

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДОНЕЦКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 28»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей-  
предметников

Протокол от «\_\_»\_\_ г. №\_\_

Руководитель МО учителей  
начальных классов

\_\_\_\_\_ Ю.Н.Юрьева

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

\_\_\_\_\_ А.Ю. Хелемендык

«\_\_»\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКОУ «Донецкая СШИ №28»

\_\_\_\_\_ С.В. Дермен

«\_\_»\_\_ г.

## **Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Человек»**

**4 класс**

**(вариант 2)**

Рабочую программу составила:

\_\_\_\_\_ Ю.Н.Юрьева

2024—2025 учебный год

## Общие положения

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1026;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 17.07.2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ» (зарег. в Минюсте России 15.08.2024 г. № 79163);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Донецкая специальная школа-интернат № 28», утвержденной приказом от 24.08.2023 г. № 166;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Календарным годовым графиком работы образовательного учреждения на 2024-2025 учебный год.

## 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:**

- формирование представлений о себе как «Я» и своем близком окружении и повышение уровня самостоятельности при самообслуживании.

## **Задачи программы:**

- воспитывать потребность в общении с помощью вербальных и альтернативных средств коммуникации;
- продолжить формировать представления о себе как мальчике (девочке);
- продолжить формировать представления о своем теле, его строении, своих двигательных возможностях;
- продолжить формировать умения и развивать навыки в осуществлении гигиенических навыков;
- продолжить формировать умения и развивать навыки при обращении с одеждой и обувью;
- продолжить формировать умения и развивать навыки пользования столовыми приборами во время еды, пить из кружки, наливать воду из бутылки в стакан, пользоваться салфеткой после еды;
- формирование навыков культурой еды;
- продолжить формировать умения и развивать навыки пользования туалетом, в том числе формировать навыки самообслуживания;
- продолжить формировать представления о своем ближнем окружении: членах своей семьи, взаимоотношениях между членами семьи.

## **Общая характеристика учебного предмета**

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 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, 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.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Человек» относится к предметной области «Окружающий мир» обязательной части Федерального учебного плана образования обучающихся с умеренной (тяжелой, глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) (дополнительный первый класс, 1-4 классы).

На изучение данного предмета Недельным учебным планом АООП УО (вариант 2) обучающихся 1 доп., I-IV классов предусмотрено: 2 часа в неделю – 68 часа. С учётом каникулярных и праздничных дней календарно-тематическое планирование по курсу может быть скорректировано.

<i>класс</i>	<i>предмет</i>	<i>Кол-во часов в год</i>	<i>Кол-во часов в неделю</i>
<b>4</b>	Человек	68	2

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### ***Возможные личностные результаты освоения учебного предмета:***

- перемещение в новой среде без проявлений дискомфорта;
- принятие контакта, инициированного взрослым;
- установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;
- следование расписанию дня;
- направленность взгляда на лицо взрослого, на выполняемое задание;
- выполнение простых речевых инструкций (дай, возьми, встань, сядь, подними и др.);

- выполнение соотнесения предмета с соответствующим изображением (по образцу);
- выполнение простых действий по наглядным алгоритмам (расписаниям) (по образцу);
- сидение за столом в течение определенного периода времени на уроках;
- выполнение движений и действий с предметами по подражанию и по образцу на уроках;
- выполнение речевых инструкций;
- выполнение задания в течение определенного временного промежутка;
- принятие помощи учителя.

### ***Возможные предметные результаты освоения учебного предмета***

#### *Достаточный уровень:*

- знание частей тела);
- сообщение о состоянии своего здоровья;
- сообщение сведений о себе;
- узнавание (различение) членов семьи;
- определение своей социальной роли в семье;
- 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 и 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 щетки, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой);
- соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос (намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос);
- узнавание (различение) предметов обуви;
- выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.

#### *Минимальный уровень:*

- знание частей тела;
- узнавание (различение) членов семьи;
- 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 и 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 щетки, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой);
- узнавание (различение) предметов обуви;
- выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.

## **Содержание учебного предмета**

**Представления о себе.** Идентификация себя как мальчика (девочки). Узнавание (различение) частей тела: туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)). Знание назначения частей лица. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста.

**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. Нанесение крема на руки.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей.

**Обращение с одеждой и обувью.** Знание назначения предметов одежды. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). 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. Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

**Туалет.** Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой.

**Прием пищи.** Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана). Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой, вилкой. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

**Семья.** Различение членов семьи. Различение детей 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.

### Учебно-тематический план

<b>Класс</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов по плану</b>	<b>Количество часов по факту</b>
	Представления о себе.	16	
	Гигиена тела.	12	
	Туалет.	4	
	Обращение с одеждой и обувью.	22	
	Прием пищи.	7	
	Семья.	6	
<b>Итого:</b>		<b>67</b>	

№ П/П	№ УРОКА В ТЕМЕ	Содержание материала	Количество часов		Дата		Примечание
			По план у	По факт у	По плану	По факту	
		<b>І четверть ( 16 )</b>					
		<b>І Представления о себе ( 16 )</b>					
1	1	Мальчики и девочки. Занятия мальчиков и девочек.	2		05.09		
2	2				06.09		
3	3	Кто я? Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста.	2		12.09		
4	4				13.09		
5	5	Различение частей тела: голова, туловище, руки, ноги.	2		19.09		
6	6				20.09		
7	7	Уход за частями лица человека (глаза, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы).	2		26.09		
8	8				27.09		
9	9	Знание назначения частей тела.	2		03.10		
10	10				04.10		
11	11	Различение частей тела: туловище (спина, живот).	2		10.10		
12	12				11.10		
13	13	Различение частей тела: руки (локоть, ладонь, пальцы).	2		17.10		
14	14				18.10		
15	15	Различение частей тела: ноги (колени, ступня, пальцы, пятка).	2		24.10		
16	16				25.10		
		<b>ІІ четверть ( 16 )</b>					
		<b>ІІ Гигиена тела ( 12 )</b>					
17	1	Смешивание воды до комфортной температуры.	1		07.11		
18	2	Вытирание рук полотенцем.	1		08.11		
19	3	Сушка рук с помощью автоматической сушилки.	1		14.11		

20	4	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук.	1	15.11		
21	5	Нанесение крема на руки.	1	21.11		
22	6	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица.	1	22.11		
23	7	Соблюдение последовательности действий при чистке	2	28.11		
24	8	зубов и полоскании полости рта.		29.11		
25	9	Расчесывание волос.	2	05.12		
26	10			06.12		
27	11	Мытье и чистка ушей.	2	12.12		
28	12	<b>III Туалет ( 4 )</b>		13.12		
29	1	Сообщение о желании сходить в туалет.	1	19.12		
30	2	Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды.	1	20.12		
31	3	Пользование туалетной бумагой.	1	26.12		
32	4	Гигиенические процедуры после посещения туалета.	1	27.12		
		<b>III четверть ( 22 )</b>				
		<b>IV Обращение с одеждой и обувью ( 22 )</b>				
33	1	Знание назначения предметов одежды.	2	09.01		
34	2			10.01		
35	3	Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя,	2	16.01		
36	4	выходная, рабочая).		17.01		
37	5	Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа,	2	23.01		
38	6	кепка, панама, платок).		24.01		
39	7			30.01		
40	8	Знание назначения головных уборов. Различение сезонных	2	31.01		

		головных уборов.				
41	9	Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов).	2			06.02
42	10					07.02
43	11	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	2			13.02
44	12					14.02
45	13	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	2			20.02
46	14					21.02
47	15	Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).	3			27.02
48	16					28.02
49	17					06.03
50	18	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.	2			07.03
51	19					13.03
52	20	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.	3			14.03
53	21					20.03
54	22					Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.
<b>IV четверть ( 14 )</b>						
<b>V Прием пищи ( 7 )</b>						
55	1	Сообщение о желании пить. Питье из кружки, стакана.	1			03.04
56	2	Наливание жидкости в кружку. Питье через соломинку.	1			04.04
57	3	Сообщение о желании есть. Еда руками.	1			10.04
58	4	Еда ложкой.	1			11.04
59	5	Еда вилкой.	1			17.04

60	6	Использование салфетки во время приема пищи.	1		18.04		
61	7	Накладывание пищи в тарелку.	1		24.04		
		<b>VI Семья ( 6 )</b>					
62	1	Различение членов семьи.	1		25.04		
63	2	Различение детей и взрослых.	1		08.05		
64	3	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1		15.05		
65	4	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	2		16.05		
66	5				22.05		
67	6	Рассказ о своей семье.	1		23.05		
			<b>67</b>				

## **Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### **Учебные пособия:**

Азбука здоровья и гигиены. Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни у дошкольников и младших школьников: Пособие для педагогов, психологов и родителей / Под ред. проф. Л. Б. Баряевой. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2013. – 80 с.

Учебные программы для центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. - Минск, 2014.

Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А. П., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью.— СПб.: Издательство «СОЮЗ», 2003. — 320 с. — (Коррекционная педагогика).

Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А. П., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью.— СПб.: Издательство «СОЮЗ», 2003. — 320 с. — (Коррекционная педагогика).

Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно-методические материалы / под ред. И.М. Бгажноковой. — М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 181 с. — (Коррекционная педагогика).

### **Наглядный учебный материал:**

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. 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.