

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области  
«Специальная (коррекционная) школа №2 г. Черемхово»

Рассмотрено  
на заседании МО  
учителей предметников  
протокол № 1  
« 29 » августа 2023 г.  
Руководитель МО Овчинникова  
Т.А.Овчинникова

Согласовано  
зам.директора по УР  
И.В.Горохова И.В.Горохова  
« 31 » августа 2023 г.

Утверждаю

Директор Току Н.В.  
приказ № 38 от 30 августа  
г. Черемхово



**Рабочая программа  
по предмету «Человек»  
для учащихся 8б класса  
на 2023/ 2024 учебный год**

разработанной на основе федерального образовательного стандарта для детей с легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)

Составитель: учитель Е.В. Мирончук

## **Человек предметной области "Окружающий мир"**

### **Пояснительная записка**

**Рабочая программа для 8 «Б» класса на 2023-2024 уч. год по предмету «Человек» (ФГОС, вариант 2) разработана на основе:**

1. Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.№ 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями от 02.07.2021 г.).
2. Учебного плана ГОКУ СКШ № 2 г.Черемхово на 2022-2023 учебный год;
3. Федеральной адаптированной общей общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

**Цель программы:** формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

#### **Задачи:**

1. формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться
2. формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды
3. формированию навыков обслуживания себя в туалете
4. формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях, формирование умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

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.

Содержание обучения в рамках предмета "Человек" включает формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Программа представлена следующими разделами: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

Раздел "Представления о себе" включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), 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. Раздел "Обращение с одеждой и обувью" включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел "Прием пищи" предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. 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. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающегося являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей (законных представителей). Работа, проводимая в образовательной организации, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

### **Содержание учебного предмета "Человек"**

Содержание учебного предмета "Человек" представлено следующими разделами:

"Представления о себе"

"Семья"

"Гигиена тела"

"Туалет"

"Одевание и раздевание"

"Прием пищи".

#### **1. 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.

Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа).

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). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

#### **2. 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.

Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.

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. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

### **3. 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 колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

### **4. Раздел "Туалет".**

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе (горшке), оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

### **5. Раздел "Прием пищи".**

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

### **6. 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.

#### **Место в учебном плане и сроки изучения учебного предмета.**

Предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир».

Класс	Часы в неделю	Часы в год
5	2	68
6	1	34

7	1	34
8	1	34

### Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек":

#### Личностные результаты:

1. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности; формирование уважительного отношения к окружающим;
2. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
3. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
4. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
5. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
6. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
7. 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.  
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.

### **Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета**

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. При оценке результативности достижений учитывается степень самостоятельности ребенка. Фиксация результатов осуществляется в таблице в виде знаков «+», « - » по следующим критериям:

Уровни самостоятельности при выполнении заданий	
-не выполняет задание	-
-выполняет задание со значительной помощью	ЗП
-выполняет задание с частичной помощью	ЧП
-выполняет задание по подражанию	П

-выполняет задания по образцу	о
-выполняет задание самостоятельно, но допускает ошибки	сш
-выполняет задание самостоятельно (без ошибок)	+

**Календарно-тематическое планирование «Человек»  
8 «Б» класс**

<b>№</b>	<b>Дата</b>	<b>Изучаемый раздел/подраздел</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Используемые на уроке виды учебной деятельности</b>	<b>Результаты</b>	<b>Задания для домашней работы</b>
<b>1 четверть</b>						
1		<b>Представление о себе</b>	Моё тело. Части тела человека.	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.	К: умение выполнять действия по образцу и по подражанию.	карточка
2			Опорно-двигательный аппарат. Скелет человека.	Узнавание (различение) скелета человека.	Р: умение высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией;	карточка
3			Органы человека.	Узнавание (различение) внутренних органов человека: сердце, легкие, почки, печень, желудок, мозг.	К: умение выполнять действия по образцу и по подражанию.	карточка
4			Здоровье школьника. Режим дня.	Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые	Р: умение направлять взгляд на говорящего взрослого, задание;	карточка

				упражнения.		
5			Личная гигиена школьника.	Осознание важности соблюдения личной гигиены для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Л:следовать предложенному плану и работать в общем темпе;	карточка
6			Мои личные данные.	Учить называть свою фамилию, имя. Формирование умения осознавать свой возраст, называть его, через практические игровые упражнения. Формирование умения осознавать свой возраст, называть его	Л:последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога.	карточка
7			Свободное время моего дня.	Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Через просмотр демонстрационного материала, игровых действий, практических упражнений.	К:умение выполнять действия по образцу и по подражанию.	раскраска
8			Вредные привычки.	Осознание важности отказа от вредных привычек через опыты и просмотр демонстрационного материала	Р:умение направлять взгляд на говорящего взрослого, задание;	карточка

