

Областное казенное общеобразовательное учреждение «Тёткинская школа-интернат  
для детей с ограниченными возможностями здоровья»


**«Рассмотрена и  
принята»**

на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 6

от 05.06.2024 г.

**«Согласовано»**

Зам. директора по УР

 /Сергиенко Н.И.

**«Утверждаю»**

Директор ОКОУ «Тёткинская  
школа-интернат»

 Бабкина Н.Н.

Приказ №12/1 от 05.07.2024 г.



**Рабочая программа учебного предмета  
«Человек»**

**Учитель 1 категории Рыкова Татьяна Николаевна**

**Класс: 7**

**Всего часов в год: 34**

**Всего часов в неделю: 1**

**Срок реализации: 1 год**

**пгт. Тёткино, 2024 г.**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Человек» для 7 класса разработана и составлена на основе

- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Рабочая программа разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273-ФЗ;
2. Приказ Министерства образования РФ № 1599 от 19.12.2014г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями»;
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 №1026 «Об утверждении Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
4. Постановление от 28. 09. 2020 г. № 28 об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к исполнению при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с изменениями на 26 января 2016 года. Документ с изменениями, внесенными: приказом

- Минобрнауки России от июня 2015 года №576; приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2015 года № 1529; приказом Минобрнауки России от 26 января 2016 года №38, от 05.07.2017г.; приказом Минобрнауки России от 23 декабря 2020 года № 766;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
  7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 №1025 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";
  8. Учебный план ОКОУ «Тёткинская школа-интернат» на 2024-2025 учебный год;
  9. Индивидуальный учебный план общего образования для обучающихся с расстройством аутистического спектра(вариант 8.4, надомное обучение ) в соответствии с ФГОС ОКОУ «Тёткинская школа-интернат» 7 класс на 2024-2025 учебный год.

**Цели образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:** формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Значительное место в общей системе коррекционно-воспитательной работы с обучающимися занимает обучение их навыкам самообслуживания. Предмет «Человек» для обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является средством формирования представления о себе как «Я», умения сообщать о себе простейшие сведения, а также формируется представление о своей семье и своей социальной роли. В ходе обучения у обучающихся формируются умения и навыки по самостоятельному обслуживанию своих потребностей. В процессе занятий по данному предмету у них вырабатываются практические умения и навыки,

необходимые для их повседневной жизни. Уроки по предмету «Человек» являются средством активного познания окружающей действительности. Практическая деятельность, будучи весьма конкретной и простой по содержанию, является наиболее понятной и доступной воспитанникам. Разнообразие видов труда становится источником приобретения новых знаний и представлений. Большую часть в обучении занимает раздел «Гигиена и самообслуживание», который необходимо рассматривать как часть системы коррекционной работы. С позиции решения задач социальной реабилитации, формирования приемлемых форм индивидуального поведения в обществе людей, огромное значение приобретает воспитание санитарно-гигиенических навыков, которые с возрастом преобразуются в самообслуживание, как социальное умение. К сожалению, у обучающихся со сложной структурой дефекта часто возникают нарушения санитарного и гигиенического режима: неряшливость и неопрятность в одежде, в причёске, неприятный запах изо рта, отсутствие у них предметов индивидуального пользования: платков, зубных щёток, расчёсок и т.д. Многие обучающиеся из-за глубоких, системных нарушений нервной системы, ограничений моторики движения, общей ослабленности здоровья, подвержены частым инфекционным и простудным заболеваниям, они быстро утомляются, часто потеют, не умеют вовремя сообщить о физиологических потребностях. Гигиеническое воспитание – это особый раздел социо-культурного развития ребёнка, который должен органично включиться в общий режим жизни детского коллектива. Обучающиеся со сложной структурой дефекта должны приучаться к навыкам гигиенического ухода за собой, начиная с младшего возраста. Гигиеническая культура присутствует во всех разделах данного курса, она приучает обучающихся к последовательным действиям при умывании, одевании, приёме пищи и др., поэтому гигиена и самообслуживание это не только элементы режима дня, но и система воспитательных, обучающих знаний. Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной

гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды учащегося.

**Описание места учебного предмета в учебном плане в Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек»** обозначены как самостоятельный предмет. На его изучение отведено 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели.

### **Личностные и предметные, метапредметные результаты освоения учебного предмета**

Личностные результаты:

1. основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
4. формирование уважительного отношения к окружающим;
5. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
6. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

9. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
10. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
11. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

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 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 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 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,

мытью 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.

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 "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;
  - 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.

