**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение   
 «Викуловская средняя общеобразовательная школа №1»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  **на заседании ШМО учителей – начальных**  **классов**  **протокол № 1**  **от 28.08. 2025 года** | **Согласовано**  **на заседании**  **методического**  **совета школы**  **/протокол № 1**  **от 29.08.2025 года** | **Утверждено**  **приказом**  **№ 212-ОД**  **от 29.08. 2025 года** |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «Человек»**

**для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

**для 2 класса (Вариант 8.4)**

**Мещанкиной Елены Витальевны**

(ФИО учителя)

**на 2025 – 2026 учебный год**

**с. Викулово   
2025 год**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598 "Об утверждении федерального государственного образователь- ного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
3. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4).

**Целью обучения** предмета является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

**Задачи:**

* + формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими;
  + представления о собственном теле;
  + распознание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
  + соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
  + отнесение себя к определенному полу;
  + развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
  + формировать представления о возрастных изменениях;
  + формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
  + формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
  + формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
  + формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализировать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
  + формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета, принимать душ перед сном, соблюдать гигиенические навыки подростка);
  + формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
  + формировать умения обслуживать себя;
  + формировать умения следить за своим внешним видом;
  + формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
  + формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
  + развитие собственной активности ребенка;
  + формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
  + формирование и развитие целенаправленных действий;
  + развитие планирования и контроля деятельности;
  + развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач. Кроме основных, можно выделить и методические задачи:
  + развитие зрительного восприятия;
  + развитие зрительного и слухового внимания;
  + развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
  + формирование и развитие реципрокной координации;
  + развитие пространственных представлений;
  + развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

**Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир». Обоснованием цели и содержания учебного

предмета служат научно-практические идеи о том, что: знания о Человеке помогут развить в ребенке внимание к себе, понимание своей сущности, а осознание своих возможностей будет способствовать быть внимательным к своему физическому и психическому здоровью и через себя научится видеть других людей, понимать их чувства, переживания, поступки, мысли, что впоследствии поможет ему более осознанно воспринимать события, явления факт социальной действительности.

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.

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 обучающегося 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 проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. 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.

**Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Рабочая программа предмета «Человек» во 2 классе рассчитана на 34 учебные недели в соответствии с расписанием. На его изучение отведено 102 часа в год, 3 часа в неделю.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета:**

Обучающиеся с РАС и умеренной и тяжелой (глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР ко 2 классу не могут сообщать общие сведения о себе (называть фамилию, возраст, день рождения, пол, домашний адрес), не выражают свои интересы и

желания, не могут определять свое самочувствие (хорошее или плохое), показывать или сообщать взрослому о болезненных ощущениях. У них фрагментарно сформированы представления о членах своей семьи, о взаимоотношениях с близкими взрослыми, о своей социальной роли в семье. Они не выполняют доступные бытовые виды работ (уборка, помощь в подготовке пищи, сервировка стола, мытье посуды и др.).

**Личностные:**

* положительно взаимодействовать с близкими взрослыми, выполняет некоторые поручения в семье и в классе.

**Предметные:**

* сообщать общие сведения о себе (имя, фамилию, возраст, домашний адрес),
* называть основные части тела и лица, могут определить простейшие функции организма,
* сообщать о своем эмоциональном состоянии, о своих желаниях потребностях и интересах,
* пользоваться своими вещами (садиться за свою парту, брать свой портфель, надевать свою одежду),
* называть членов своей семьи (называть по имени, узнавать их по фотографиям),
* знать свою социальную роль в своей семье, выполняют поручения в бытовой ситуации,
* называть некоторые профессии взрослых, близкие к опыту детей: учитель, дворник, уборщица.

**Базовые учебные действия:**

* проявление интереса к изучению своего тела и основных функций своего организма, своих предпочтений и желаний,
* принятие и выполнение знакомых поручений в бытовой ситуации,
* проявление положительного отношения к близким взрослым.

**Содержание учебного предмета**

Основное содержание учебного предмета «Человек» включает 4 направления:

1. Я САМ - представление о себе.
2. МОЯ СЕМЬЯ - представление о своей семье.
3. Я И ДРУГИЕ - представления о людях ближайшего окружения (о взрослых и одноклассниках).
4. ДОМОВОДСТВО - умения выполнять доступные бытовые поручения. Умение раздеваться и одеваться. Гигиена тела. Умение пользоваться туалетом.

В каждом из направлений представлена система уроков по формированию у обучающихся социальных представлений: Представления о себе. Представления о своей семье. Представления о других (взрослые и одноклассники). Умение выполнять доступные бытовые поручения. Умение пользоваться туалетом. Гигиена тела.

Обучение может проходить в разных формах: на уроках, на индивидуальных занятиях, экскурсиях и прогулках.

Реализация программы осуществляется путем сочетания практических, наглядных и словесных методов обучения, использования игровых приемов для формирования мотивации обучающихся к совместным играм с одноклассниками или к совместному выполнению бытовых поручений.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы | Задачи | Содержание |
| **Направление 1. «Я сам»** | | |
| Представления о себе | -закрепить представления о себе: уточнить умение сообщать общие сведения о себе (имя, фамилию, возраст, домашний адрес),  - закрепить представление о своем организме: закрепить умения называть основные части тела и лица, определять простейшие функции организма:  ногами ходим, глазами смотрим, руки берут и делают и т.д., | Идентификация себя по полу. Узнавание частей тела. Сведения о себе. Знание собственного имени,  возраста, адреса проживания. Сообщение о состоянии своего здоровья. Туалет (опрятность). Одевание и  раздевание. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | * формировать умения сообщать о своем эмоциональном состоянии, о своих желаниях потребностях и интересах, * формировать умение пользоваться своими вещами (садиться за свою парту, брать свой портфель,   надевать свою одежду),   * формировать индивидуальные интересы и   предпочтения, умения выражать свои желания и интересы. |  |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 2. МОЯ СЕМЬЯ.** | | |
| Представления о семье | * закрепить представления о членах своей семьи   (называть по имени, узнавать их по фотографиям),   * расширить представления о своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой   деятельности семьи,   * создать условия для овладения обучающимися способы усвоения общения с близкими людьми. | Узнавание членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Определение своей социальной роли в семье. |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 3. Я И ДРУГИЕ** | | |
| Представления о других. | -формировать представления о взрослых и об одноклассниках,   * создавать условия для положительного взаимодействия с одноклассниками, * расширить представления о труде взрослых: познакомить с профессиями, близкие к опыту детей: учитель, дворник, уборщица, * воспитывать уважительное отношение к человеку труда. | Узнавание детей и взрослых. Дифференциация людей по возрасту. Соотнесение себя с возрастной группой  (дети, ученики). Выполнение посильных поручений по помощи (одеться, умыться, сложить одежду), одноклассникам. Труд взрослых. Распознавание атрибутов данных профессий Помощь окружающим. |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 4. ДОМОВОДСТВО Выполнение посильных поручений по уборке в классе. Приготовление и прием пищи. Уход**  **за одеждой и обувью. Действия по самообслуживанию** | | |
| Выполнение бытовых поручений. | - создавать условия для овладения умением  выполнять доступные бытовые поручения, связанные с выполнением повседневных дел в семье и в классе  (оказывать помощь в подготовке пищи (чистить | Выполнение посильных поручений по уборке в классе. Приготовление и прием пищи. Уход за  одеждой и обувью. Действия по самообслуживанию. Умывание. Уход за телом. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | овощи), сервировать стол, убирать посуду, выносить мусор, поливать цветы, протирать пыль, чистить  обувь, вытирать доску и т.д.). |  |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Вид деятельности | Количество часов | Дата |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 1. Я САМ**  Сообщение сведений о себе: имя, возраст, пол, самочувствие, ограничения. Части тела. Сообщение о своих потребностях (туалет). Узнавание предметов одежды и обуви. Одевание и раздевание | | | | |
