

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАОЗЕРНАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ**

**№ 16 г. ТОМСКА**  
634009, г. Томск,  
пер. Сухоозерный, 6  
тел./факс 402519, 405974  
[school16@education70.ru](mailto:school16@education70.ru)

Утверждаю:  
\_\_\_\_\_ 2024г.  
Директор МАОУ Заозерной  
СОШ №16 г. Томска  
\_\_\_\_\_/Астраханцева Е.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ  
(интеллектуальными нарушениями)**

**Вариант 2**

**Человек**

База реализации:

Обучающиеся 5-12 классов

Срок реализации 8 лет

Томск 2024

**Человек**  
**5 класс**  
**Пояснительная записка**

**Актуальность.**

Программа составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Проблема социальной адаптации учащихся с ТМНР, является наиболее значимой в процессе их образования. Практическая направленность всего образовательного процесса, ориентированного на индивидуально-типологические особенности каждого учащегося, — важная составляющая обучения предмету «Человек» в течение всех лет обучения в школе. Проводится работа по формированию у обучающихся готовности к усвоению способов общественного опыта, а именно: совместные действия ребенка и взрослого, подражание действиям взрослого, поисковые способы ориентировочно-познавательной деятельности (пробы, соотнесение, зрительная ориентировка). Получение социального опыта организуется в форме эмоционально-окрашенного личностного взаимодействия с учащимися, и включает формирование способов взаимодействия сначала в ближнем социуме – семье и школе, с последующим расширением и осмыслением социальных контактов: «двор», «город» и т.д. Обучение направлено на формирование максимально возможной социальной активности обучающихся, возможности их наиболее полного включения в жизнь общества.

**Нормативно - правовая база разработки программы**

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)
2. Учебный план МАОУ Заозерной СОШ №16

**Цель обучения** – развитие представлений о человеке, его социальном окружении, ориентации в социальной среде и общепринятых правилах поведения, формирование общепринятых способов социального взаимодействия.

Изучение предмета «Человек» решает следующие **задачи**:

- ознакомление с явлениями социальной жизни (человек и его деятельность, общепринятые нормы поведения);
- развитие представлений о предметном мире, созданном человеком (многообразие, функциональное назначение окружающих предметов, действия с ними);
- ознакомление с элементарными социально-бытовыми действиями с использованием определенного диапазона моделей коммуникативного общения;
- накопление опыта социального взаимодействия и межличностного общения с учетом индивидуальных особенностей учащихся.
- расширение границ взаимодействия учащихся с окружающей социокультурной средой;
- обогащение опыта жизнедеятельности, развитие осознания собственной социальной роли

**Общая характеристика учебного предмета**

Обучение детей жизни в обществе, социальное развитие является одним из главных направлений обучения и воспитания. основополагающим в процессе социальной адаптации ребенка с ТМНР является развитие представлений о себе. С них начинается приобщение к социальному миру и построение отношений с другими людьми. Предмет «Человек» помогает сформировать представление о себе, осознать общность и различие с другими людьми. Учащиеся знакомятся первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей. Предмет способствует накоплению опыта продуктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками. Обучающиеся знакомятся с понятием досуг и обогащают опыт сотрудничества, участия в общественной жизни. На уроках по предмету «Человек» вырабатывается умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья. Обучающиеся закрепляют представления о своей семье, получают элементарные представления о Родине.

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

Предмет «Человек» представлен в 5 классе 2 раз в неделю - 68 часов (34 учебных недели), что соответствует учебному плану МАОУ Заозерной СОШ №16. Данный учебный курс может быть реализован с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **Описание ценностных ориентиров предмета**

Содержание учебного предмета «Человек» направлено на социальную адаптацию, коррекцию познавательных возможностей обучающихся, формирование социально-значимых умений и навыков, необходимых для ориентации в социальной среде, повседневных жизненных ситуациях.

### **Содержание учебного предмета «Человек»**

Программный материал по предмету систематизирован в следующих разделах: Представления о себе: Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими. Образ жизни: Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Семья: Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи. Мир, созданный руками человека: Представления о мире, созданном руками человека, в ближайшем окружении (дом, школа, улица). Я и другие: Расширение представлений об окружающих людях: овладение первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей. Общение: Освоение навыков учебной деятельности и накопление опыта продуктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками. События: Поведение в социальных ситуациях. Государство и я: Формирование представления о России.

### **Тематическое планирование на учебный год**

Содержание предмета «Человек» положено в основу тематического планирования по основным разделам обучения. Тематическое планирование составляется педагогом ежегодно с учетом индивидуальных психофизических возможностей обучающихся. Распределение часов по основным разделам и темам осуществляется исходя из задач обучения на каждом конкретном этапе.

Представления о себе. Общность и различие с другими. Собственное тело.

Ощущения. Обогащение сенсорного опыта. Имя, изображение на фото, отражение в зеркале.

Образ жизни. Возраст, потребности и ограничения здоровья. Оздоровительные процедуры. Самочувствие (хорошее или плохое),

Семья. Взаимоотношения в семье. Члены семьи, родственные отношения в семье .

Мир, созданный руками человека. Объекты вокруг меня. Дом, квартира (объекты в них). Школа (помещения, оборудование).

Я и другие. Я ученик. Учебная деятельность. Опыт взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Правила поведения на уроках и во внеурочной деятельности. Адекватное взаимодействие.

Общение. Отношения со взрослыми вне родительского дома. Принятие ситуации разлуки с родителями во время посещения школы. Признание учителя релевантным взрослым. Умение делить внимание релевантного взрослого с другими детьми.

События. Сотрудничество, участие в общественной жизни. Праздничные мероприятия: характер участия, впечатления от совместной деятельности.

Государство и я. Обязанности обучающегося, сына/дочери, гражданина и др. Представления о России.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### **Возможные личностные результаты:**

- Осознание себя (в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определенному полу, как «Я»).
- Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности.
- Оценка своих поступков по принципу «плохо - хорошо» на основе представлений о базовых нравственных нормах, общепринятых правилах.
- Принятие помощи в учебной и жизненной ситуации.
- Проявление своих чувств и эмоций адекватное общепринятым нормам.
- Сотрудничество с окружающими в разных социальных ситуациях доступным образом.
- Участие в игровой, учебной, социально-бытовой ситуации.
- Участие в коммуникации любыми доступными средствами и способами.

#### **Предметные результаты**

- Осознание себя, своих ощущений, общности и различий с другими, выражение своих желаний и интересов.
- Ориентирование в мире, созданном руками человека, демонстрация готовности соблюдать элементарные правила безопасности в повседневной жизнедеятельности.
- Расширение представлений об окружающих людях: о своей семье, взаимоотношениях, овладение первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей.
- Осуществление форм контактов, соответствующих возрасту и полу ребенка, выражение согласия/несогласия организовывать личное пространство и время (учебное и свободное).
- Накопление положительного опыта сотрудничества, участия в общественной

жизни.

• Демонстрация готовности поддерживать образ жизни, соответствующего возрасту, потребностям и ограничениям здоровья.

**Специфика** обучения заключается в его тесной взаимосвязи со всеми учебными предметами, особенно с предметами домоводство, речь и альтернативная коммуникация. В процессе обучения по предмету «Человек» учащийся начинает приобщаться к социальному миру, происходит становление личности ребенка при условии его активности, познание им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира.

Структура и содержание программы построена с учетом особенностей познавательной деятельности обучающихся. Концентрическое расположение материала, когда одна и та же тема изучается несколько лет, создает условие для постепенного наращивания сведений по теме (поэтапность), для постоянного повторения и углубления пройденного и отработка необходимых умений.

Для достижения поставленных задач, используются следующие методы обучения:

- наглядные;
- словесные;
- практические.

Формы организации учебной деятельности:

- подгрупповые;
- индивидуальные.