**2 четверть**

1		<b>Гигиена тела</b>	Вода. Регулирование напора воды.	Учить различать вентили с горячей и холодной водой; регулировать напор струи воды через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	Р:переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	раскраска
2			Уход за руками.	Формировать умения мыть и вытирать руки через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	П:преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);	схема
3			Уход за лицом.	Формировать умения мыть и вытирать лицо через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	П:преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);	схема
4			Уход за зубами.	Формировать умения	Р:переход от	нарисовать

				чистить зубы через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	рисунок
5			Уход за волосами.	Формировать умения мыть и вытирать волосы через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	К:развивать умение слушать и понимать речь других;	составить схему
6			Причёски для девочек.	Формировать умения ухаживать за волосами через практические действия	Р:переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	нарисовать различные причёски
7		<b>Семья</b>	Определение своей социальной роли и других членов семьи.	Формирование представлений о себе, своей социальной роли через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия	П:умение использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях;	раскраска
8			Бытовая и досуговая	Формирование	К:развивать	нарисовать свою

			деятельность членов семьи.	представлений о членах семьи, их социальной роли через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	умение слушать и понимать речь других; П: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);	семью и составить рассказ
<b>3 четверть</b>						
1		<b>Обращение с одеждой и обувью</b>	Одежда, назначение одежды.	Формировать знания назначения предметов одежды	Л: последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога.	карточка
2			Выбор одежды по назначению.	Познакомить с назначением различных видов одежды через просмотр видеоматериалов, демонстрационных материалов, практические и игровые действия	Р: формирование учебного поведения выполнение задания: в течение определенного периода, от начала до конца;	нарисовать и раскрасить различную одежду
3			Выбор одежды для прогулки.	Учить различать виды одежды через просмотр демонстрационных	П: находить и формулировать решение задачи с	штриховка

				материалов, игровые действия, беседу	помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).	
4			Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	Учить расстёгивать и застёгивать одежду, развязывать шнурки через игровые и практические действия	К:умение выполнять действия по образцу и по подражанию.	тренировки в расстегивании и застёгивании одежды
5			Вернулись с прогулки. Последовательность действий.	Учить соблюдать последовательность действий при раздевании через игру и практические действия	П:выполнять инструкции о переходе с одного задания к другому.	работа по схеме
6			Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды	Учить различать лицевую, переднюю, заднюю сторону одежды, верх, низ через игровые и практические действия	Р:умение выполнять инструкции педагога;	упражнения в различении сторон ткани
7			Обувь. Виды обуви.	Познакомить с назначением различных видов обуви через просмотр видеоматериалов, демонстрационных материалов, практические и игровые действия	Р:умение направлять взгляд на говорящего взрослого, задание;	нарисовать обувь
8			Выбираем обувь по сезону.	Формировать знания назначения сезонной	Л:адекватно использовать	выбрать и обвести обувь по



				обуви	ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);	сезону
9			Головные уборы: виды.	Формировать знания о видах головных уборов. Познакомить с назначением различных видов сезонных головных уборов через просмотр видеоматериалов, демонстрационных материалов, практические и игровые действия	Р: умение выполнять действия по образцу и по подражанию. П: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);	раскрасить рисунок
10			Уход за одеждой, обувью, головными уборами.	Учить ухаживать за одеждой, обувью и головными уборами через практические действия.	К: развивать умение слушать и понимать речь других; П: выполнять инструкции о переходе с одного задания к другому.	Составить памятку «Уход за одеждой»

<b>4 четверть</b>						
1		<b>Туалет</b>	Сообщение о желании сходить в туалет.	Беседа. Анализ алгоритма действий при сообщении о желании сходить в туалет.	П: умение сообщать о своих потребностях и желаниях.	карточка
2			Последовательность действий при походе в туалет.	Выполнение действий по подражанию и работа со схемами.	К: учить оформлять свою мысль в устной речи (на уровне простого предложения или жестов);	работа со схемой
3		<b>Приём пищи</b>	Наливание жидкости в кружку.	Формировать умение наливать жидкости в стакан, кружку через практические действия.	Р: умение выполнять действия по образцу и по подражанию.	тренируемся в наливании жидкости в кружку
4			Накладывание пищи в тарелку.	Формировать умения накладывать пищу в тарелку через практические действия	Л: последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога.	карточка
5			Еда руками	Формировать знания и умения, что можно и нужно кушать руками.	Р: умение выполнять инструкции педагога;	
6			Еда ложкой	Учить есть ложкой через игровые и практические действия	К: умение выполнять инструкции	

					педагога;	
7			Еда вилкой.	Учить есть вилкой через игровые и практические действия	П:умение сообщать о своих потребностях и желаниях.	Принести салфетки
8			Использование салфетки во время приема пищи.	Формировать умения пользоваться салфеткой во время еды через просмотр демонстрационных материалов, игровые и практические действия	К:следить за объяснением учителя;	