

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

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УМР

\_\_\_\_\_ И. Ш. Лютая

« 30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОГКОУ «Школа № 11» г.  
Димитровграда

\_\_\_\_\_ С. Г. Скопцова

« 30» августа 2024 г.

**Адаптированная рабочая программа  
учебного предмета  
«Человек»  
2е класс 2024 - 2025 учебный год**

Учитель: Самсонова Ксения  
Сергеевна

Рассмотрено на заседании  
школьного методического  
объединения

Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ »  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Г. Димитровград  
2024 г.

# 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.2 Нормативные документы

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N 1598.

- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП НОО), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1023:

- ФАОП НОО для обучающихся с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 8.4).

- Адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся ОГКОУ «Школа №11» с РАС с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.4).

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N 1599.

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 №1026).

- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся ОГКОУ «Школа №11» с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 – 4 класс).

- Учебный план ОГКОУ «Школа № 11» на 2024-2025 учебный год.

- Годовой календарный учебный график школы на 2024-2025 учебный год.

## 1.2 Цели и задачи

Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета заключается в формировании представлений о себе и своем ближайшем окружении.

Задачами программы стали:

- формирование представлений о себе;
- создание условий для осознания общности и различий с другими;
- развитие умения соотносить себя со своим именем, отражением в зеркале;
- развитие умения соотносить себя к определенному полу;
- формирование гигиенических навыков;
- формирование умения следить за своим внешним видом;
- формирование и развитие целенаправленных действий

## 1.3 Краткие сведения о категории обучающихся

У детей с РАС наблюдаются грубые нарушения целенаправленности и произвольности внимания. Недостаточность общего, и в том числе психического, тонуса, сочетающаяся с повышенной сенсорной и эмоциональной чувствительностью, которая обуславливает крайне низкий уровень активного внимания. Наблюдаются грубые

нарушения целенаправленности и произвольности внимания (внимание устойчиво буквально в течение нескольких минут, иногда и секунд). Даже при сформированном адекватном учебном поведении остаются выраженная рассеянность, частые отвлечения. Поведение таких детей стереотипно, однообразно, плохо контролируется, часто они как бы не видят и не слышат учителя, на уроке они могут быть заняты своими играми. Возможны неадекватные реакции – оживление и смех, или испуг и плач, или стереотипное двигательное и речевое возбуждение, стремление, не слушая других, постоянно говорить на какую-то особую тему. Характерны проявления негативизма, резкий отказ от выполнения заданий.

Ощущения и восприятия – для детей с РАС характерно своеобразие в реагировании на сенсорные раздражители. Это выражается в повышенной сенсорной ранимости, для них характерно игнорирование воздействий, а так же расхождение в характере реакций, вызываемых социальными и физическими стимулами. В восприятии ребенка с РАС отмечается нарушение ориентировки в пространстве, искажение целостности картины реального предметного мира. Для них важен не предмет в целом, а его отдельные части.

Память и воображение – у аутичных детей наблюдается хорошая механическая память, что создает условия для сохранения следов эмоциональных переживаний. Относительно воображения существуют две противоположные точки зрения: согласно одной из них, дети имеют богатое воображение, согласно другой – воображение очень причудливо, имеет характер патологического фантазирования.

Речь – у детей с РАС отмечается своеобразное отношение к речевой деятельности и одновременно – своеобразие в становлении экспрессивной стороны речи. Дети не используют местоимения, обращения, говорят о себе в третьем лице. Они редко задают вопросы, и если таковые появляются, то носят повторяющийся характер. В некоторых случаях отмечается регресс ранее приобретенных навыков речи.

Такие дети сторонятся тактильного контакта, практически полностью отсутствует зрительный контакт, присутствуют неадекватные мимические реакции и трудности в использовании жестов. У детей с аутизмом отсутствует способность выражать свои эмоции, а так же распознавать их у окружающих людей. Отмечается отсутствие сопереживания другим людям. Дети с аутизмом не идут на контакт с другими детьми или избегают его, трудно дается сотрудничество, чаще всего они склонны уединяться.

Мышление. Не следует вести речь об отсутствии отдельных способностей при аутизме. Уровень интеллектуального развития связан, прежде всего, со своеобразием аффективной сферы. Такие дети ориентируются на перцептивно яркие, а не на функциональные признаки предметов. Ведущее значение имеет эмоциональный компонент восприятия на протяжении практически всего школьного возраста. В итоге усваивается лишь часть признаков окружающей действительности. Поэтому дети с аутизмом чаще всего используют игрушки необычно, например, ребенок может не катать машинку целиком, а часами однообразно крутить одно из ее колес. Или использовать ее в других целях. Многие специалисты указывают на сложности в символизации и переносе навыков из одной ситуации в другую.

Для психического развития при РАС свойственна неравномерность. Так, повышенные способности в отдельных областях, таких как музыка, математика или живопись, могут сочетаться с глубоким нарушением обычных жизненных умений и навыков. Формирующиеся установки аутизма, стереотипности, гиперкомпенсаторной аутостимуляции не могут не исказить весь ход психического развития ребенка. Здесь нельзя разделить аффективную и когнитивную составляющие: это один узел проблем. Искажение развития когнитивных психических функций является следствием нарушений в аффективной сфере.

Такие дети с трудом приспосабливаются к переменам – к новым условиям, людям, способу выполнения задания, неожиданному изменению уже освоенного порядка. Им трудно самостоятельно сопоставлять усвоенные знания, связывать их со своим

жизненным опытом. Часто такие дети не способны мыслить символически, для них характерна буквальность понимания сказанного, трудность выделения подтекста. Моторная неловкость и трудности пространственной организации проявляются при обучении письму. Часто возникает опасность негативизма к обучению письму, отказ ребенка брать ручку и пытаться что-то делать. Поддержка руки ребенка, направление её движения обычно помогают ему постепенно закрепить нужную позу и последовательность действий.

Некоторым детям с аутизмом присуще хождение на носочках, заметно нарушение координации рук и ног. Таким детям тяжело дается подражание, вместо этого у них развиваются стереотипные движения совершать однообразные действия в течении длительного времени (бег по кругу, раскачивания), а также стереотипные манипуляции с предметами (перекладывание мелких деталей)

#### **1.4. Описание коррекционной направленности учебного предмета**

Коррекционная направленность учебного предмета «Человек» обусловлена тем, что каждый раздел предмета носит коррекционный характер и направлен на коррекцию и развитие социальных навыков, навыков гигиены и самообслуживания.

## **2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **2.1 Специфика учебного предмета**

Учебный предмет «Человек» включен в образовательную область «Человек». 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.

### **2.2 Общая характеристика учебного процесса**

Обучающие задачи по предмету «Человек» направлены на формирование навыков самообслуживания, гигиены и общения. При последующем составлении СИПР выбирается обучающая задача и, в зависимости от возможностей обучающегося, подбирается средство коммуникации для реализации поставленной задачи. Если обучающийся не владеет устной речью, используются альтернативные средства коммуникации. Например, обучение выражению потребности посетить туалет может происходить с использованием жеста и (или) пиктограммы. Подбор и освоение средств альтернативной коммуникации осуществляется индивидуально.

### **2.3 Интеграция содержания учебного предмета с содержанием других предметов учебного плана**

Темы учебного предмета «Человек» тесно связаны с темами таких предметов, как «Окружающий социальный мир», «Речь и альтернативная коммуникация».

## **3 МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение предмета «Человек» во 2 классе отведено 102 часа в год (34 недели по 3 часа).

#### **4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

- 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 определённому полу;
- умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст;
- 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.
- умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами: умение определять своё 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, мытьё рук перед едой и после посещения туалета);
- умение следить за своим внешним видом.

#### **5 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

##### **1) Раздел «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.

##### **2) Раздел «Семья»**

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

##### **3) Раздел «Одевание и раздевание»**

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.

##### **4) Раздел «Гигиена»**

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

##### **5) Раздел «Прием 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 ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### 1. Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Количество контрольных, практических лабораторных работ
1	Представления о себе	24	-
2	Семья	8	-
3	Одевание и раздевание	25	-
4	Гигиена	20	-
5	Прием пищи	25	-
Итого		102	