Используемые средства обучения:

- вербальные;
- визуальные;
- технические

### Тематическое планирование

№ урока п/п	Тема урока/занятия	Основные виды учебной деятельности
<b>1 четверть</b>		
1.	Я – человек. Моё имя	Коммуникация с использованием вербальных, невербальных средств: формирование умения устанавливать (зрительный) контакт с собеседником. Слушание объяснений учителя, выполнение заданий по разграничению понятий, наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов, работа с раздаточным материалом, выполнение работ практикума, выполнение практических заданий для отработки алгоритмов поведения. Обогащение сенсорного опыта Глобальное чтение: знакомство с
2.	Мои данные: как меня зовут, сколько мне лет, где я живу.	
3.	Мои данные: как меня зовут, сколько мне лет, где я живу.	
4.	Кто я? Я - мальчик. Я - девочка	
5.	Части тела человека. Основные части тела	
6.	Для чего мы ухаживаем за телом.	
7.	Ванная комната. Мыло, шампунь, предметы личной гигиены.	
8.	Мои руки. Уход за руками	
9.	Мои ноги	
10.	Уход за ногами	

11.	Мой рот и язык	напечатанными словами, обозначающие имена, названия предметов.
12.	Уход за полостью рта	
13.	Мои зубы	
14.	Уход за зубами	
15.	Мои глаза	
16.	Уход за глазами	
<b>2 четверть</b>		
17.	Мои уши	Коммуникация с использованием вербальных, невербальных средств: формирование умения устанавливать (зрительный) контакт с собеседником. Слушание объяснений учителя, выполнение заданий по разграничению понятий, наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов, работа с раздаточным материалом, выполнение работ практикума, выполнение практических заданий для отработки алгоритмов поведения. Обогащение сенсорного опыта Глобальное чтение: знакомство с напечатанными словами, обозначающие имена, названия предметов.
18.	Уход за ушами	
19.	Мой нос	
20.	Уход за носом	
21.	Умывальная комната в школе	
22.	Правила пользования	
23.	Мытьё рук. Алгоритм мытья рук	
24.	Практическое занятие. Мытьё рук	
25.	Бумажные и тканевые полотенца.	
26.	Практическое занятие. Я мою руки сам	
27.	Нужды человека. Как сообщить о своих желаниях: Карточки пекс "Я хочу есть", "Я хочу пить", "Я хочу в туалет»	
28.	Нужды человека. Как сообщить о своих желаниях: Карточки пекс "Я хочу есть", "Я хочу пить", "Я хочу в туалет»	
29.	Туалет. Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены.	
30.	Туалет. Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены.	
31.	Алгоритм пользования туалетом.	
32.	Алгоритм пользования туалетом.	
<b>3 четверть</b>		
33.	Туалетная бумага. Виды бумаги. Правила пользования	Коммуникация с использованием вербальных, невербальных средств: формирование умения устанавливать (зрительный) контакт с собеседником. Слушание объяснений учителя, выполнение заданий по разграничению понятий, наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов, работа с раздаточным материалом, выполнение работ практикума, выполнение практических заданий для отработки алгоритмов поведения. Обогащение сенсорного опыта Глобальное чтение: знакомство с напечатанными словами, обозначающие имена, названия предметов.
34.	Практическое занятие «Отматывание, отрывание бумаги»	
35.	Закрепление по теме "Пользование туалетом".	
36.	Гигиенические процедуры после посещения туалета	
37.	Мытьё рук, вытирание рук. Моё личное полотенце	
38.	Мытьё рук, вытирание рук. Моё личное полотенце	
39.	Повторение: "Для чего мы ухаживаем за телом"	
40.	Водные процедуры, душ	
41.	Изучаем своё тело: «Голова», «Туловище»	
42.	Нахождение частей тела на себе, другом человеке: «Моё - не моё», «Мои - не мои»	
43.	Возрастные изменения человека	
44.	"Я малыш". "Я подросток». Взрослые люди	
45.	Виды одежды (нижняя одежда)	