| 1 | Это Я. Мое имя | Идентификация себя по полу: Узнавание себя на фотографиях.  Различение мальчика и девочки по внешним признакам: одежда, прическа.  Называние своего пола либо соотнесение себя с картинкой, пиктограммой (мальчик, девочка).  Узнавание частей тела: Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ на себе, на кукле, на картинке частей тела (голова, руки, ноги, живот, спина), частей лица (волосы, уши, глаза, нос, рот: губы, зубы, язык).  Соотнесение их с определенным действием. Соотнесение частей тела и лица,  действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм (напр., «Я слушаю»).  Сообщение сведений о себе. Называние своего имени: Вербально или с использованием печатной карточки. Называние своего возраста:  Сообщение своего возраста вербально или на пальцах. Домашний адрес:  Глобальное чтение (узнавание адреса на табличке с фасада здания). Сообщение | 2 |  |
| 2 | Я – человек | 2 |  |
| 3 | Мальчик и девочка | 2 |  |
| 4 | Части тела. Голова | 2 |  |
| 5 | Одежда. Шапка | 2 |  |
| 6 | Руки. Я делаю | 2 |  |
| 7 | Одежда. Варежки и перчатки | 2 |  |
| 8 | Руки. Я чувствую | 2 |  |
| 9 | Руки. Я рисую | 2 |  |
| 10 | Ноги. Я хожу | 2 |  |
| 11 | Одежда. Носки, брюки | 2 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 12 | Обувь | своего домашнего адреса вербально или с использованием печатной карточки (выбор из нескольких). Сообщение о состоянии своего здоровья:  Сообщение о своих особенностях (мне нельзя бегать, нельзя сладкое, я не вижу и др.) вербально или жестами. Сообщение о своем самочувствии вербально или  жестами (все в порядке, болит голова, тошнит и т.д.). Разыгрывание ситуации посещения врача. Туалет: Различение пиктограмм на туалетных комнатах  (мужской или женский). Мытье рук после посещения туалета. Узнавание предметов одежды и обуви:  Узнавание шапки, варежек, перчаток, носков, брюк, юбки, футболки, кофты, куртки по названию. Различение предметов одежды по назначению, сезону (с помощью педагога), в том числе на картинках, пиктограммах. Подбор парных предметов одежды из множества (носки, перчатки).  Узнавание (в том числе на картинках, пиктограммах) и различение предметов  обуви (сандалии, ботинки, сапоги, тапочки) по сезону, по назначению (домашняя, школьная, уличная). Подбор пары. Аппликации по наклеиванию предметов  одежды, обуви на изображение человека («сухие» или с помощью клея).  Различение и подбор «верха» и «низа» одежды (разрезные картинки). Одевание и раздевание: Надевание перчаток. Расстегивание и застегивание молний, липучек, заклепок, пуговиц, застежек. Выполнение алгоритма надевания и снятия  предметов одежды на куклу / с куклы. Соблюдение последовательности предметов одежды при одевании, раздевании. Помощь в одевании, обувании одноклассникам | 2 |  |
| 13 | Части тела. Туловище | 2 |  |
| 14 | Одежда. Футболка, куртка | 2 |  |
| 15 | Уши. Я слушаю | 2 |  |
| 16 | Мои волосы | 2 |  |
| 17 | Руки. Я играю | 2 |  |
| 18 | Рот. Я говорю | 3 |  |
| 19 | Рот. Я ем | 2 |  |
| 20 | Части тела. Кукла | 2 |  |
| 21 | Нос. Я чувствую | 2 |  |
| 22 | Предметы вокруг меня | 2 |  |
| 23 | Глаза. Я вижу | 2 |  |
| 24 | Части лица | 2 |  |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 2. МОЯ СЕМЬЯ**  Узнавание членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи, о взаимоотношениях в семье. Определение своей социальной роли в семье | | | | |
| 25 | Дом, где я живу | Узнавание членов семьи: Различение членов своей семьи на фотографиях (по возможности). Нахождение и различение членов семьи в видеороликах (напр., фрагменты из программы «Ералаш»), на картинках. | 2 |  |
| 26 | Сюжетно-ролевая игра «Едем на машине» | 3 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 27 | Моя семья | Узнавание и использование пиктограмм «дом», «мама», «папа», «Я», «люблю».  Узнавание и использование жестов «дом» (крыша), «люблю». Составление  предложений из пиктограмм (напр.: «Я люблю маму»). Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи: Просмотр видеороликов, фотографий и картинок о бытовой и досуговой деятельности членов семьи (уборка, отдых, приготовление пищи, уход за одеждой, помощь младшим и старшим), о различных профессиях.  Выделение и называние (в т.ч. пиктограммы, имитация) этих действий.  Определение своей социальной роли в семье: Соотнесение себя с определенным членом семьи (сын, дочь, брат, сестра, внук…), в т.ч. на предметных, сюжетных картинках. Участие в беседе о помощи, обязанностях в семье. | 3 |  |
| 28 | Занятия взрослых | 3 |  |
| 29 | Я делаю зарядку | 3 |  |
| 30 | Я и животные | 2 |  |
| 31 | Человек и его действия | 3 |  |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 3. Я И ДРУГИЕ.**  Представления о других людях (взрослые и одноклассники). Узнавание детей и взрослых. Труд взрослых. Помощь окружающим. | | | | |
| 32 | Хоровод | Узнавание детей и взрослых: Называние (узнавание) одноклассников и педагогов по их имени и фамилии / имени и отчеству.  Дифференциация людей по возрасту: взрослые – дети в своем окружении (родители – дети; учителя - ученики), Соотнесение себя с возрастной группой  (дети, ученики). Выполнение посильных поручений по помощи (одеться, умыться, сложить одежду), одноклассникам. Труд взрослых: Наблюдение за трудом уборщицы, дворника, учителя.  Распознавание атрибутов данных профессий (одежды, инвентаря). Игра «Мы - помощники» - выполнение простых действий по уборке помещений школы,  прилегающей территории (сбор мусора, подметание пола, протирание пыли и др.). Просмотр видеороликов, фотографий и картинок о данных профессиях.  Выделение и называние (в т.ч. с помощью пиктограммы) этих действий. Помощь окружающим: «помогать» кукле, одноклассникам (одеться, умыться, сложить  одежду, пожалеть расстроенного товарища и т.д.). | 2 |  |
| 33 | Я и взрослые | 3 |  |
| 34 | Профессии | 3 |  |
| 35 | Дети. Играем и учимся | 3 |  |
| 36 | Я смеюсь и плачу. Мои эмоции | 3 |  |
| **НАПРАВЛЕНИЕ 4. ДОМОВОДСТВО.** | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Выполнение посильных поручений по уборке в классе. Приготовление и прием пищи. Уход за одеждой и обувью. Действия по самообслуживанию. | | | | |
| 37 | Моем руки | Выполнение посильных поручений по уборке в классе: протирать доску, пыль с подоконника, мыть парту и стул, выносить мусор; уход за комнатными  растениями: поливать, рыхлить, убирать засохшие листья; Приготовление и прием пищи: чистить морковь безопасным ножом; накрывать на стол и убирать с него; мыть посуду (тарелку, кружку). Уход за одеждой и обувью: Выворачивание,  расправление и складывание предметов одежды, развешивание на спинку стула, плечики. Замена испачканных предметов одежды на чистые. Протирание ботинок влажной салфеткой, губкой. Действия по самообслуживанию. Мытье рук:  Узнавание пиктограмм «мыло», «кран», «полотенце», «мыть руки», их соотнесение с предметом или действием, составление простых предложений. Различение цветового обозначения холодной и горячей воды. Выполнение алгоритма включения воды (рычаг смесителя поднять в сторону синего значка, плавно перемещать до комфортной температуры); пользование дозатором на флаконе жидкого мыла; намыливание рук куском мыла; Умывание: Узнавание пиктограммы «умываться». Узнавание и использование пиктограммы, жеста  «причесываться». Составление предложения: «Я причесываюсь» (в т.ч. жестами, пиктограммами). Закрепление заколки, резинки на волосах куклы. | 3 |  |
| 38 | Уход за одеждой | 2 |  |
| 39 | Я ем. Посуда | 3 |  |
| 40 | Я пью | 3 |  |
| 41 | Моем посуду | 3 |  |
| 42 | Игра «День рождения куклы» | 3 |  |
| 43 | Упражнения с пиктограммами | 3 |  |
|  | Итого: |  | 102 |  |

**Материально - техническое обеспечение включает:**

* Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка;
* пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.
* Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении.
* По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование.
* Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др