### 2. Распределение учебной нагрузки по предметам

№ Раздела	Наименование раздела, темы	Количество часов	Обучающиеся должны знать и уметь
1	Представления о себе	24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать строение человека, части тела;</li> <li>- знать свои двигательные возможности;</li> <li>- знать возрастные изменения человека;</li> <li>- уметь соотносить себя к определенному полу;</li> <li>- уметь определять «моё» и «не моё»;</li> <li>- знать общие сведения о себе: имя, фамилия, отчество, возраст, пол, место жительства</li> </ul>
2	Семья	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать понятие «семья»;</li> <li>- знать признаки семьи;</li> <li>- знать названия членов семьи;</li> <li>- уметь определять кто кому кем приходится;</li> <li>- знать семейные традиции</li> </ul>
3	Одевание и раздевание	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать виды одежды;</li> <li>- уметь определять лицевую и изнаночную стороны одежды;</li> <li>- знать названия сезонной одежды;</li> <li>- знать названия обуви;</li> <li>- знать виды застежек;</li> <li>- знать названия головных уборов, аксессуаров;</li> <li>- знать правила ухода за одеждой и обувью;</li> <li>- уметь ухаживать за одеждой и обувью;</li> <li>- уметь узнавать и различать виды одежды, обуви, головных уборов, аксессуаров;</li> <li>- уметь завязывать шнурки, застегивать замок и пуговицы;</li> </ul>

			- уметь самостоятельно переодеваться
4	Гигиена	20	- уметь ухаживать за лицом, полостью рта, руками, телом; - уметь ориентироваться ванной и туалетной комнатах; - уметь выражать потребность посетить туалетную комнату; - знать названия средств гигиены; - уметь пользоваться средствами гигиены
5	Прием пищи	25	- знать правила поведения за столом; - уметь соблюдать правила поведения за столом; - знать названий посуды, столовых приборов; - уметь пользоваться столовыми приборами; - уметь сообщать о голоде и жажде; - знать виды продуктов питания; - уметь узнавать и различать продукты питания; - уметь различать приемы пищи в соответствии с частью суток: завтрак, обед, ужин; - уметь соблюдать правила гигиены до и после приема пищи

### 3. Требования к предметному уровню достижений обучающихся

Обучающиеся должны усвоить следующие базовые представления о:

- себе, своем близком окружении;
- процессе одевания, раздевания, переодевания;
- гигиене;
- приеме пищи.

### 4. Основные умения обучающихся, которыми они должны владеть

Обучающиеся должны владеть следующими умениями:

- уметь соотносить себя к определенному полу;
- уметь определять «моё» и «не моё»;
- уметь определять кто кому кем приходится;
- уметь определять лицевую и изнаночную стороны одежды;
- уметь ухаживать за одеждой и обувью;
- уметь узнавать и различать виды одежды, обуви, головных уборов, аксессуаров;
- уметь завязывать шнурки, застегивать замок и пуговицы;
- уметь самостоятельно переодеваться;
- уметь ухаживать за лицом, полостью рта, руками, телом;
- уметь ориентироваться ванной и туалетной комнатах;
- уметь выражать потребность посетить туалетную комнату;
- уметь пользоваться средствами гигиены;
- уметь соблюдать правила поведения за столом;
- уметь пользоваться столовыми приборами;
- уметь сообщать о голоде и жажде;
- знать виды продуктов питания;

- уметь узнавать и различать продукты питания;
- уметь различать приемы пищи в соответствии с частью суток: завтрак, обед, ужин;
- уметь соблюдать правила гигиены до и после приема пищи.

#### 5. Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков представлены балльно-рейтинговой системой (БРС), где:

0 баллов - действие выполняется взрослым (ребенок только позволяет что-либо сделать, действие не выполняет);

1 балл - действие выполняет совместно с педагогом с частичной физической помощью;

2 балла – выполняет совместно с педагогом с частичной помощью взрослого;

3 балла – выполняет самостоятельно, по подражанию, показу, образцу;

4 балла – выполняет самостоятельно по инструкции (вербальной и невербальной);

5 баллов – выполняет действие самостоятельно.

