

ПРИЛОЖЕНИЕ к адаптированной основной общеобразовательной программы образования МБОУ НГО «Средняя общеобразовательная школа № 10» обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2).

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 57-од  
«31» августа 2020г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету «Человек»  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), 1 класс

Составитель:  
Бондаренко Мария Сергеевна,  
учитель начальных классов, б/к

## Пояснительная записка

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», о своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

### Задачи и направления.

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими
- представления о собственном теле
- распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале
- отнесение себя к определенному полу

### Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» включен в образовательную область «Окружающий мир» обязательной части учебного плана. Реализация программы рассчитана на 99 часов (33 учебные недели, 3 часа в неделю).

### Возможные личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Человек»

#### Личностные результаты

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- формирование уважительного отношения к окружающим.

#### Предметные результаты

- различает мальчика и девочку по внешнему виду;
- идентифицирует себя как мальчика, девочку;
- различает части лица человека, знает их функциональное значение;
- различает части тела, знает их функциональное значение;
- знает (различает) органы пищеварения; знает назначение внутренних органов;
- сообщает о состоянии своего здоровья;
- соблюдает последовательность действий при мытье и вытирании рук, лица, волос, тела;
- соблюдает последовательность действий при сушке волос феном;
- знает назначение предметов одежды, обуви;
- осуществляет выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий;
- осуществляет контроль за своим внешним видом;
- соблюдает последовательность действий в туалете;
- сообщает о желании пить, есть средствами альтернативной коммуникации;
- знает и соблюдает правила питания;
- различает социальные роли членов семьи;
- знает о бытовой, профессиональной деятельности членов семьи.

### Содержание учебного предмета

- *Представления о себе.* Идентификация себя как мальчика, девочки. Различение частей лица. Знание назначения частей лица. Различение частей тела. Знание назначения частей тела. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Знание (различение) органов пищеварения (рот, пищевод, желудок, кишечник). Знание

назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе.

- *Гигиена тела.* Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела.
- *Обращение с одеждой и обувью.* Различение предметов одежды. Знание назначения предметов одежды. Различение предметов обуви. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Расстёгивание (развязывание) липучки (молнии), пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Контроль своего внешнего вида.
- *Туалет.* Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете.
- *Прием пищи.* Сообщение о желании есть. Сообщение о желании пить. Еда ложкой. Еда вилкой. Использование салфетки во время приёма пищи. Знание питания человека. Знание правил питания. Профилактика отравлений.
- *Семья.* Различение детей и взрослых. Различение членов семьи.

### Тематическое планирование по предмету:

#### «Человек».

3 часа в неделю (99 ч.)

№	Тема урока	Кол-во часов
1	«Я – человек».	2
2	«Моё имя».	3
3	«Кто я?»	3
4	«Мои руки». «Уход за руками».	2
5	«Уход за руками».	3
6	«Мои ноги».	3
7	«Мои глаза».	3
8	« Мои уши».	3
9	«Мой нос».	3
10	«Мытьё рук».	3
11	«Смывание мыла с рук».	2
12	«Вытирание рук».	3
13	«Раковина».	3
14	«Отматывание бумаги».	3
15	«Голова».	3
16	«Туловище».	3
17	«Моё не моё».	3
18	«Я- мальчик»	2
19	«Мой рот и язычок»	3
20	«Моя семья».	3
21	Овощи	2
22	Фрукты	2
23	Зарядка	2
24	Части лица: глаза, рот, нос, уши. Ориентация на кукле, картинке.	3
25	Части туловища. Ориентация на кукле, картинке.	3
26	Части лица: глаза, рот, нос, уши. Ориентация на себе, другом человеке	2
27	Посмотри себя в зеркале.	3
28	Посмотри себя на фотографии	3
29	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце.	2
30	Культура еды: пользование салфеткой	3
31	Культура еды: пользование ложкой	3

32	Узнавание предметов одежды.	2
33	Семья. Узнавание членов семьи (мама, папа).	2
34	Семья. Различение членов семьи (мама, папа).	2
35	Мытье рук	2
36	«Вытирание рук».	3
37	«Мои части тела».	2
38	Повторение. Итоги года.	2

**ИТОГО: 99 ЧАСОВ**

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса согласно паспорта кабинета.