

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
КОУ «Урайская школа-интернат  
для обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья»  
Протокол от «30» 08 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
КОУ «Урайская  
школа-интернат для обучающихся с  
ограниченными возможностями здоровья»  
от «31» 08 2023г. № 381

**Адаптированная рабочая  
программа по учебному предмету  
Человек  
5б класс  
на 2023/2024 учебный год**

Составитель: Решетникова Т.Е.,  
учитель.

г.Урай, 2023 г.

## ЧЕЛОВЕК. 5Б КЛАСС.

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), Учебного плана КОУ «Урайская школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

#### Цели учебного предмета:

- формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.
- осознание общности и различий с другими людьми;
- развитие способности выражать свои потребности социально-приемлемыми способами вербально или используя средства альтернативной коммуникации.

#### Задачи:

- формировать представления о возрастных изменениях человека;
- формировать умение жить по режиму дня;
- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

#### Общая характеристика учебного предмета:

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представления 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. В процессе занятий в рамках предмета "Человек" ученики приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Ребенок учится определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.

#### Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его изучение отведено 102 часа, 3 часа в неделю, 34 учебные недели.

Предметная область	Учебный предмет	Число учебных часов в неделю

Окружающий мир	Человек	3
Всего за год:		102

### **Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе.**

- Понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений) неспецифических жестов.
- Владение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения.
- Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач.
- Умение использование предметов для выражения путем на них жестом, взглядом.
- Использование доступных жестов для передачи сообщения.
- Понимание слов, обозначающие объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека.
- Умение использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях.

### **Планируемые предметные результаты.**

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Представление о собственном теле.
- Отнесение себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выразить свои интересы, желания.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.
- Владение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения.
- Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

**Рабочая программа применяется при обучении очном и обучении с использованием дистанционных технологий.**

## Календарно-тематическое планирование.

№	Тема	Колич. часов	Дата проведения		Формируемые представления	Содержание, основные виды деятельности
			план	факт		
<b>Представления о себе.</b>						
1	Я – человек.	1	05.09.		Развитие таких умений как: установление контакта с собеседником, реагирование на собственное имя, приветствие собеседника, выражение	Работа с демонстрационным материалом, предметными и сюжетными картинками, индивидуальными карточками. Игровые упражнения.
2	Мое имя.	1	06.09.		своих желаний, обращение с просьбой о помощи, выражение согласия, выражение благодарности звуками (словами, предложением).	Презентация «Мое имя». Работа с карточками, фотографиями.
3	Кто я?	1	08.09.		Учить различать и называть пол окружающих людей	Ознакомительная беседа, словесная игра «Мальчики и девочки», рассматривание картинок, мини - диалоги, ответы на вопросы.
4	. Я – мальчик	1	12.09.			
5	Я – девочка.	1	13.09.			
6.	Все люди разные.	1	15.09.		Формировать представление о людях разных национальностей.	Работа с картинками, презентацией, рисунками.
7.	Светлые и темные люди.	1	19.09.		Формировать представление о людях с разным цветом кожи.	Работа с демонстрационным материалом, предметными и сюжетными картинками.

8.	Большие, маленькие.	1	20.09.		Формировать представление о людях с разным ростом и весом.	
<b>Представления о частях тела.</b>						
9. 10.	Ванная комната. Мои руки. Прак раб уход за руками.	2	22.09. 26.09.		Формирование понятия о частях тела.	Беседа по картинкам, рассматривание иллюстраций, выполнение практического задания
11. 12.	Предметы личной гигиены. Мои ноги. Уход за ногами.	2	27.09. 29.09.		Ориентирование в собственном теле.	
13. 14.	Мой рот и язычок. Уход за полостью рта.	2	03.10 04.10		Знакомство с понятием «рот», «язык», «зубы».	Рассказ в сопровождении с показом на себе, учащихся. Тренировочные упражнения.
15. 16.	Мои зубки. Уход за зубами.	2	06.10. 10.10.			
17. 18.	Мои глаза. Уход за глазами.	2	07.10. 11.10.		Знакомство с понятием «глаза», «уши», «нос».	Рассказ в сопровождении с показом на себе, учащихся. Тренировочные упражнения.
19. 20.	Мои уши. Уход за ушами.	2	11.10. 13.10.			
21. 22.	Мой нос. Уход за носом.	2	17.10. 18.10.			
<b>Личная гигиена.</b>						
23.	Ванная комната.	1	20.10.		Формирование здорового образа жизни.	Соблюдение аккуратности при использовании воды из-под крана. Переливание воды из одной ёмкости в другую.

24.	Атрибуты умывальной комнаты.	1	24.10.		Формирование знаний о правилах гигиены.	Знакомство с предметами умывальной комнаты.
25. 26.	Намачивание и намыливание рук. Практическая работа мытье рук.	2	25.10. 27.10.		Учить выполнять элементарные правила личной гигиены.	Практическая работа по выполнению правил личной гигиены.
28. 29.	Смывание мыла с рук. Вытирание рук.	2	07.11. 08.11.			
30. 31. 32.	Туалет. Раковина. Унитаз. Ди/игра «Что лишнее?».	3	10.11. 14.11. 15.11.		Формирование умений сообщать о необходимости посещения туалета, находить туалетную комнату, знать ее предназначение.	Ознакомительная беседа по правилам пользования туалетом, рассматривание иллюстраций, выкладывание картинок в определенной последовательности.
33.	Мои нужды.	1	17.11.		Умение сообщать о своих потребностях и желаниях. Выстраивать алгоритм предстоящей деятельности.	Закрепление алгоритма посещения туалета (индивидуальная деятельность).
34.	Правила пользования умывальной комнатой в школе.	1	21.11.			
35. 36.	Кнопка слива. Смывание унитаза. Бумажные и тканевые полотенца.	2	22.11. 24.11.		Знание атрибутов в доступном предметном мире (унитаз, кнопка слива).	Работа с картинками, пиктограммами, презентацией. Практическая отработка темы.
37. 38.	Нужды человека. Как сообщить о своих желаниях (я хочу есть, пить, в туалет).	2	28.11. 29.11. 01.12.		Показывает навыки пользования туалетной бумагой, отматывает необходимое ее количество.	
39. 40.	Мое самочувствие (у меня болит голова, мне плохо). Гигиенические процедуры.	2	05.12. 06.12.		Последовательное снятие и одевание нижнего белья. Выстраивать алгоритм предстоящей деятельности.	Выполняет действия с помощью взрослого, самостоятельно, следуя предложенной инструкции.

41. 42.	Одевание, раздевание. Изнаночная и лицевая сторона. Пр раб «Оденем куклу».	2	08.12. 12.12.		Формирование понятий «лицевая и изнаночная» сторона.	Практическая деятельность по нахождению лицевой и изнаночной стороны одежды.
43. 44.	Гигиенические процедуры после посещения туалета. Экскурсия в медицинский кабинет.	2	13.12. 15.12.		Формирование навыков выполнения процесса и алгоритма гигиенических процедур после посещения туалета.	Выполняют процесс и алгоритм гигиенических процедур после посещения туалета.
45.	Мое личное полотенце.	1	19. 12.		Формирование умения ухаживать за своим телом, через просмотр видео материалов, практических упражнений	Нахождение своего полотенца по определенной метке, по месту нахождения.
46.	Водные процедуры, душ.	1	20.12.			
<b>Изучаем свое тело.</b>						
47. 48. 49.	Изучаем свое тело. Голова. Туловище. Нахождение частей тела на себе, другом человеке.	3	22.12. 26.12. 27.12.		Формирование умения различать и называть части тела.	Просмотр демонстрационного материала, практическая, игровая изобразительная деятельность.
50.	Мое, не мое.	1	29.12.		Формирование умение определять «моё» и «не моё», через игру, практические упражнения.	Отличает свои вещи в процессе игры. Классифицирует предметы: «Мои игрушки. Моя одежда».
51.	Мои, не мои.	1	09.01.			
52.	Возрастные изменения.	1	10.01.		Формирование умения осознавать свой возраст, называть его, через практические и игровые упражнения.	С помощью картинок, видеофильмов, иллюстраций определяет возрастную группу.
53.	Я малыш. Я подросток.	1	12.01.		Формирование умения осознавать свой возраст, называть его, через практические и игровые упражнения	

54.	Взрослые люди.	1	16.01.			
<b>Одежда и обувь.</b>						
55. 56.	Виды одежды. Экскурсия в магазин.	2	17.01. 19.01.		Формирование знаний о выборе одежды в зависимости от погодных условий.	Слушают учителя. Фиксируют взгляд на изображении. Переключают взгляд с одного предмета на другой. Отвечают на вопросы, используя вербальные и невербальные способы общения. Выполняют по образцу педагога
57. 58.	Верхняя одежда.	2	23.01. 24.01.			отдельную операцию при проведении предметно-практических работ. Рассматривают картинки, иллюстрации, книги. Узнают, различают, выделяют, показывают, называют виды одежды, обуви, головных уборов, изученные предметы на картинках, пиктограммах, моделях среди 2-3 предложенных. С помощью педагога выполняют упражнения с «липучкой», «молнией». Выполняют посильное задание от начала до конца.
59. 60.	Виды обуви. Сезонные виды обуви.	2	26.01. 30.01		Уметь классифицировать обувь по сезону: зимняя, летняя, осенняя. Выбирает (вместе с учителем) одежду, обувь соответствующую показанному образу.	
61. 62.	Виды застежек.	2	31.01. 02.02.		Знакомство с видами застежек, формирование умения пользоваться разными видами застежек.	
<b>Режимные моменты.</b>						
63.	Режим дня.	1	06.02.		Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья.	Рассматривание сюжетно – ролевых картинок по теме «Режим дня». Составление связных высказываний по картинкам, с использованием слов
64. 65. 66.	Утро. День. Вечер. Сутки. Режимные моменты.	3	07.02. 09.02. 13.02.		Соблюдение режима дня, выполнение цепочки действий: что нужно делать утром, днем, вечером.	«утром, днем, вечером», практические упражнения, игра «Режим дня». Чтение по сюжетно ролевым карточкам. Сюжетные картинки. Раскладывание, составление связного рассказа по карточкам.



