

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №2»
город Вологда

Согласовано
Зам. директора по УВР МОУ
«Общеобразовательная школа для
обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья № 2» г.
Вологда
_____/Доронина И.Г. /
«30» августа 2023 г.

Программа принята
на заседании педагогического совета
МОУ «Общеобразовательная школа
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья № 2»
протокол №1 от 30 августа 2023 г.

Утверждаю
Директор МОУ «Общеобразовательная
школа для обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья
№ 2» г. Вологда
_____/Ивашкова Е.М./
Приказ № 25-ОД от «30» августа 2023 г.

Подписано электронной подписью

**АДАптированная основная общеобразовательная программа учебного предмета
«ЧЕЛОВЕК» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) (ВАРИАНТ 2)**

Автор – составитель:
Белотелова Ольга Васильевна, учитель
высшей квалификационной категории.

2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка

Цель: приобщение обучающихся к социальному миру, развитие представлений о себе.

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек":

1) 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 "мое" и "не мое", 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.

2) 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.

3) 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.

4) 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.

Возможные предметные результаты (первый год обучения)

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.

- Представление о собственном теле.

- Отнесение себя к определенному полу.

- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол.

- Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.

- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

- 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).

- Представления о членах семьи.

Организация учебного процесса. В соответствии с учебным планом образовательного учреждения 2023 – 2024 учебный год количество учебных часов – 2 часа в неделю, всего за год 66 часов.

Учебный план по предмету: «Человек»
Первый год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному	17	Практическая работа
2.	Семья		7	Практическая работа
3.	Гигиена тела		11	Практическая работа
4.	Туалет		4	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		19	Практическая работа
6.	Прием пищи		8	Практическая работа

Учебно-методический материал:

- Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
- Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
- Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития».- СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
- Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расти здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
- Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
- Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
- Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
- Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

- АРМ учителя: ноутбук, интерактивная доска, колонки;
- компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
- демонстрационные таблицы;
- клавиатура адаптированная;
- пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
- наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Второй год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	18	Тестирование
2.	Семья		11	Практическая работа
3.	Гигиена тела		10	Тестирование
4.	Туалет		5	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		14	Тестирование.
6.	Прием пищи		10	Практическая работа

Учебно-методический материал:

- Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
- Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
- Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития». - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
- Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расти здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
- Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
- Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
- Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
- Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладная, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Второй год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	18	Тестирование
2.	Семья		11	Практическая работа
3.	Гигиена тела		10	Тестирование
4.	Туалет		5	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		14	Тестирование.
6.	Прием пищи		10	Практическая работа

Учебно-методический материал:

- Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
- Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
- Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития». - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
- Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расти здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
- Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
- Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
- Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
- Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Четвёртый год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	14	Тестирование
2.	Семья		11	Практическая работа
3.	Гигиена тела		13	Тестирование
4.	Туалет		6	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		12	Тестирование.
6.	Прием пищи		12	Практическая работа

Учебно-методический материал:

Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1

Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г

Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития».- СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.

Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расти здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..

Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.

Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.

Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002

Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Пятый год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	15	Тестирование
2.	Семья		9	Практическая работа
3.	Гигиена тела		12	Тестирование
4.	Туалет		4	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		15	Тестирование.
6.	Прием пищи		13	Практическая работа

Учебно-методический материал:

Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития». - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расту здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Шестой год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	9	Тестирование
2.	Семья		6	Практическая работа
3.	Гигиена тела		8	Тестирование
4.	Туалет		3	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		4	Тестирование.
6.	Прием пищи		4	Практическая работа

Учебно-методический материал:

- Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
- Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
- Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития». - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
- Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расту здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
- Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
- Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
- Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
- Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.

Учебный план по предмету: «Человек»
Седьмой год обучения

№ п/п	Тема	Реализация воспитательного потенциала урока (виды и формы деятельности)	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Представления о себе	-привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений; -включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий; - применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.	8	Тестирование
2.	Семья		6	Практическая работа
3.	Гигиена тела		7	Тестирование
4.	Туалет		3	Практическая работа
5.	Одевание и раздевание		5	Тестирование.
6.	Прием пищи		5	Практическая работа

Учебно-методический материал:

- Бгажнокова И.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушением интеллекта . Дефектология, 1997г. №1
- Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь «особому» ребенку». Книга для педагогов и родителей. СПб: институт специальной педагогики и психологии, 1998г
- Ершова Н.В., Аскерова И.В., О.А. Чистова «Занятия с дошкольниками, имеющими проблемы познавательного и речевого развития». - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2011.
- Зайцев Г.Д. «Уроки Айболита». Расту здоровым. Санкт – Петербург Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001 г..
- Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями. М., 1996.
- Смирнова Т.В. «Ребёнок познаёт мир» Игровые занятия по формированию представлений о себе для младших дошкольников. Волгоград «Учитель», 2008.
- Тихомирова Л.Ф. «Уроки на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет» Ярославль АКАДЕМИЯ РАЗВИТИЯ, 2002
- Человек и природа. Программа по обучению здоровому образу жизни детей с глубоким нарушением интеллекта. Вып.2. под ред. Шипициной Л.Н., Хилько А.А., Асикритов В.П. СПб., 1996

Материально-техническое обеспечение, а так же оборудование, приобретенное по проекту «Доброшкола»:

АРМ учителя: моноблок, интерактивная доска, колонки;
компьютерные презентации PowerPoint по темам программы;
демонстрационные таблицы;
клавиатура адаптированная;
пластиковая накладка, разделяющая клавиши;
наклонная доска для письма.