

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт-Петербурга
Отдел образования администрации Курортного района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 69
Курортного района Санкт-Петербурга

ГБОУ школа № 69

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей коррекционных классов



Горошкина С.А.

Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

ПРИНЯТО

Педагогическим Советом

Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Приказ № 137
от «30» августа 2024 г.

Е.А. Ткачев



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету

Человек

для 5 Ка класса

на 2024-2025 учебный год

Составитель:
учитель



М.М. Ефименко

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург
2024 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Человек» для 5 класса разработана на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Реализация рабочей программы предполагается в условиях классно-урочной системы обучения, на ее освоение по учебному плану школы на 2024-2025 учебный год отводится 68 часов в год, (2ч. в неделю) в 5 классе с учетом возможности осуществления образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных технологий интернет сервисов: Учи.ру, РЭШ, Яндекс-класс, Яндекс-Учебник, Сферум.

При разработке программы учитывались индивидуальные особенности обучающихся 5 класса и специфики классного коллектива.

В классе обучается 6 человек, 6 мальчиков.

Детям 1 группы (2 чел.) свойственны: несформированность познавательных процессов. Мышление конкретное, непоследовательное, тугоподвижное, неспособное к образованию отвлеченных понятий. Понимание речи ограничено, речь отсутствует или наблюдается произнесение звук. комплексов и вокализаций. Развитие навыков самообслуживания у детей отстает. Наиболее часто возникают трудности в овладении навыками, требующими тонких дифференцированных движений пальцев: шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек и шнурков. Ученики нуждаются в постоянном контроле и помощи учителя. У детей нарушено внимание. Предметы и явления воспринимаются в общих чертах. В процессе восприятия не проявляет активность, нет умения выделять детали или особенности воспринимаемого и сравнивать их с такими же у другого предмета. Учащиеся не могут анализировать предмет, применять приемы сравнения, переноса. Ученики владеют элементарными графическими навыками: раскрашивают изображения с сильным или частичным выходом за контур, выполняют обводку линий неаккуратно, могут обвести по трафарету, может катать колбаски из пластилина, резать ножницами под контролем и помощью взрослого. Эмоциональное состояние не стабильно. Наблюдаются частые смены настроения.

Детям 2 группы (4 чел.) свойственны: быстрая истощаемость внимания, низкая концентрация, произвольная переключаемость внимания значительно затруднена. Мышление конкретное, непоследовательное. Понимание речи на бытовом уровне, связная речь присутствует только у одного ребенка. У остальных детей этой группы связная речь отсутствует или недоразвита, наблюдается произнесение звук.комплексов, произношение отдельных слогов. Отвечают на вопросы учителя с помощью речи или пиктограмм. Развитие навыков самообслуживания удовлетворительное. Могут возникать трудности с навыками, требующими тонких дифференцированных движений пальцев: завязывание шнурков ботинок. Ученики в постоянном контроле и помощи учителя нуждаются частично. Ученики владеют графическими навыками: раскрашивают изображения с небольшим выходом за контур, имеют навыки письма, могут обвести по трафарету, могут катать колбаски из пластилина, делать колечки, резать ножницами под контролем взрослого. Владеют элементарными математическими знаниями: устный счет до 10 и более, узнают графическое обозначение числа, узнают и дифференцируют основные геометрические фигуры, знают понятия большой/средний/маленький, много/мало, длинный/короткий. Эмоциональное состояние стабильно.

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.

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

Программа «Человек» представлена следующими разделами:

№	Содержание программного материала	Количество часов
1.	«Представления о себе»	10
2.	«Семья»	10
3.	«Гигиена тела»	18
4.	«Туалет»	10
5.	«Одевание и раздевание»,	12
6.	«Прием пищи»	8
	Итого:	68ч.

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, 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.

Пропедевтический уровень

Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.

Знакомство с собственным телом, его частями. Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина. Голова. Лицо. Части лица. Обнаружение частей своего тела. Игра с собственным телом.

Одевание-раздевание. Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.

Прием пищи. Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Знакомство с посудой и приборами. Связь пища-тарелка-ложка. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Поведение за столом.

Умывание. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.

Чистка зубов. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно.

Умение пользоваться туалетом. Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно.

Базовый уровень

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.

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).

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, 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, 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.

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.

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.

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.

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.

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

Материально-техническое обеспечение для реализации программы по предмету «Человек» включает: классы с мягким покрытием для двигательной активности детей, безопасное настенное зеркало по росту ребенка, маленькое зеркало, специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися; душевые; подъемно-передвижное оборудование для обучающихся с нарушениями ОДА; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; столовые приборы. Одежда и обувь ребенка, шкафчики для хранения одежды и обуви. Гигиенические принадлежности: мыло, салфетки, крем, зубная паста, зубная щетка. Предметные и сюжетные картинки, фотографии и видеозаписи с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются видеоматериалы, обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Человек».

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 «моё» и «не моё», 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.

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.

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,

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.

Формы, периодичность, порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Средства мониторинга и оценки динамики обучения. Мониторинг результатов обучения проводится не реже одного раза в полугодие. В ходе мониторинга специалисты образовательной организации оценивают уровень сформированности представлений, действий (операций), внесенных в СИПР. Например, «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; представление: «узнает объект», «не всегда узнает объект» (ситуативно), «не узнает объект». Итоговые результаты образования за оцениваемый период оформляются описательно в дневниках наблюдения и в форме характеристики за учебный год. На основе итоговой характеристики составляется СИПР на следующий учебный период.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

- Методические рекомендации по обучению детей с тяжелыми нарушениями интеллекта. Пермь: ПК ИП КРО, 2010г.
- графические / печатные изображения (тематические наборы фотографий, рисунков, пиктограмм и др., а также составленные из них индивидуальные коммуникативные альбомы).
- тренажеры «Шнуровка».
- пазлы, вкладыши.
- аудио и видеоматериалы.

Приложения

Приложение 1.....КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Приложение 2..... Лист коррекции

**Календарно-тематическое планирование (вариант 2)
по предмету «Человек», 5 класс**

<i>№ п/п</i>	<i>тема</i>	<i>кол-во часов</i>	<i>Дата проведения</i>
<i>I четверть</i>		16	
1	Диагностика	1	03.09
2	Знакомство с собственным телом, его частями. Повторение	1	05.09
3	Знание назначения частей руки: (правой, левой).	1	10.09
4	Знание назначения частей руки: (правой, левой). Повторение	1	12.09
5	Знание назначения частей туловища. Повторение	1	17.09
6	Уход за частями тела	1	19.09
7	Уход за частями тела. Повторение	1	24.09
8	Части лица	1	26.09
9	Части лица. Повторение	1	01.10
10	Эмоции радость-грусть	1	03.10
11	Представление о возрасте: ребенок-взрослый	1	08.10
12	Представление о возрасте: молодой, пожилой	1	10.10
13	Представление о возрасте: молодой, пожилой. Повторение	1	15.10
14	Знание полезных привычек	1	17.10
15	Составление рассказа по картинкам "Правила гигиены"	1	22.10
16	В гостях у стоматолога	1	24.10
<i>II четверть</i>		16	
1	Имя, отчество и фамилия.	1	07.11
2	День рождения. Возраст.	1	12.11
3	Значение одежды для человека	1	14.11
4	Зимняя одежда	1	19.11
5	Летняя одежда	1	21.11
6	Нижнее белье, верхняя одежда	1	26.11
7	Одежда для девочек: платье, юбка	1	28.11
8	Одежда для мальчиков: шорты, футболка, брюки	1	03.12
9	Упражнение "Кому что надеть"	1	05.12
10	Понятие «боль»	1	10.12
11	Пиктограмма «болит»	1	12.12
12	Использование пиктограмм «Болит» и пиктограммы части тела	1	17.12
13	Что такое волосы?	1	19.12
14	Уход за волосами	1	24.12
15	Чистый, грязный. Работа с пиктограммами. Повторение	1	26.12
16	Уборка класса. Отжать тряпку, вытереть пыль	1	27.12
<i>III четверть</i>		21	
1	Развитие моторики. Откручивание крышки с банки	1	09.01
2	Развитие моторики. Откручивание крышки с бутылки	1	14.01
3	“Как правильно сложить одежду?”	1	16.01
4	Упражнение “В шкафу”	1	21.01
5	Сортировка «Чистая одежда, грязная одежда»	1	23.01
6	Упражнение "Застегни, завяжи сам"	1	28.01
7	“Как я выгляжу?”	1	30.01
8	Упражнения на узнавание (различение) видов обуви.	1	04.02
9	Действия с пищей и салфетками.	1	06.02

10	Приготовление бутербродов. Выбор продуктов	1	11.02
11	Приготовление бутербродов. Составление алгоритма	1	13.02
12	Приготовление бутербродов. Подготовка продуктов (помыть, порезать)	1	18.02
13	Приготовление бутербродов. По алгоритму самостоятельно	1	20.02
14	Распорядок дня	1	25.02
15	Прием пищи. Правила поведения за столом	1	27.02
16	Игровые упражнения: «Сводим куклу в туалет»	1	04.03
17	Салат. Выбор продуктов	1	06.03
18	Салат. Выбор продуктов, составление алгоритма	1	11.03
19	Салат. Приготовление по алгоритму	1	13.03
20	Дидактическая игра: «Накорми куклу»	1	18.03
21	Дидактическая игра «Чаепитие»	1	20.03
<i>IV четверть</i>		15	
1	Мытье посуды	1	01.04
2	«Мое настроение».	1	03.04
3	«Мое настроение». Повторение	1	08.04
4	Почему мы конфликтуем.	1	10.04
5	"Приятного аппетита!"	1	15.04
6	“Помоги накрыть на стол	1	17.04
7	“Помоги накрыть на стол	1	22.04
8	Поведение в магазине	1	24.04
9	Поведение в магазине. Составление алгоритма	1	29.04
10	«Братья, сестры»	1	06.05
11	«Бабушки, дедушки»	1	08.05
12	«Мои воспитатели»	1	13.05
13	Мой домашний питомец	1	25.05
14	Мой домашний питомец. Повторение	1	20.05
15	Поход в аптеку, лекарства.	1	22.05

Лист корректировки

Тема	Причина корректировки	Способ, форма корректировки	Согласование с завучем