### **Содержание учебного предмета**

Содержание учебного предмета "Человек" представлено следующими разделами: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Одевание и раздевание".

#### **Раздел «Представления о себе»**

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Сообщение сведений о себе.. Знание возрастных изменений человека.

#### **Раздел "Гигиена тела"**

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук.



Нанесение крема на руки.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.

Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела.

Обращение с одеждой и обувью

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник,

манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панамы, платок). 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).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание футболки). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.

Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды

### Раздел "Семья"

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся 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.

### Календарно-тематический план по предмету «Человек»

#### 7А класс (вариант 8.4,надомное обучение) на 2024-2025 учебный год

№ п/п	тема	кол-во часов	дата проведения	
			по плану	факт.
1	Человек. Пол, возраст, имя, фамилия. Сообщение сведений о себе: название имени, фамилии	1		
2	Моё тело. Возрастные изменения человека	1		
3	Строение тела человека.	1		
4	Части тела. Руки и их значение. Гигиена ногтей человека.	1		
5	Рот. Зубы. Гигиена полости рта.	1		
6	Волосы человека. Правила ухода за волосами. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.	1		
7	Уши - орган слуха. Гигиена ушей.	1		
8	Предметы личной гигиены . Особенности личной гигиены в жизни подростка .Повторение по теме «Личная гигиена».	1		
9	Части тела человека. Голова. Лицо человека.	1		
10	Глаза. Забота о зрении	1		
11	Уши. Правила сохранения слуха	1		
12	Нос. Профилактика простудных заболеваний	1		
13	Кожа и ее роль в жизни человека. Уход за кожей. Профилактика ожогов и порезов.	1		
14	Режим дня. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1		

15	Я и моя семья. Работа с фотографиями и иллюстрациями. Семейный альбом. Называние имён членов семьи.	1		
16	Режим питания. Культура поведения во время приёма пищи.	1		
17	Посуда. Виды посуды. Столовые приборы: ложка, вилка, нож.	1		
18	Одежда. Виды одежды. Одежда для мальчиков и девочек.	1		
19	Уход за одеждой Составление последовательности стирки и чистки одежды по пиктограммам.	1		
20	Обувь. Виды обуви. Обувь для мальчиков и девочек.	1		
21	Уход за обувью	1		
22	Повторение по теме: «Одежда», «Обувь»	1		
23	Моделирование ситуаций «Правильная посадка за партой»	1		
24	Закаливание организма. Зарядка.	1		
25	Профилактика простудных заболеваний.	1		
26	Укрепление здоровья. Полезные продукты	1		
27	Заочное путешествие «Продуктовые ярмарки города.	1		
28	Столовые приборы.	1		
29	Сервировка стола.	1		
30	Уборка посуды	1		
31	Лото «Столовые приборы».	1		
32	Безопасность дома. Правила обращения за помощью «Один дома».	1		
33	Будь осторожен: «Встреча с незнакомым человеком».	1		
34	Моделирование жизненных ситуаций. Скоро каникулы.	1		

## **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

1. Шевченко С.Г., Капустина Г.М. Предметы вокруг нас. Тетрадь с печатной основой для индивидуальных и групповых Коррекционных занятий. Ассоциация XXI век. Смоленск;
2. Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Весёлый этикет (развитие коммуникативных способностей ребёнка,- Екатеринбург: «АРГО»;
3. Наглядное пособие для педагогов, логопедов, воспитателей и родителей. Серия «Знакомство с окружающим миром и развитие речи»;
4. Тематический словарь в картинках: «Домашние и дикие животные средней полосы», «Домашние и дикие птицы средней полосы», «Грибы и ягоды», «Цветы и деревья», «Электробытовая техника», «Город, улица, дом, квартира, мебель», «Одежда», «Обувь», «Инструменты», «Профессии»;
5. Коммуникативные символы;
6. Картины, наглядные пособия;
7. Графика. схемы, таблицы- пиктограммы с изображениями занятий моментов и др.событий;
8. Невербальные средства общения(жест, мимика, голос);
9. Электронные презентации;
10. Дид. игры по лексическим темам;
11. Шнуровки, липучки;
12. Посуда - вставки (стаканчики одинаковой величины);
13. Виды одежды и обуви;
14. Принадлежности для ухода за своим телом - оборудование, позволяющее выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам;
- 15.Пазлы, лото, разрезные картинки;
- 16.Альбомы с фотографиями детей - изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.;
- 17.Компьютер;

18. Предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины);

19. Звучащие предметы для встряхивания;

20. Предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра).