

Областное государственное казённое общеобразовательное учреждение «Школа  
для детей с ограниченными возможностями здоровья №11»  
г. Димитровграда

«СОГЛАСОВАНО»  
Зам. директора по УМР  
Лютая И.Ш.  
30 августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОГКОУ «Школа №11»  
Скопцова С.Г.  
30 августа 2024г.

## **Адаптированная рабочая программа учебного предмета (курса)**

# **«Человек»**

## **1 класс**

**2024-2025 учебный год**

Образовательная программа:  
АООП УО (ИН) Вариант 2. Учитель:  
Алексеева О.Р.

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения  
Протокол: № 01 от 29 августа 2024 г.

г. Димитровград  
2024-2025

## СОДЕРЖАНИЕ:

- 1) Пояснительная записка.
- 2) Общая характеристика учебного предмета.
- 3) Описание места учебного предмета в учебном плане.
- 4) Планируемые результаты освоения учебного предмета.
- 5) Содержание учебного предмета.
- 6) Критерии и нормы оценки достижения, планируемых результатов освоения программы учебного предмета. 7) Календарно - тематическое планирование.
- 8) Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.
- 9) Содержание.

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Человек» для обучающихся 1 класса, воспитанников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениям) вариант 2 составлена на основании следующих нормативно-правовых документов.

- 1.1 Федеральный закон №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.
- 1.2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (приказ Министерства образования и науки РФ №1598 от 19 декабря 2014 года).
- 1.3 Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2014 года).
- 1.4 Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему развитию (протокол №4/15 от 22 декабря 2013 года).
- 1.5 Адаптированная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- 1.6 Учебный план ОГКОУ «Школа № 11» на 2024 — 2025 учебный год.
- 1.7. Годовой календарный учебный график школы на 2024— 2025 учебный год.
- 1.8 Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4;3648-20» «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Рабочая программа по предмету «Человек» предназначена для учащихся 1 класса с тяжёлыми и множественными нарушениями развития. Программа составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 года за №273, приказом «Федеральный

государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 19 декабря 2014г. за № 1599, АООП (2 вариант) и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста с нарушением интеллекта.

Основой является программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 0 – 4 классы/ под редакцией И.М. Бгажноковой, 2013г., филиал издательства «Просвещение», Санкт-Петербург.

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений о себе. **Актуальность** заключается в формировании личности ребенка 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.

**Целью обучения** предмета является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

На уроках «Человек» используются следующие **методы**:

- Объяснительно-иллюстративный или информационно-рецептивный;
- Репродуктивный;
- Беседа;
- Наблюдение;
- Работа с книгой;
- Упражнение;
- Практическая работа;
- ИКТ.

Методы распределяются на методы преподавания и соответствующие им методы учения:

- Информационно-обобщающий (учитель) / исполнительский (ученик);
- Объяснительный / репродуктивный
- Инструктивный / практический
- Объяснительно-побуждающий / поисковый. **Формы**:
- Предметный урок;
- Индивидуальная работа;

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «Человек» ставит следующие **задачи**:

- формирование представлений о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- развитие умений решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- развитие умений поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье.

Учебный курс предусматривает следующую **структуру**:

- Представления о себе.
- Моя семья.
- Гигиена тела.
- Одежда и обувь.
- Прием пищи.

### **3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Предмет «Человек» относится к образовательной области «Окружающий мир». В учебном плане предмет представлен с 1 по 12 год обучения. Программа предусматривает следующее количество часов 1 класс – 2 часа в неделю – 33 учебных недели – всего 66 часов. При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применением следующих педагогических технологий обучения: технологий коррекционноразвивающего обучения, игровой деятельности, личностно – ориентированного обучения, технологий индивидуализации и дифференциации обучения, технологий здоровье сбережения В.Ф. Базарного.

### **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**предметные результаты обучения:**

- иметь представления о собственном теле;
- относить себя к определенному полу;
- уметь определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- уметь сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, свои интересы, хобби и др.;
- уметь соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой);
- иметь представления о членах семьи, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

- узнавать одежду, обувь.
- уметь расстёгивать и застёгивать одежду, завязывать шнурки, знать последовательность одевания и раздевания.
- различать изнаночную сторону одежды.

#### **личностные результаты обучения.**

- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

**Мониторинг** результатов обучения проводится не реже одного раза в полугодие. В ходе мониторинга специалисты образовательной организации оценивают уровень сформированности представлений, действий/операций, внесенных в СИПР. Например: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; представление: «узнает объект», «не всегда узнает объект» (ситуативно), «не узнает объект». Итоговые результаты образования за оцениваемый период оформляются описательно в дневниках наблюдения и в форме характеристики за учебный год. На основе итоговой характеристики составляется СИПР на следующий учебный период. Результаты мониторинга указаны в таблице.

## **5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В программе предмета выделяются **разделы:**

### **Представления о себе.**

Представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях. Представления о возрастных изменениях человека. Соотнесение себя со своим именем, отражением в зеркале. Соотнесение себя к определенному полу. Умение определять

«моё» и «не моё». Осознание своих интересов и желаний, умение выражать свои интересы и желания. Владение общими сведениями о себе: имя, фамилия, отчество, возраст, пол, место жительства.

