

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Учредитель: администрация муниципального района**

**«Сыктывдинский»**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Зеленецкая средняя общеобразовательная школа»**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

  
Будина Д.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

  
Дубняк М.А.

Приказ №490 от 30 августа 2023г.

**АДАптиРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ:**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**

**Человек**

**5 класс**

**(в соответствии с ФГОС, вариант 2)**

<b>Срок реализации программы:</b>	1 год (5 класс)
<b>Составитель:</b>	Гриднева А.А., социальный педагог
<b>Составлена на основе:</b>	Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026

## Пояснительная записка

### Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимися.

Программа учебного предмета «Человек» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года № 1599;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24. 11.2022г. № 1026 ;
- приказ Министерства образования Республики Коми от 26.05.2015г №103 «Об обеспечении введения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в Республике Коми»
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2), МБОУ «Зеленецкая СОШ».

**Цель обучения** - формирование представлений о себе самом и о людях ближайшего окружения.

#### Задачи программы:

1. формирование представлений о себе и о собственном теле;
2. распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
3. развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
4. формирование умений соблюдать режимные моменты с необходимыми гигиеническими процедурами;
5. формирование умения обслуживать себя, следить за своим внешним видом;
6. формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях, формирование умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье образцом культуры общения;
7. учить понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними;
8. учить поддерживать здоровый образ жизни.

#### Описание места учебного предмета в учебном плане

В 5 классе продолжительность учебного года составляет 34 недели. При 5-дневной учебной неделе на предмет «Человек» в 5 классе отведен 1 час в неделю, что составляет 34 часов за учебный год.

#### Содержание рабочей программы

Программно-методический материал представлен следующими разделами: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Семья».

1. 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.

2. Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений.

3. 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. .

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

#### Личностные результаты:

- Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.
- Умение ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»; испытывать уважение к своей семье, к своим родственникам, любовь к родителям.
- Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
- Иметь представления о здоровом образе жизни: элементарные гигиенические навыки. - Осознавать роль языка и речи в жизни людей.

#### Предметные результаты:

- Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- Умение обслуживать себя: выполнять гигиенические процедуры;
- Умение поддерживать здоровый образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня;
- Умение следить за своим внешним видом;
- Представления о своей семье, и о людях ближайшего окружения;
- Представления о людях ближайшего окружения, их обязанностях.

### **Тематическое планирование**

#### **по предмету «Человек»**

#### **5 класс**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1.Семья.	12
2.Гигиена тела.	5
3.Представления о себе.	17
4.Итого:	34

### **Тематико-поурочное планирование**

#### **по предмету «Человек» 5 класс**

#### **34 урока (1ч.в неделю)**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
----------	-------------------	---------------------

1.	Члены семьи. Правила поведения в кругу семьи.	1
2.	Семейные традиции.	1
3.	Моя семья. Практическая работа «Влажная уборка в комнате».	1
4.	Моя семья. Семейный отдых.	1
5.	Моя семья. Сюжетно -ролевая игра «Мы в продуктовом магазине».	1
6.	Моя семья. Я- помощник мамы.	1

7.	Моя семья. Практическая работа «Моем посуду».	1
8.	Практическая работа «Семейный праздник».	1
9.	Рисование "Моя семья" по точкам.	1
10.	Я - один дома.	1
11.	Рисование «Опасности в быту».	1
12.	Обобщающий урок по теме: «Моя семья».	1
13.	Правила личной гигиены в течение дня.	1
14.	Ежедневные гигиенические процедуры.	1
15.	Средства личной гигиены.	1
16.	Предметы личной гигиены. Загадки.	1
17.	Обобщающий урок: «Гигиена тела».	1
18.	Правила здорового образа жизни. Режим дня.	1
19.	Режим дня. Мой весёлый будильник.	1
20.	Режим дня. Полезные привычки.	1
21.	Правила здорового образа жизни. Питание.	1
22.	Правила здорового образа. Сон.	1
23.	Рисование «Моя любимая подушка».	1
24.	Моделирование жизненных ситуаций. Проветривание комнаты.	1
25.	Правила здорового образа жизни. Прогулка.	1
26.	Лепка «Одежда и обувь для прогулки».	1

27.	Правила здорового образа. Занятия физической культурой.	1
28.	Делай как я. Веселые физминутки.	1
29.	Правила здорового образа. Профилактика болезней.	1
30.	Правила здорового образа. Советы доктора Айболита.	1
31.	Рисование. Витамины круглый год. Р.К «Аптеки города- детский отдел. Витамины для детей».	1
32.	Профилактика простудных заболеваний.	1
33.	Закаливание организма. Практическая работа.	1
34.	Укрепление здоровья. Полезные продукты.	1
	Всего:	34

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

#### Литература:

1. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью - СПб , ЦДК проф.Л.Б. Баряевой,2015.
2. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе:пособие для учителя/В.В.Воронкова, С.А.Казакова. - М.: ВЛАДОС, 2014.
3. Моржина Е.В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома. М.: Теревинф, 2018.

Технические средства: компьютер

#### Цифровые образовательные ресурсы:

Электронные библиотеки ([www. gnrbu. ru.](http://www.gnrbu.ru));

<http://viki.rdf.ru/cat/prazdniki/> Детские электронные презентации