#### 6. Перспективное календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел и тема	Дата	
		По плану	По факту
<b>Раздел 1. Представления о себе</b>			
1	Я – человек		
2	Общность и различия «Я» от других		
3	Соотнесение себя со своим именем, отражением в зеркале		
4	Представления о собственном теле. Голова. Части лица		
5	Представления о собственном теле. Голова. Части лица		
6	Представления о собственном теле. Тело		
7	Представления о собственном теле. Руки		
8	Представления о собственном теле. Ноги		
9	Гендерная принадлежность		
10	Умение определять «моё» и «не моё»		
11	Умение определять «моё» и «не моё»		
12	Осознание своих интересов и желаний. Выражение своих интересов и желаний		
13	Осознание своих интересов и желаний. Выражение своих интересов и желаний		
14	Общие сведения о себе: имя, фамилия, отчество		
15	Общие сведения о себе: имя, фамилия, отчество		
16	Общие сведения о себе: возраст, пол		
17	Общие сведения о себе: возраст, пол		
18	Общие сведения: место жительства, интересы		
19	Общие сведения: место жительства, интересы		
20	Общие сведения о себе. Игровой урок. Проигрывание ситуаций общения		
21	Общие сведения о себе. Игровой урок. Проигрывание ситуаций общения		
22	Мои таланты		
23	Мои таланты		

24	Мои таланты		
<b>Раздел 2. Семья</b>			
25	Семья. Признаки семьи		
26	Семья. Признаки семьи		
27	Члены семьи		
28	Члены семьи		
29	Семейное древо		
30	Семейное древо		
31	Семейные традиции		
32	Семейные традиции		
<b>Раздел 3. Одевание и раздевание</b>			
33	Виды одежды		
34	Виды одежды		
35	Виды одежды		
36	Виды одежды		
37	Виды одежды		
38	Лицевая, изнаночная сторона одежды		
39	Сезонная одежда		
40	Сезонная одежда		
41	Сезонная одежда		
42	Сезонная одежда		
43	Виды обуви		
44	Виды обуви		
45	Виды застежек		
46	Сезонная обувь		
47	Сезонная обувь		
48	Головные уборы		
49	Сезонные головные уборы		
50	Аксессуары и их назначение		
51	Правила ухода за одеждой		
52	Правила ухода за одеждой		
53	Правила ухода за одеждой		
54	Завязывание шнурков		
55	Завязывание шнурков		
56	Застегивание пуговиц, замка		
57	Смена одежды. Переодевание		
<b>Раздел 4. Гигиена</b>			
58	Строение человека: части тела		
59	Строение человека: части тела		
60	Строение человека: части тела		
61	Строение человека: части тела		
62	Уход за лицом		
63	Уход за лицом		
64	Уход за полостью рта		
65	Уход за полостью рта		
66	Уход за руками		
67	Уход за руками		
68	Уход за телом		
69	Ванная комната		
70	Ванная комната		

71	Туалетная комната		
72	Туалетная комната		
73	Выражение потребности посетить туалетную комнату		
74	Средства гигиены		
75	Средства гигиены		
76	Средства гигиены		
77	Средства гигиены		
<b>Раздел 5. Прием пищи</b>			
78	Правила поведения за столом		
79	Правила поведения за столом		
80	Посуда и столовые приборы		
81	Посуда и столовые приборы		
82	Сообщение о голоде и жажде		
83	Продукты питания		
84	Продукты питания		
85	Продукты питания		
86	Продукты питания		
87	В магазин за покупками		
88	В магазин за покупками		
89	Дидактическая игра «Поварята»		
90	Дидактическая игра «Поварята»		
91	Приемы пищи. Завтрак		
92	Приемы пищи. Завтрак		
93	Приемы пищи. Обед		
94	Приемы пищи. Обед		
95	Приемы пищи. Ужин		
96	Приемы пищи. Ужин		
97	Гигиенические процедуры перед приёмами пищи		
98	Гигиенические процедуры после приема пищи		
99	Мытьё фруктов, овощей		
100	Мытьё фруктов, овощей		
101	Мытьё посуды, столовых приборов		
102	Мытьё посуды, столовых приборов		

#### 7. Ресурсное обеспечение рабочей программы учебного предмета

Для учителя	Для обучающихся
<p>ФАОП НОО для обучающихся с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 8.4).</p> <p>Адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся ОГКОУ «Школа №11» с РАС с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.4).</p> <p>Материалы сайта <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a></p> <p>Материалы сайта <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a></p>	<p>Наглядный материал по темам.</p> <p>Раздаточный материал по темам.</p> <p>Цветные карандаши, листы бумаги, простые карандаши, ручки, фломастеры.</p> <p>Презентации по темам.</p>

## **7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- ноутбук;
- интерактивный экран;
- проектор.