67. 68.	Правильное питание. Виды продуктов (молочные, мясные).	2	14.02. 16.02.		Формирование представлений о здоровом образе жизни. Выделение полезных и вредных продуктов.	Узнают, показывают, различают, называют посуду, продукты питания по картинкам, пиктограммам, реальным предметам. Различают
69. 70.	Растительные продукты. Овощи и фрукты в жизни человека.	2	20.02 21.02		Знание пользы овощей и фруктов.	посуду, продукты питания. Имитируют, показывают, называют действия, которые производятся с посудой. Подражают действиям педагога.
71. 72.	Культура поведения в столовой. Д/игра «К нам пришли гости».	2	27.02 28.02		Выполнение основных правил поведения в столовой.	Выполняют действие по инструкции совместно с учителем. Участвуют в играх, составляют
73.	Культура поведения в столовой. Добрые слова.	1	01.03.		Использование в речи слов благодарности.	последовательность действий по пиктограммам под руководством учителя. Моют руки перед приемом
74. 75.	Посуда. Виды посуды.	2	05.03. 06.03.		Умение распределять посуду для разных видов приема пищи.	пищи. С помощью педагога осуществляют практические действия при питье через соломинку, из кружки, еда руками, ложкой. Сообщают
76.	Сервировка стола.	1	12.03.		Умение сервировать стол, расставлять и называть посуду в определенной последовательности.	о желании пить, есть, отвечают на вопросы, используя вербальные и невербальные способы
77.	Д/игра «Накрываем на стол».	1	13.03.		Умение использовать в речи этикетные выражения приглашения, благодарности, извинения.	общения.
<b>Моя семья.</b>						
78. 79.	Моя семья. Бабушка и дедушка.	2	15.03. 19.03.		Формирование семейных ценностей, доброго отношения ко всем членам семьи, взаимопомощи, взаимоуважения.	Рассматривают фотографии, картинки, иллюстрации, книги. Рассматривают фотографии, показывают
80. 81.	Мама, папа. Мои родственники.	2	20.03 22.03.		Формирование представлений о бытовой деятельности членов семьи.	людей ближайшего окружения. Узнают, различают, выделяют, показывают, называют людей

82.	Братья, сестры.	2	02.04.			ближайшего окружения среди 2-3 предложенных. Выполняют посильное задание от начала до конца.	
83.	Мои родственники и друзья.		03.04.				
84.	Наши праздники.	2	05.04.		Формирование представлений о досуговой деятельности членов семьи	Просмотр презентаций.	
85.	Наши выходные дни.		09.04.				
86.	Новый год.	1	10.04.		Познакомить с традициями и атрибутами для встречи и проведения Новогоднего праздника.	Работа с презентацией, картинками, просмотр мультфильма про Новый год.	
87.	8 Марта.	1	12.04.		Познакомить с праздником, признаками и атрибутами праздника.	Изготовление подарка.	
88.	Мой дом.	2	16.04.		Познакомить со строением дома, его частями, учить различать и называть их. Комнаты в доме.	Игра «Дом для куклы».	
89.	Конструирование «Дом для куклы».		17.04.				
90.	Моя досуговая деятельность.	2	19.04.		Формирование представлений о досуговой деятельности.	Пользуясь различными типами коммуникативных высказываний, сообщить о своих любимых занятиях.	
91.	Чем я занимаюсь в свободное время.		23.04.				
92.	Игра, хобби.	2	24.04.				Совместные игры.
93.	Спорт.		26.04.				
<b>Закрепление по учебному курсу «Человек».</b>							
94.	Мои части тела.	2	03.05.		Идентификация себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; со своей половой принадлежностью (как мальчика или девочки), закрепление представлений о частях тела человека.	Повторение о частях тела. Рисование.	
95.	Практикуем разучиваем игру «Самолеты».		07.05.				
96.	Мои данные и половая принадлежность.	2	08.05.		Повторение знаний о половой принадлежности. Рисование мальчика или девочки. Раскраски.		
97.	Практикуем рисование ребенка.		14.05.				

98.	Овощи и фрукты в жизни человека.	2	15.05. 17.05.		Знать о назначении фруктов и овощей в жизни человека.	Лепка, рисование, раскрашивание.
99.	Практика лепка овощей и фруктов.					
100.	Нужды человека.	2	21.05. 22.05.		Формирование умения осознавать и выражать свои интересы, желания, нужды.	Корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.
101.	Экскурсия в парк.					
102.	Игры детей на свежем воздухе.	1	24.05.		Формирование умения распознавать свои ощущения, определять свое самочувствие (как хорошее или плохое)	
<b>Итого:</b>		<b>102 ч.</b>				