46.	Лицевая и изнаночная сторона нижней одежды	
47.	«Виды одежды» (верхняя одежда)	
48.	Лицевая и изнаночная сторона верхней одежды	
49.	Виды обуви. Виды застежек	
50.	Практическое занятие: "Застежки на одежде и обуви"	
51.	Режим дня. Части суток	
52.	Для чего нужен режим дня	
53.	Правильное питание	
<b>4 четверть</b>		
54.	Овощи и фрукты в жизни человека	Коммуникация с использованием вербальных, невербальных средств: формирование умения устанавливать (зрительный) контакт с собеседником. Слушание объяснений учителя, выполнение заданий по разграничению понятий, наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов, работа с раздаточным материалом, выполнение работ практикума, выполнение практических заданий для отработки алгоритмов поведения. Обогащение сенсорного опыта Глобальное чтение: знакомство с напечатанными словами, обозначающие имена, названия предметов.
55.	Культура поведения в столовой. Добрые слова	
56.	Посуда. Сервировка стола	
57.	Практическое занятие: «К нам пришли гости, накроем на стол»	
58.	Моя семья: мама, папа, братья, сестры	
59.	Мой дом. Мои родственники, друзья	
60.	Как проводить свободное время	
61.	Мои любимые игры, увлечения	
62.	Повторение: «Мои данные»	
63.	Карточки Пекс «Как меня зовут, сколько мне лет, где я живу?»	
64.	Карточки Пекс «Как меня зовут, сколько мне лет, где я живу?»	
65.	Овощи и фрукты в жизни человека	
66.	Правила мойки овощей и фруктов. Профилактика пищевых отравлений	
67.	Повторение изученного	
68.	Повторение изученного	

#### **Материально-техническое обеспечение предмета включает:**

Натуральные объекты, муляжи, макеты, предметные и сюжетные картинки, пиктограммы с изображением объектов (в школе, во дворе, в городе), действий, правил поведения и т.д. Кухня с посудой и кухонной утварью, продуктами питания. Модели транспортных средств. Кроме того, используются аудио и видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие социальную жизнь людей, правила поведения в общественных местах и т.д.; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных социальных представлений. Необходимым оборудованием для иллюстрации социальных явлений являются: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование.

#### **Средства альтернативной коммуникации:**

- графические средства для альтернативной коммуникации: таблицы букв, карточки с изображениями объектов, людей, действий (фотографии, пиктограммы, символы), с напечатанными словами, наборы букв, коммуникативные таблицы и тетради для общения; сюжетные картинки с различной тематикой для развития речи;

- электронные устройства для альтернативной коммуникации: записывающие и воспроизводящие устройства, коммуникаторы (GoTalk), компьютерные устройства, синтезирующие речь (например, планшетный компьютер и др.);
- информационно-программное обеспечение: компьютерные программы для создания пиктограмм (например, —Boardmaker®, —Alladin® и др.); компьютерные программы для общения (Communicator5);
- аудио и видеоматериалы.

### **Литература:**

Баряева Л. Б., Логинова Е. Т., Лопатина Л. В. Подготовка к обучению грамоте детей с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью: Пособие для учителя. – СПб.: Издательство «Союз», 2004

Баряева Л. Б., Логинова Е. Т., Лопатина Л. В. Подготовка к обучению грамоте детей с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью: Пособие для ученика. – СПб.: Издательство «Союз», 2004

Баряева Л. Б. Я – говорю! Я ребёнок. Упражнения с пиктограммами: рабочая тетрадь для занятий с детьми / Л. Б. Баряева, Е. Т. Логинова, Л. В. Лопатина. – М.: Дрофа, 2008

Баряева Л. Б. Я – говорю! Ребёнок и его игрушки. Упражнения с пиктограммами: рабочая тетрадь для занятий с детьми / Л. Б. Баряева, Е. Т. Логинова, Л. В. Лопатина. – М.: Дрофа, 2008

Баряева Л. Б. Я – говорю! Ребёнок в мире животных. Упражнения с пиктограммами: рабочая тетрадь для занятий с детьми / Л. Б. Баряева, Е. Т. Логинова, Л. В. Лопатина. – М.: Дрофа, 2008

Баряева Л. Б. Я – говорю! Ребёнок и явления природы. Упражнения с пиктограммами: рабочая тетрадь для занятий с детьми / Л. Б. Баряева, Е. Т. Логинова, Л. В. Лопатина. – М.: Дрофа, 2008

Информационные ресурсы: социальная сеть Интернет: группа ВК