

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8,  
реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО нач. классов  
Л.Л. Бабушкина /Л.Л.Бабушкина  
Протокол № 1  
От «25» августа 2021г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УР  
Ю.В. Кутилова /Ю.В. Кутилова  
«01» 09 2021 г.



**Рабочая программа**  
по учебному предмету  
**«Человек»**  
для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР  
(2 вариант)  
3 класс  
на 2021- 2022 учебный год

Составитель:  
Орлова Н.П.  
Учитель

Екатеринбург, 2021

## **Пояснительная записка**

Нормативно-правовую базу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (далее – ФГОС ОО УО (ИН));
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования" (Раздел 3 Особенности организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 18 мая 2020г. № 249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. № 345»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об

образовании в Свердловской области» (с последующими изменениями и дополнениями);

- Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01. 2020г. № 20-Д «Об утверждении уставов государственных бюджетных учреждений Свердловской области»;
- Локальные акты образовательного учреждения.

**Цель изучения учебного предмета:** формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

**Задачи учебного предмета:**

- изучение строения своего тела, лица;
- формирование правил здорового образа жизни;
- формирование умений и навыков самообслуживания;
- формирование представлений о себе, своей семье;
- изучение норм и правил поведения и общения в обществе.

**Общая характеристика учебного предмета.**

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.

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.

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития**

Для обучающихся, получающих образование по варианту 2 адаптированной основной общеобразовательной программы образования, характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

**Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью** отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен. Наряду с нарушением базовых психических функций,

памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотношение слова и предмета, слова и действия. По уровню сформированности речи выделяются дети с отсутствием речи, со звукокомплексами, с высказыванием на уровне отдельных слов, с наличием фраз. При этом речь невнятная, косноязычная, малораспространенная, с аграмматизмами. Ввиду этого при обучении большей части данной категории детей используют разнообразные средства невербальной коммуникации. Внимание обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий. Процесс запоминания является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Детям трудно понять ситуацию, вычленив в ней главное и установить причинно-следственные связи, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других - повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. У большинства детей с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи

окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур и др.

Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

### **Основные виды организации учебного процесса (формы работы, методы обучения):**

#### **1) Словесные:**

- рассказ-вступление, рассказ-изложение, рассказ-заключение
- объяснение
- беседа
- инструктаж
- пояснение

#### **2) Наглядные:**

- демонстрация (показ) предметов, фотографий, пиктограмм, действий, картинок, учебных картин, схем, плакатов, памяток, таблиц, презентаций, видеофрагментов.
- иллюстрация схем, плакатов, таблиц, зарисовок на доске.

#### **3) Практические:**

- самостоятельная работа
- дидактические игры
- упражнения (устные, письменные, графические)
- работа в тетради

### **Описание места учебного предмета.**

В Федеральном компоненте государственного стандарта окружающий природный мир обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его изучение в 3 классе отведено 68 часов, 2 часа в неделю, 34 учебные недели.

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

В рабочей программе даны конкретные формулировки планируемых результатов, которые могут быть не достигнуты в течение одного или нескольких уроков. Но педагог создает условия, дает обучающимся возможности для выполнения определенных действий, осуществляя деятельностный подход.

#### **Личностные планируемые результаты:**

***Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности определенному полу, осознание себя как «Я».***

***Физические характеристики персональной идентификации***

Определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);

Определяет свой демографический статус;

Определяет состояние своего здоровья;

### *Гендерная идентичность*

Определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

### *Этническая идентичность*

### *Возрастная идентификация*

Определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша);

Проявляет уважение к людям старшего возраста.

### ***Социально – эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности.***

#### *«Уверенность в себе»*

Осознает, что может, а что ему пока не удастся;

#### *«Чувства, желания, взгляды»*

понимает эмоциональные состояния других людей;

понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);

проявляет собственные чувства;

#### *«Социальные навыки»*

умеет устанавливать и поддерживать контакты;

умеет кооперироваться и сотрудничать;

избегает конфликтных ситуаций;

пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для

установления контактов, разрешения конфликтов;

использует элементарные формы речевого этикета;

принимает доброжелательные шутки в свой адрес;

охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх,

инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных

панно,

рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.).

### ***Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в ее органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей.***

#### *Мотивационно – личностный блок*

испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне)

стремится помогать окружающим.

### ***Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.***

#### *Биологический уровень*

Сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)

Сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

### ***Освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.***

Осознает себя в:

семейно – бытовых ситуациях (сын, внук, помощник и т.п.)

учебных ситуациях (ученик, дежурный)

проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение,

получить хорошие отметки)

**Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах** Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

осознает, что определенные его действия несут опасность для него.

Ответственность за собственные вещи

осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей:

одежды, игрушек, мебели в собственной комнате.

Экологическая ответственность

не мусорит на улице

не ломает деревья

**Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.**

Воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведения искусства

**Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками**

Принимает участие в коллективных делах и играх;

принимать и оказывать помощь.

### **Планируемые предметные результаты:**

- ✓ Уметь называть своё имя.
- ✓ Уметь реагировать на своё имя поворотом головы.
- ✓ Уметь говорить о себе от первого лица.
- ✓ Уметь определять у себя половую принадлежность.
- ✓ Проявлять интерес к изучению себя, своих физических возможностей (рука, нога, физические потребности –пить, кушать).
- ✓ Уметь сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях (проситься в туалет, пить, кушать).
- ✓ Уметь снимать и одевать нижнее бельё (после посещения туалета).
- ✓ Иметь представление о процессах и алгоритмах мытья рук.
- ✓ Уметь обслуживать себя (держат ложку, пить из кружки).
- ✓ Знать атрибуты в доступном предметном мире (кружка, тарелка, ложка, раковина).

### **Планируемые результаты сформированности базовых учебных действий.**

**Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.)

- организовывать рабочее место
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность,
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе
- передвигаться по школе,
- находить свой класс, другие необходимые помещения. Частично реализуется в личностных планируемых результатах

***Формирование учебного поведения:***

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание)
- фиксирует взгляд на звучащей игрушке
- фиксирует взгляд на яркой игрушке
- фиксирует взгляд на движущей игрушке
- переключает взгляд с одного предмета на другой
- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием утрированной мимики
- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса
- фиксирует взгляд на изображении
- фиксирует взгляд на экране монитора
- фиксирует взгляд на говорящем и на задании

***Умение выполнять инструкции педагога:***

- понимает жестовую инструкцию
- понимает инструкцию по инструкционным картам
- понимает инструкцию по пиктограммам
- выполняет стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения).

***Использование по назначению учебных материалов:***

- бумаги
- цветной бумаги
- тетрадей, альбомов для рисования
- карандашей, ручек, ластиков
- красок.

***Умение выполнять действия по образцу и по подражанию:***

- выполняет действие способом рука-в-руке
- подражает действиям, выполняемым педагогом
- последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога
- выполняет действия с опорой на картинный план с помощью педагога
- самостоятельно выполняет действия с опорой на картинный план, образец.

***Формирование умения выполнять задание:***

*в течение определенного периода времени*

- обучения по предмету способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.
- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин.

- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца
- выполняет задания, но требуется незначительная стимуляция
- ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы, коррекционному курсу.

**Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.**

- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога
- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.
- самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.

### **Содержание учебного предмета с указанием форм организации и видов деятельности**

<b>Раздел</b>	<b>Формы организации и виды деятельности обучающихся</b>
<b>Представления о себе.</b>	<p>Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале (рассматривание фотографий с собой, узнавание себя на фотографии, жест «это — я»).</p> <p>Отнесение себя к определенному полу (рассматривает картинки с мальчиком и девочкой, выбирает одну из двух картинок в соответствии со своей половой принадлежностью). Показывает на себя и говорит при помощи доступных средств коммуникации «я — мальчик» («я — девочка»).</p> <p>Имеет представления о собственном теле. Рассматривает изображения с частями тела. Называет (или показывает) на изображениях и себе части тела самостоятельно или с направляющей помощью учителя.</p> <p>Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Играет с игрушками, складывает игрушки на места, обозначает понятия «мои игрушки», «не мои» игрушки.</p> <p>Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол.</p> <p>Знает свое имя, называет его при помощи доступных средств коммуникации, при помощи учителя показывает, сколько лет (на пальцах, карточкой с цифрой, говорит).</p> <p>Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям (игры с одеждой, рассматривание себя в зеркале, отслеживание изменений с волосами, ногтями, ростом тела).</p> <p>Представляет свое ближнее социальное окружение (я на площадке, я в столовой, я в спальне).</p>
<b>Гигиена тела</b>	<p>Открывает кран, смешивает холодную и горячую воду, добиваясь максимально комфортной для тела температуры. Выполняет необходимые гигиенические процедуры по уходу за телом и знает, когда их надо выполнять (чистит зубы, моет руки перед едой и после посещения туалета). Соблюдает гигиенические правила по уходу за собственным телом (знает алгоритм чистки зубов, выдавливает зубную пасту на щетку, чистит зубы, причесывает волосы).</p>

<p><b>Обращение с одеждой и обувью.</b></p>	<p>Самостоятельно снимает и надевает нижнее белье после посещения туалета, натягивает колготки и штаны (юбку), заправляет рубашку. Замечает изменения в своем внешнем виде, смотрясь в зеркало, устраняет недостатки (застегивает пуговицы, поправляет складки на одежде, поправляет волосы).</p> <p>Узнает различные предметы одежды и обуви. Знает, какую одежду и обувь в какое время года носят. Различает сезонные головные уборы. Работает с различными картинками с изображением одежды и обуви, самостоятельно показывает и называет на картинках одежду, обувь, головные уборы. Выбирает одежду для прогулки адекватно погодным условиям с помощью учителя.</p> <p>Самостоятельно расстегивает липучки, пуговицы, молнии; завязывает шнурки при помощи учителя. Соблюдает последовательность действий при одевании и раздевании.</p>
<p><b>Туалет.</b></p>	<p>Сообщает о необходимости сходить в туалет доступными средствами (словами, жестами). Самостоятельно сидит на унитазе. После справления нужды выполняет все необходимые действия (смыв, опускание крышки бака). Самостоятельно одевается, соблюдая последовательность (одевает белье, натягивает колготки, застегивает брюки/юбку, заправляет рубашку в брюки). Выполняет алгоритм мытья рук (открывает кран, регулирует воду, намыливает руки мылом, моет их, выключает воду, вытирает руки).</p>
<p><b>Прием пищи</b></p>	<p>Соблюдает аккуратность при приеме пищи. Имеет представление об алгоритме приема пищи. Различает первое, второе и третье блюдо, компот.</p> <p>Пьет из кружки, самостоятельно ее удерживая, пользуется столовыми приборами (ложкой). Вытирает стол после еды, относит посуду в раковину или на стол для грязной посуды. Пользуется салфеткой во время приема пищи.</p>
<p><b>Семья</b></p>	<p>Устанавливает простейшие родственные связи между людьми (мама-ребенок). Узнает членов ближайшего окружения. Рассматривает картинки с изображением членов семьи, называет (показывает) маму, папу, бабушку, дедушку, ребенка. Рассматривает фотографии со своими родителями, называет их имена, говорит, кем приходятся.</p>

### **Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

- Коммуникативные символы;
- Картины, наглядные пособия;- предметов различной формы, величины, цвета;
- Графика. схемы, таблицы пиктограммы с изображениями занятий, моментов и др. событий;
- Электронные презентации;
- Дид. игры по лексическим темам;
- Шнуровки, липучки;
- Посуда-вставления (стаканчики одинаковой величины);
- Виды одежды и обуви;

- Принадлежности для ухода за своим телом-оборудования;
- Пазлы, лото, разрезные картинки;
- Альбомы с фотографиями детей-изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.

#### **Перечень учебной литературы:**

- ✓ Мир природы и человека. 1 класс. Учеб.для общеобразоват. организаций, реализующих адап. основные общеобразоват. программы. В 2 ч. Ч.1 /[Н.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина, М.А. Попова и др.]. – М.: Просвещение, 2018.
- ✓ Бгажнокова И.М. - Программы для 0-4 классов школы 8 вида (для детей с нарушениями интеллекта). Владос, М.2010
- ✓ «Методические рекомендации по обучению и воспитанию детей с интеллектуальными, тяжелыми и множественными нарушениями развития» (авторы-составители: Е.А. Рудакова, О.Ю. Сухарева; научный редактор: к.п.н. А.М. Царев), 2014.
- ✓ Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. (Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой). Санкт-Петербург, 2011.