### **Моя семья**

Понимание понятия «семья». Владение информацией о признаках семьи. Владение информацией о членах семьи. Умение определять кто кому кем приходится. Понимание семейных традиций.

### **Гигиена тела**

Знание строения тела человека. Умение ухаживать за лицом, полостью рта, руками, телом. Ориентация в ванной комнате. Ориентация в туалетной комнате. Умение выражать потребность посетить туалетную комнату. Знание названий средств гигиены. Умение пользоваться средствами гигиены.

### **Одежда и обувь**

Знание видов одежды. Умение определять лицевую и изнаночную стороны одежды. Знание названий сезонной одежды. Знание названий обуви. Представления о видах застежек. Знание названий головных уборов, аксессуаров. Знание правил ухода за одеждой. Умение узнавать и различать виды одежды, обуви, головных уборов. Умение завязывать шнурки, застегивать замок и пуговицы. Умение самостоятельно переодеваться.

### **Приём пищи**

Знание правил поведения за столом. Умение соблюдать правила поведения за столом. Знание названий посуды и столовых приборов. Умение узнавать и различать посуду и столовые приборы. Умение пользоваться столовыми приборами. Умение сообщать о голоде и жажде. Знание видов продуктов питания. Умение узнавать и различать продукты питания. Умение различать приемы пищи в соответствии с частью суток: завтрак, обед, ужин. Умение соблюдать правила гигиены до и после приема пищи.

## **6. КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ, ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Оценка личностных результатов предполагает оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями. Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. Во время обучения центральным результатом является появление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками.

*Текущая* аттестация обучающихся включает в себя полугодичное оценивание результатов освоения СИПР в части данной предметной компетенции, разработанной на основе АООП образовательной организации.

*Промежуточная* (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР в части данной предметной компетенции и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года.

Оценивание проводится по результату наличия динамики, в развитии обучающегося, при этом заполняется «Лист наблюдений за развитием учащегося» с помощью следующих критериев: положительная динамика, незначительная динамика, отсутствие динамики. Результаты анализа представляются в форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

## 7. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	тема	кол-во часов	ДАТА	
			По плану	По факту
<b>Представления о себе.</b>				
1	Я – человек.	1		
2	Все люди разные.	1		
3	Части тела человека.	1		
4	Части тела человека: туловище.	1		
5	Части тела человека. Руки.	1		
6	Части тела человека. Ноги.	1		
7	Лицо человека. Глаза.	1		
8	Лицо человека. Рот.	1		
9	Лицо человека. Нос.	1		
10	Лицо человека. Уши.	1		
11-12	Мой досуг.	2		
13	Отдых и сон. Значение для человека.	1		
14-15	Питание человека. Вредные и полезные продукты.	2		
16	Я – девочка/мальчик.	1		
17	Вредные привычки.	1		
18-19	Мое здоровье.	2		
20	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Моя семья</b>				
21	Моя семья.	1		

22-23	Мама, папа. Обязанности. Профессии.	2		
24-25	Бабушка, дедушка. Обязанности. Профессии.	2		
26	Сестра, брат. Обязанности.	1		
27	Беседа: «Как я веду себя дома?»	1		
28	Досуг семьи.	1		
29-30	Семейные праздники.	2		
31	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Гигиена тела</b>				
32	Что такое личная гигиена?	1		
33	Предметы личной гигиены.	1		
34-35	Наше здоровье.	2		
36	Режим дня.	1		
37	Чистка зубов. Полоскание полости рта.	1		
38	Ванная комната.	1		
39	Туалетная комната.	1		
40	Умение выражать потребность посетить туалетную комнату.	1		
41	Практическое занятие «Собери куклу Машу».	1		
<b>Одежда и обувь</b>				
42	Одежда. Виды одежды.	1		
43	Обувь. Виды обуви.	1		
44	Различение сезонных головных уборов.	1		
45	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1		
46-47	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	2		
48	Практическая работа: работа со шнуровкой, шнуровка ботинок.	1		
49	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	1		
50	Соблюдение последовательности действий при раздевании	1		
51	Лицевая, изнаночная сторона одежды.	1		
52	Практическое занятие. Одеваем куклу.	1		
<b>Приём пищи</b>				
53	Посуда, столовые приборы.	1		

54	Наливание жидкости в стакан.	1		
55	Питье из соломинки, кружки.	1		
56	Еда вилкой.	1		
57	Еда ложкой.	1		
58	Использование салфетки во время приема пищи.	1		
59-60	Продукты питания.	2		
61-62	Питание человека.	2		
63	Игра «Съедобное - несъедобное».	1		
64-65	Режим питания: завтрак, обед, полдник, ужин	2		
66	Повторение пройденного материала.	1		

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).
2. Комплект рабочих тетрадей - Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. «Я - говорю!». Комплект предназначен для работы с детьми, имеющими тяжелые нарушения в интеллектуальной деятельности.
3. «Я и окружающий мир» - пособие для детей с особенностями психофизического развития, авторы: Т.В. Демьяненко, Ю.Н. Кислякова, И.Ю. Оглоблина.
4. Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка.
5. Пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.
6. Видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом.
7. Рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов.
8. Обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении.
9. Компьютер.