

Принято  
решением Педагогического совета  
Протокол № 1 от 31.08. 2021г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школы-интерната №22  
Иванова И.Ю.

Приказ № 198 от 31.08.2021



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат №22 Невского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа  
по предмету: «Человек»  
для 3 г класса  
на 2021-2022 учебный год  
учитель: Филичева Е.Н.

### **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.

**Целью программы** является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания.

#### **Задачи программы:**

- дать представление о собственном теле
- учить соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, изображением в зеркале
- учить соотносить себя к определенному полу
- учить определять «мое и «не мое»», осознавать свои интересы, желания
- учить определять свое самочувствие, локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым
- учить различать и называть части тела
- учить и различать предметы санитарии и гигиены
- учить выполнять действия, связанные с гигиеной тела
- учить совершать под присмотром и с помощью утренний и вечерний туалет
- учить и различать предметы, нужные для приема пищи
- закреплять навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно пользоваться ею

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 и т.д. 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 ребенка 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 и др., проводится с детьми младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе и др. проводится с детьми более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать 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.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела и др.) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Для реализации программы предмета «Человек» материально-техническое обеспечение включает: специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках; душевые кабины; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями ОДА. Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др.

***Программа по предмету «Человек» составлена на основании:***

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599 ««Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»».
- Положения о рабочей программе, принятого на заседании Управляющего совета школы 08.06.2021г, протокол № 4
- Учебного плана, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ФГОС, вариант 2 на 2021-2022 учебный год.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 2 вариант.

Рабочая программа рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

**Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным УМК.**

**Использование современных технологий:**

- здоровьесберегающие;
- личностно-ориентированное обучение;
- игровые;
- информационно-коммуникационные;
- интерактивные практикумы.

**Формы организации учебного процесса:**

- экскурсии;
- игровая;
- предметно-практическая;
- трудовая;
- элементарная учебная деятельность

**Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.**

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

Реализация образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий осуществляется при наличии у обучающихся персонального компьютера/ноутбука/планшета, телефона типа смартфон, любое из этих устройств должно иметь выход в интернет.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

Для организации более эффективного обучения с применением дистанционных образовательных технологий можно использовать следующие образовательные ресурсы: «Учи.ру», «ЯКласс» «Яндекс. Учебник», «Лекториум» и др.

Информационно-коммуникационные средства, используемые в школе-интернате: социальная сеть «ВКонтакте», мессенджеры (Skype, Viber, WhatsApp), облачные сервисы Яндекс, Mail, Google, электронная почта, СМС-сообщения.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Форма, режим</b>	<b>Этап изучения материала</b>
Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий

Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося
Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов, интерактивных заданий;
- устный опрос при проведении урока, занятия в режиме online;
- выполнение практического задания (индивидуально или в группах);
- выполнение индивидуального или группового творческого задания;
- написание сочинения;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них;

**Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:**

- устный опрос
- практическая работа
- собеседование

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

**Межпредметные связи:**

- ✓ С речью и альтернативной коммуникацией;
- ✓ С изобразительной деятельностью

- ✓ С коррекционно-развивающими занятиями;
- ✓ С музыкой и движением.

### **Примерное содержание предмета**

#### ***Представления о себе.***

Умение откликаться на свое имя. Узнавание себя в зеркале. Узнавание (различение) частей лица и тела (руки, ноги, голова, туловище) человека (глаза, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы).

#### ***Гигиена тела.***

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем.

#### ***Обращение с одеждой и обувью.***

Узнавание (различение) предметов одежды: рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки.

#### ***Туалет.***

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

#### ***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.

#### ***Семья.***

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

### **Планируемые результаты освоения АООП:**

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

**Возможные предметные результаты** заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся, а также специфики содержания предметных областей и конкретных учебных предметов.

Исходя из выше изложенного, можно сделать выводы, что обучающиеся весьма разнородны с точки зрения своих индивидуальных и психолого-физических особенностей, уровня работоспособности, темпа деятельности, темперамента. Это обусловило необходимость использования в работе с ними разных каналов восприятия учебного материала, разнообразных форм и методов работы.



### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	кол - во часов	дата		Наглядные пособия
			по плану	по факту	
1.	Знакомство с собственным телом, его частями	1	01.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) Зеркало Дидактическая кукла ( мальчик и девочка) зеркало Плакат «Строение человека»
2.	Знакомство с собственным телом, его частями	1	03.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) Зеркало Дидактическая кукла ( мальчик и девочка) зеркало Плакат «Строение человека»
3.	Знакомство с собственным телом, его частями	1	08.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) Зеркало Дидактическая кукла ( мальчик и девочка) зеркало Плакат «Строение человека»
4.	Знание назначения частей руки: (правой, левой).	1	10.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало. Плакат «Строение человека» дидактическая игра «Человек»
5	Знание назначения частей руки: (правой, левой).	1	15.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало. Плакат «Строение человека» дидактическая игра «Человек»
6.	Знание назначения частей руки: (правой, левой).	1	17.09.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало. Плакат «Строение человека» дидактическая игра «Человек»
7.	Знание назначения частей ноги.	1	22.09.21		Дидактическая кукла зеркало. Плакат «Строение человека»
8.	Знание назначения частей	1	24.09.21		Дидактическая кукла

	ноги.				зеркало. Плакат «Строение человека»
9	Знание назначения частей ноги.	1	29.09.21		Дидактическая кукла зеркало. Плакат «Строение человека»
10	Знание назначения частей туловища.	1	01.10.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало
11.	Знание назначения частей туловища.	1	06.10.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало
12.	Знание назначения частей туловища.	1	08.10.21		Дидактическая кукла (мальчик и девочка) зеркало
13.	Различение вентиля с горячей и холодной водой. Упражнения «Горячий-холодный».	1	13.10.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
14.	Различение вентиля с горячей и холодной водой. Упражнения «Горячий-холодный».	1	15.10.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
15.	Упражнение в намыливании и смывании рук. Игра-имитация.	1	20.10.21		Комната гигиены. Мыло.
16.	Регулирование напора струи воды.	1	22.10.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
17.	Регулирование напора струи воды.	1	05.11.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
18.	Смешивание воды до комфортной температуры.	1	10.11.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
19.	Смешивание воды до комфортной температуры.	1	12.11.21		Комнаты гигиены. Цветные пластиковые миски.
20.	Использование гигиенических	1	17.11.21		Комнаты гигиены. расчески, салфетки, мыло,

	принадлежностей				полотенце.
21.	Использование гигиенических принадлежностей	1	19.11.21		Комнаты гигиены. расчески, салфетки, мыло, полотенце.
22.	Вытирание рук полотенцем.	1	24.11.21		Комната гигиены, полотенце.
23.	Вытирание рук полотенцем.	1	26.11.21		Комната гигиены, полотенце.
24.	Вытирание лица полотенцем.	1	01.12.21		Комната гигиены, полотенце.
25.	Узнавание (различение) предметов демисезонной одежды	1	03.12.21		Пиктограммы, картинки детская одежда.
26.	Игровые упражнения «Одеваем куклу на прогулку»	1	08.12.21		Пиктограммы, картинки детская одежда.
27.	Дидактические игры «Покажи, что это?» (различение видов одежды)	1	10.12.21		Пиктограммы, картинки детская одежда.
28.	Упражнения на узнавание (различение) предметов демисезонной обуви.	1	15.12.21		Карточки с видами обуви, карточки – названия обуви, детская обувь
29.	Дидактическая игра «Обуй куклу».	1	17.12.21		Карточки с видами обуви, карточки – названия обуви, детская обувь
30.	Игровые упражнения «Покажи, что это?» (различение предметов обуви)	1	22.12.21		Карточки с видами обуви, карточки – названия обуви, детская обувь
31.	Дидактические игры на различение одежды и обуви «Покажи, что это?»	1	24.12.21		Карточки с видами одежды и обуви, карточки с названиями Детская одежда и обувь
32.	Дидактические игры на различение одежды и обуви «Покажи, что это?»	1	12.01.22		Карточки с видами одежды и обуви, карточки с названиями Детская одежда и обувь
33.	Дидактические игры на различение одежды и обуви «Покажи, что это?»	1	14.01.22		Карточки с видами одежды и обуви, карточки с названиями Детская одежда и обувь

