

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Железногорская средняя общеобразовательная школа №1»**

Принято

Методическим советом

МОУ «Железногорская СОШ №1»

**Адаптированная
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
человек
(вариант 2) для 8 класса
2023-2024 учебный год**

Учитель: Сыченкова Марина Фёдоровна, ИКК

Класс: 8г

Всего часов в год: 34 ч.

Всего часов в неделю: 1ч.

г. Железногорск-Илимский, 2023

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная основная общеобразовательная программа (далее - АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - это общеобразовательная программа, адаптированная для этой категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Нормативно-правовую базу разработки АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) составляют:

1 Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 « 203-ФЗ»)

2 Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

3 Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Целью образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью по АООП является:

- развитие личности,
- формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям,
- формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающемуся максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни

Достижение поставленной цели при разработке и реализации АООП предусматривает решение следующих основных **задач**:

- формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое);
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их социального и эмоционального благополучия;
- формирование основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся в соответствии с принятыми в семье и обществе духовнонравственными и социокультурными ценностями;
- формирование основ учебной деятельности (умение принимать, сохранять цели и следовать им в процессе решения учебных задач, планировать свою деятельность, контролировать ее процесс, доводить его до конца, адекватно оценивать результаты, взаимодействовать с педагогами и сверстниками);

- создание специальных условий для получения образования в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого обучающегося как субъекта отношений в сфере образования;

- обеспечение вариативности и разнообразия содержания АООП и организационных форм получения образования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья, типологических и индивидуальных особенностей;

- формирование социокультурной и образовательной среды с учетом общих и специфических образовательных потребностей разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В основу разработки программы АООП для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) заложены **дифференцированный и деятельностный** подходы, осуществление которых предполагает:

- признание обучения как процесса организации речевой, познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обеспечивающего овладение ими содержанием образования и являющегося основным средством достижения цели образования;

- признание того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) зависит от характера организации доступной им деятельности, в первую очередь, учебной;

- развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации;

- разработку содержания и технологий образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяющих пути и способы достижения ими социально желаемого уровня личностного и познавательного развития с учетом их особых образовательных потребностей;

- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где общекультурное и личностное развитие обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет цель и основной результат образования;

- реализацию права на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивающего развитие способностей каждого обучающегося, формирование и развитие его личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовнонравственными и социокультурными ценностями;

- разнообразие организационных форм образовательного процесса и индивидуального развития каждого обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности

2. 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.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. 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 и т.д.

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

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
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы
- формировать представления о возрастных изменениях
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья
- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами
- 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 решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей

- формировать умения обслуживать себя
- формировать умения следить за своим внешним видом
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- развитие планирования и контроля деятельности;
- развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 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 изучение учебного предмета «Человек» отводится в 8 классе 1 час в неделю, 34 часа в год.

Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным стандартом «Окружающий социальный мир», «Домоводство».

4. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся АООП (вариант 2) является:

- развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

Стандарт устанавливает требования к результатам освоения АООП, которые рассматриваются как возможные (примерные) и соразмерные с индивидуальными возможностями и специфическими образовательными потребностями обучающихся. Требования устанавливаются к результатам:

- личностным, включающим сформированность мотивации к обучению и познанию, социальные компетенции, личностные качества;

- предметным, включающим освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания и его применению

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП заносятся в СИПР и с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Личностные результаты освоения АООП могут включать:

- 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 освоения АООП могут включать:

- 1) элементарные представления о жизни человека: умение различать и сравнивать предметы домашнего обихода; умение ориентироваться в своем теле, понимать состояние своего здоровья, знать что делать если заболел.
- 2) представления об окружающих людях, о домашних животных, о домашних вредителях.
- 3) овладение способностью пользоваться усвоенными знаниями.

| Достаточный уровень: | Минимальный уровень: |
|---|---|
| 1. Представления о себе. | 1. Представления о себе. |
| Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа); | Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа); |
| Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, | Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, |

| | |
|---|---|
| легкие, печень, почки, желудок) | почки, желудок) |
| Знание назначения внутренних органов | Сообщение о состоянии своего здоровья |
| Сообщение о состоянии своего здоровья | |
| Называние своего имени и фамилии | Называние своего имени и фамилии |
| Называние своего возраста (даты рождения) | |
| Знание видов деятельности для организации своего свободного времени | |
| Сообщение сведений о себе | |
| 2. Семья: | 2. Семья: |
| Узнавание (различение) членов семьи | Узнавание (различение) членов семьи |
| Узнавание (различение) детей и взрослых | |
| Определение своей социальной роли в семье | |
| Различение социальных ролей членов семьи | |
| 3. Гигиена тела: | 3. Гигиена тела: |
| Вытирание лица | 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) | 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 | Чистка зубов |
| Полоскание полости рта | Полоскание полости рта |
| Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта | Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта (открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на |

| | |
|---|--|
| (открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетки, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой) | зубную щетки, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой) |
| Расчесывание волос | Расчесывание волос |
| Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос (намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос) | Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос (намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос) |
| 4. Обращение с одеждой и обувью: | 4. Обращение с одеждой и обувью: |
| Узнавание (различение) предметов обуви (сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки) | Узнавание (различение) предметов обуви (сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки) |
| Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая) | Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий |
| Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная) | |
| Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, 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 | |
| | |

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи».

Представления о себе.

Представления о своем теле, его строении.

Двигательные возможности,

Правила здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой.)

Профилактика болезней.

Поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезные и вредные привычках.

Возрастных изменения.

Внутренние органы человека.

Назначения внутренних органов.

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.

Мытье, вытирании и сушка волос.

Косметические средства.

Гигиена тела и интимной зоны.

Чистка зубов.

Одевание и раздевание

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).

Соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

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, панама, 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.

Туалет.

Правила посещения туалета.

Прием пищи.

Уборка стола после еды.

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.

Культура поведения за столом.

Семья.

Я - член семьи.

Социальные роли других членов семьи.

Бытовая и досуговая деятельность членов семьи.

Рассказ о своей семье.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| Тема урока | Вид учебной деятельности |
|--|---|
| Раздел (блок) 1. Представление о себе | |
| Возраст и его изменения. | Находят и называют возрастные изменения человека (рост, вес, возраст, ребёнок, взрослый, пожилой человек) Учатся узнавать и различать внутренние органы человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок) Отвечают на вопросы учителя по назначению внутренних органов. Отгадывание загадок. Разучивание физкультминутки. Знакомятся с назначением внутренних органов (сердце, легкие, печень, почки, желудок) Знают вредные привычки. |
| Внутренние органы человека. | |
| Назначения внутренних органов. | |
| Раздел (блок) 2. Гигиена тела | |
| Формирование умения подстригание и подпиливание ногтей. | Отрабатывает навыки подстригание и подпиливание ногтей. Находят и называют умение намачивать волос, намылывать волос, смывать шампунь с волос, вытирать волос, сушить феном. предметы гигиены, отбор необходимых по теме урока. Составление предложений (рассказа) по теме урока. Практическая отработка . Отгадывают загадки Находят и называют предметы |
| Очищение носового хода. | |
| Формирование умения мыть волосы. Формирование умения сушки волос. | |

| | |
|---|--|
| Знакомство с косметическими средствами. Гигиена тела и интимной зоны. | гигиены, отбор необходимых по теме урока. Составляют предложения (рассказа) по теме урока . Отрабатывают умение пользоваться косметическими средствами: дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, Отрабатывает навыки регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. |
| Раздел (блок) 3. Семья | |
| Я - член семьи. Рассказ «Моя семья» Социальные роли членов семьи Профессии членов семьи. | Осознают что семья – часть общества. Дают характеристику семьи как коллектива: совместное пребывание, ведение общего хозяйства, проведение досуга, добрые взаимоотношения. умение различать и называть профессии членов семьи. |
| Бытовая и досуговая деятельность членов семьи. | |
| Раздел (блок) 3. Обращение с одеждой и обувью | |
| Мой внешний вид. Формирование навыка Последовательность действий при одевании комплекта одежды по сезонам. Формирование навыка завязывать и развязывать шнурки. Формирование навыка развязывания шнурка. Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды Различение предметов одежды Различение головных уборов Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды Выворачивание одежды | Формировать умение следить за своим внешним видом. умение обслуживать себя, умение определять "моё" и "не моё", осознавать и выражать свои интересы, желания Умеют завязывать шнурки, пользоваться различными застежками. Умеют самостоятельно застёгивать и расстегивать верхнюю одежду учатся соблюдать последовательность действий при одевании комплекта одежды Умеют самостоятельно ухаживать за обувью Различают сезонную обувь (зимняя, летняя, демисезонная). |
| Раздел (блок) 4. Прием пищи | |
| Режим дня. Культура поведения в столовой. | |
| Использование ножа и вилки во время приема пищи | Соблюдают правила приема пищи Отгадывание загадок Учатся наполнять вилку гарниром с помощью ножа. |
| Вилка. Еда с помощью вилки. Различение. Еда с помощью ложки и вилки Правильное питание. Правила приема овощей и фруктов | Учатся правильно кушать ,пользоваться вилкой, ножом. Учатся убирать со стола после приёма пищи. |

| | |
|--------------------------------|---|
| Виды посуды. | |
| Раздел (блок) 5. Туалет | |
| Правила посещения туалета. | Учатся соблюдать последовательность действий в туалете (поднимание крышки(опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажатие кнопки слива воды, мытье рук. Учатся соблюдать гигиенические процедуры после посещения туалета |

7. МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Автор/Авторский коллектив | Название учебника | Класс | Издатель учебника |
|---|--|-------|-------------------------|
| Матвеева Н.Б. Ярочкина И.А. Попова М.А. Куртова Т.О. | Мир природы и человека. В 2-х ч. – Ч. 1. Ч. 2 | 3 | М.: Просвещение, 2016г. |

1. Ноутбук
2. Наглядный материал
3. Раздаточный материал
4. Дидактический материал в виде предметов различной формы, величины, цвета; изображений предметов, людей, объектов природы, цифр; оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам.