

Приложение 10 к  
Адаптированной основной  
общеобразовательной программе образования  
обучающихся с умеренной,  
тяжёлой и глубокой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями),  
тяжёлыми и множественными нарушениями  
развития (вариант 2)

Рабочая программа  
предметной области «Окружающий мир» по предмету «Человек» для детей с  
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 2)  
1-4 класс

Составители:  
Чекунова Надежда Михайловна,  
учитель, первая квалификационная категория;  
Ольшак Наталья Викторовна,  
учитель, первая квалификационная категория;  
Шадрин Ирина Михайловна,  
учитель, первая квалификационная категория;  
Основина Ирина Михайловна,  
учитель, высшая квалификационная категория;

## Пояснительная записка

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### Цель программы:

Приобщение учащихся к социальному миру через развитие представлений о себе. Для реализации цели были поставлены следующие задачи:

- формировать представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других;
- выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности;
- привитие навыков культуры поведения;
- формирование представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.;
- привитие детям навыков самостоятельности.

Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды воспитанников

Предмет изучается с 1 по 4 класс, количество часов: 1-2 класс в неделю -3 ч, 3-4 класс – 2 ч в неделю.

### 1. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Человек»

#### Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

#### Предметные результаты:

Пропедевтический уровень

Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело:

- Позволяет оказывать сенсорное воздействие на собственное тело
- Доступным образом даёт ответ на сенсорный контакт.

Знакомство с собственным телом, его частями:

- Умение воспринимать собственное тело как целое

- Умение узнавать части тела, как части своего собственного тела;
- Умение принимать процесс игры с собственным телом.

Одевание-раздевание, прием пищи, умывание, чистка зубов, пользование туалетом:

- Принимает процесс одевания-раздевания, приема пищи, умывания, чистки зубов, посещения туалета;
- Помогает при одевании-раздевании, приеме пищи, умывании, чистке зубов, посещении туалета;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет с поддержкой взрослого;
- Одевается-раздевается, принимает пищу, умывается, чистит зубы, посещает туалет самостоятельно;
- Сообщает о голоде-жажде, о потребности посетить туалет

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Умение определять свое самочувствие(как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.
- Знание своего ближайшего окружения
- Умение показать (назвать) членов семьи на фотографии

Минимальный уровень.

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других:

- Умение соотнести себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Имеет представление о собственном теле.
- Относит себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания доступными способами.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол доступными средствами.

Участие в решении каждодневных жизненных задач, связанных с удовлетворением первоочередных потребностей:

- Умение принимать помощь взрослого.
- Эмоционально – положительно относится к гигиеническим процедурам.

- Проявляет максимально возможную самостоятельность в самообслуживании: приеме пищи и пить, пользовании туалетом, выполнении гигиенических процедур, одевании и раздевании.
- Умение производить отдельные доступные действия, операции по самообслуживанию и их последовательность.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях, боли или проблеме доступным способом.

Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье:

- Имеет представление о семье и её членах как близких ребёнку людям.
- Имеет представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, основных занятиях членов семьи, быте и досуге семьи.

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.

Достаточный уровень

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- 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.

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 и др.
- Умение соблюдать правила гигиены.
- Умение соблюдать правила поведения за столом.
- Умение самостоятельно принимать пищу.
- Умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.
- Умение сервировать стол и убирать со стола посуду.
- Умение подбирать одежду и обувь по сезону.
- Уметь застегивать застежку молнию, липучки, завязывать шнурки
- 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.
- Уметь выразить (карточкой, словом, жестом) свое эмоциональное состояние.
- 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.
- Знать родственные отношения в семье (папа, мама, брат, сестра, бабушка, дедушка).
- Знать имена членов семьи, показывать их на фотографиях.

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

**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, ступни, 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).

**Семья.** Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (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.

**Гигиена тела.** 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. Подстригание ногтей ножницами. 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. Расчесывание волос. Одевание и раздевание. Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, 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). 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, 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. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, шнурка). Контроль своего внешнего вида. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).

**Прием пищи.** Питание, алгоритм принятия пищи.

