; - знать основные правила ухода за одеждой; -учиться аккуратно, складывать или вешать одежду.	- чистить одежду щёткой; -вытирать обувь влажной салфеткой.
25.	Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, кнопки).	18.03.24	1	-различать пуговицы (молнии, кнопки).	- самостоятельно расстёгивать (застёгивать) пуговицы (молнии, кнопки).
IV четверть – 8 часов					
	Семья		8		

26.	Российская семья.	01.04.24	1	-знать и называть всех членов семьи.	-называть членов семьи и род их деятельности.
27.	Семейные отношения.	08.04.24	1	-знать свои обязанности в семье.	-называть семейные традиции.
28.	Дети и взрослые. Семейные роли.	15.04.24	1	- знать правила поведения в семье; -называть свою социальную роль в семье.	- различать и называть социальную роль каждого члена семьи.
29.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета.	22.04.24	1	-знать обязанности по дому всех членов семьи.	- знать место работы родителей.
30.	Организация досуга и отдыха в семье.	29.04.24	1	- знакомить с видами отдыха и его значением для человека;	-рассказать о досуге в своей семье.
31.	Безопасность дома.	06.05.24	1	-знать основные правила безопасного поведения в быту.	-соблюдать основные правила безопасного поведения в быту.
32. - 33.	Мои данные.	13.05.24 20.05.24	2	-знать свое имя и фамилию; -знать свой возраст.	-знать свой адрес проживания.
ВСЕГО			33		