

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Вавожская средняя общеобразовательная школа»**

Принята  
на заседании Педагогического Совета  
Протокол от 30.08.2023г. № 14

Утверждена  
приказом по МБОУ «Вавожская СОШ»  
от 30.08.2023г. № 304-ОД

**Адаптированная рабочая программа**

**по предмету «Человек»**

**8 класс**

**(обучение на дому)**

Вавож, 2023



## Человек

### Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Человек» разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы МБОУ «Вавожская СОШ» 2 вариант и индивидуального учебного плана.

Цель обучения: формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи обучения:

- формирование гигиенических навыков;
- обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно – гигиенических требований при использовании различных материалов;
- формирование организационных умений и навыков;
- формирование навыков культурной еды;
- развитие умений ориентироваться в задании;
- развитие самостоятельности в выполнении навыков самообслуживания.

### Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы обеспечивает: личностно-ориентированный подход во взаимодействии обучающегося со взрослым; формирование комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Основной формой организации процесса обучения является урок. На уроках детально отрабатываются все трудовые операции по санитарно – гигиеническим требованиям и самообслуживанию. Ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность обучающемуся работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Содержание обучения на уроках «Человек» очень разнообразен, что определяется многообразием различных дефектов, присущих обучающемуся с умеренной умственной отсталостью. Нарушения памяти, внимания, мышления, моторики, и в частности зрительно-двигательной координации, требуют проведения игр и упражнений, направленных на коррекцию этих нарушений. На эти работы не отводятся целиком отдельные уроки; они включаются в урок как определенный этап среди других видов деятельности.

### Место предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир» и относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). На изучение предмета «Человек» в 8 классе отводится по 0,5 часа в неделю. Курс рассчитан на 17 часов в год (34 учебные недели).

### Возможные личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

### Личностные:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование этических чувств, доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

### Предметные:

- представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других: соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- представления о собственном теле;
- отнесение себя к определённому полу;
- умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст;
- 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 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 своё 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, мытьё рук перед едой и после посещения туалета);
- умение следить за своим внешним видом.

### **Содержание учебного предмета**

Учебный предмет **«Человек»** содержит следующие разделы:

*Представления о себе:* 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. Навыки, связанные с гигиеной тела. Части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, руки, ноги, пальцы); предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, ванна, полотенце; действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причёсываться. Закреплять навыки одевания и обувания под присмотром учителя (родителя).

*Семья:* представление о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Соблюдение правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Обучающийся учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

### Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Количество часов			Вид учебной деятельности обучающегося
		всего	практ.	теорет.	
1	Представления о себе	10			Знакомство с режимом дня, значение и влияние его на организм. Строение человеческого тела. Правила гигиены. Практические занятия
2	Семья	7			Знакомство с вежливыми словами, проигрывание сюжетно-ролевых игр. Правила безопасности в доме.
	Итого	17 ч			

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел, подраздел, тема урока	Количество часов	Для самостоятельного изучения	Дата
	<i>Представления о себе</i>	10 ч	10 ч	
1	Режим дня.	1	1	
2	Гигиена полости рта	1	1	
3	Утренняя зарядка и её значение.	1	1	
4	Строение человека.	1	1	
5	Внешний облик человека.	1	1	
6	Чистота – залог здоровья.	1	1	
7	Правильная осанка человека.	1	1	
8	Вредные привычки.	1	1	
9	В здоровом теле – здоровый дух.	1	1	
10	Наши помощники.	1	1	
	<i>Семья</i>	7 ч	7 ч	
11	Я и моя семья.	1	1	
12	Семейные традиции.	1	1	

13	Семейные обязанности.	1	1	
14	Волшебные слова в семье.	1	1	
15	Безопасность в доме.	1	1	
16	Повторение.	1	1	
17	Обобщение пройденного материала.	1	1	
	Итого:	17 ч.	17 ч.	

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

*Средства обучения:* натуральные объекты (игрушки, одежда, игровые предметы и атрибуты, муляжи, макеты); предметные, сюжетные картинки; интернет-ресурсы: аудио и видеоматериалы, презентации.

*Рабочие тетради:* -

*Литература для учителя:* адаптированная основная общеобразовательная программа МБОУ «Вавожская СОШ» 2 вариант.

*Литература для обучающегося:* Алексей Дорохов. Про тебя самого. – М.: «Детская литература», 1969 г.