34.	Выражение потребности посетить туалет	1	19.01.22		Туалетная бумага, мыло
35.	Соблюдение последовательности действий в туалете	1	21.01.22		Туалетная бумага, мыло
36.	Соблюдение последовательности действий в туалете	1	26.01.22		Туалетная бумага, мыло
37.	Алгоритм правила пользования туалетом	1	28.01.22		Туалетная бумага, мыло
38.	Прием питья с поддержкой, самостоятельно	1	02.02.22		Набор пластиковой посуды (кружки, тарелки, ложки).
39.	Игровые упражнения: «Аня хочет пить»	1	04.02.22		Набор пластиковой посуды (кружки, тарелки, ложки).
40.	Действия с пищей и салфетками.	1	09.02.22		Набор пластиковой посуды (кружки, тарелки, ложки).
41.	Дидактическая игра «Кто ты?».	1	11.02.22		Зеркало. Фотографии детей класса.
42.	Работа с домашним альбомом «Моя семья»	1	16.02.22		Зеркало. Фотографии детей класса.
43.	Работа с домашним альбомом «Моя семья»	1	18.02.22		Альбом с фотографиями членов семьи Зеркало
44.	Работа с домашним альбомом «Моя семья»	1	23.02.22		Альбом с фотографиями членов семьи Зеркало
45.	Работа по картине «Семья»	1	25.02.22		Картина «Семья»
46.	Работа по картине «Семья»	1	02.03.22		Картина «Семья»
47.	«Я люблю вас, мама, папа, сестренка, братишка, бабушка и дедушка»	1	04.02.22		Альбом с фотографиями членов семьи Зеркало
48.	Знания о собственной гендерной принадлежности	1	09.03.22		Куклы, картинки, Атлас «Человек»

49.	Знания о собственной гендерной принадлежности	1	11.03.22		Куклы, картинки, Атлас «Человек»
50.	«Кто я?»	1	16.03.22		Куклы, картинки, Атлас «Человек»
51.	Начнем беречь здоровье	1	18.03.22		Картины сюжетные, реальные предметы, пиктограммы
52.	Начнем беречь здоровье	1	23.03.22		Картины сюжетные, реальные предметы, пиктограммы
53.	Начнем беречь здоровье	1	06.04.22		Картины сюжетные, реальные предметы, пиктограммы
54.	«Паспорт здоровья»	1	08.04.22		Картины сюжетные, реальные предметы, пиктограммы
55.	«Паспорт здоровья»	1	13.04.22		Картины сюжетные, реальные предметы, пиктограммы
56.	Для чего нужна зарядка?	1	15.04.22		Куклы, картинки
57.	Для чего нужна зарядка?	1	20.04.22		Куклы, картинки
58.	«Формирование и умение мыть лицо»	1	22.04.22		Куклы, сюжетные картинки, пиктограммы
59.	«Формирование и умение мыть лицо»	1	27.04.22		Куклы, сюжетные картинки, пиктограммы
60.	Как я ухаживаю за своими руками.	1	29.04.22		Мыло, полотенце Крем для рук
61.	Как я ухаживаю за своими руками.	1	04.05.22		Мыло, полотенце Крем для рук
62.	Как я ухаживаю за своими руками.	1	06.05.22		Мыло, полотенце Крем для рук
63.	Как я ухаживаю за своими зубами.	1	11.05.22		Зубная паста, щетка и стаканчик.
64.	Как я ухаживаю за своими зубами.	1	13.05.22		Зубная паста, щетка и стаканчик.
65.	Игровые упражнения	1	18.05.22		Зубная паста, щетка и стаканчик.

	«Королева Зубная щетка»				
66.	Правильный уход за ушами	1	20.05.22		Ватные палочки
67.	Игровые упражнения: «Вымой ушки»	1	25.05.22		Ватные палочки, пиктограммы
68.	«Уроки Мойдодыра»	1			Предметы личной гигиены, принадлежности для мытья куклы