

Министерство образования Тульской области  
Государственное общеобразовательное учреждение Тульской области  
«Новомосковский областной центр образования»

**ПРИНЯТО**  
педагогическим советом  
государственного  
общеобразовательного учреждения  
Тульской области  
«Новомосковский областной центр  
образования»

Протокол № 1  
От 30 августа 2024 г.

  
директор **О.М.**  
государственного  
общеобразовательного учреждения  
Тульской области  
«Новомосковский областной центр  
образования»

Приложение № 1 к приказу № 84-д  
от 30 августа 2024 г.

Рабочая адаптированная основная общеобразовательная программа  
образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), вариант 2  
по предмету

**« ЧЕЛОВЕК »**

**1 «В» класс**

составлена на основе ФАООП обучающихся с умственной отсталостью (ин)

(Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа  
обучающихся с умственной отсталостью (ин), утверждённая Министерством  
просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. приказ №1026)

*Составитель: учитель*

**Серегина Н.Г.**

г. Новомосковск  
2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2, по предмету «Человек» для 1 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 на основе:

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (ин), утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1026;

- адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (ин), варианты 1,2, 1-4 классы, 5-9 классы, 10-12 классы, разработанной и утверждённой ГОУ ТО «Новомосковский центр» от 02.06.2023 г. № 74-д.

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

### **Задачи:**

- формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д;
- формирование представления о своем теле;
- формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды;
- обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой;
- формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

### **Основные направления коррекционной работы:**

- развитие познавательной деятельности и социальной адаптации;
- стимуляция познавательной активности как средство формирования устойчивой познавательной мотивации;
- формирование умения работать по словесной инструкции, алгоритму;
- развитие высших психических функций;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы;

### **Технологии обучения:**

- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие.

**Формы организации учебной деятельности:** очная, индивидуальная.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

**Описание места учебного предмета в учебном плане**

Настоящая программа составлена в соответствии с учебным планом школы. Для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2 по предмету «Человек» выделено 3 часа в неделю.

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

#### **Личностные результаты:**

- эмоционально-положительно и двигательное реагирование на взаимодействие, организованное взрослым;
- умение устанавливать и поддерживать контакты;
- участие в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.)
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

#### **Предметные результаты:**

- понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических жестов
- умение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения
- умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач.

#### **Базовые учебные действия:**

- подготовка обучающегося к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся;
- формирование учебного поведения: направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание); умение выполнять инструкции педагогического работника; использование по назначению учебных материалов; умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
- формирование умения выполнять задание: в течение определенного периода времени, от начала до конца, с заданными качественными параметрами;
- формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия.

### **Содержание учебного предмета.**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Количество часов</b>
1	Я САМ	33
2	Гигиена тела	30
3	Я и другие	8

4	Домоводство	10
5	Моя семья	13
6	Повторение	5
	ИТОГО	99

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Количество часов	Виды учебной деятельности
1-3	«Я – человек».	3	Сообщение своего возраста вербально или на пальцах. 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.).
4-6	«Моё имя»	3	Узнавание себя на фотографиях. Называние своего имени. Отзывается (возникает ответная реакция) на свое имя и / или фамилию.
7-9	«Кто я?»	3	Различение мальчика и девочки по внешним признакам: одежда, причёска. Называние своего пола либо соотнесение себя с картинкой, пиктограммой (мальчик, девочка). Различение пиктограмм на туалетных комнатах (мужской или женский). Мытье рук после посещения туалета.
10-12	«Все люди разные»	3	Различение мальчика и девочки по внешним признакам: одежда, причёска. Называние своего пола либо соотнесение себя с картинкой, пиктограммой (мальчик, девочка). Различение пиктограмм на туалетных комнатах (мужской или женский). Мытье рук после посещения туалета.
13-15	«Мои руки». «Уход за руками»	3	Соотнесение частей тела определенным действием. Соотнесение частей тела и действий человека с пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм Расстегивание из застегивания молний, липучек, заклепок, пуговиц, застёжек. Помощь в одевании, обувании одноклассникам. Соотнесение частей тела определенным действием Соотнесение частей тела и действий человека с пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
16-18	«Мои ноги» «Уход за ногами»	3	Соотнесение частей тела определенным действием Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ себе, на

			кукле, на картинке частей тела (ноги) Соотнесение частей тела и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
19-21	«Мой рот и язычок» «Уход за полостью рта»	3	Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
22-24	«Мои зубки» «Уход за зубами»	3	Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм. Уход за полостью рта.
25-27	«Мои глаза» «Уход за глазами»	3	Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
28-30	« Мои уши» «Уход за ушами»	3	Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ на себе, на кукле, на картинке частей лица (уши) Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
31-33	«Мой нос» «Уход за носом»	3	Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
34-35	«Умывальная комната» «Атрибуты в умывальной комнате»	2	Имеет представление об умывальной комнате и её атрибутах (раковина, кран с холодной, горячей водой) Открывание крана, смешивание воды
36-37	«Намачивание и намывание рук».	2	Выполнение стереотипной инструкции (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения).
38-39	«Мытьё рук».	2	Представление о правильном уходе за своими руками, вопросы:
40-41	«Смывание мыла с рук».	2	Зачем мы моем руки?
42-43	«Вытирание рук».	2	Что такое грязные руки? От чего бывают грязные руки? Выстраивание алгоритма мытья рук. Выполнение стереотипной инструкции
44-45	«Туалет» «Раковина» «Унитаз»	2	Представление о туалетной комнате, ориентировка в ней, знание её предназначения
46-47	«Нужды человека» «Я хочу есть, пить»	2	Соотнесение частей лица и действий человека с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
48-49	«Кнопка слива» «Смывание унитаза»	2	Выстраивание алгоритма мытья рук. Выполнение стереотипной инструкции
50-51	«Снятие нижнего белья»	2	Соотнесение частей тела и одежды с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
52-53	«Туалетная бумага» «Отматывание бумаги»	2	Выстраивание алгоритма мытья рук. Выполнение стереотипной инструкции
54-55	«Одевание нижнего белья» «Изнаночная и лицевая сторона»	2	Выстраивание алгоритма мытья рук. Выполнение стереотипной инструкции. Соотнесение частей тела и одежды с нужной пиктограммой; составление простых предложений из пиктограмм
56-57	«Гигиенические	2	Узнавание пиктограмм «мыло», «кран», «полотенце»,

	процедуры после посещение туалета» «Мытье рук, вытирание рук»		«мыть руки», их соотнесение с предметом или действием, составление простых предложений. Различение цветового обозначения холодной и горячей воды.
58-59	«Моё личное полотенце» «Моя метка»	2	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;
60-61	«Водные процедуры, душ».	2	Разыгрывание ситуации посещения ванной комнаты.
62-63	«Изучаем своё тело». «Голова» «Туловище»	2	Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ на себе, на кукле, на картинке частей тела и лица. Аппликации по наклеиванию предметов одежды, обуви на изображение человека («сухие» или с помощью клея). Различение и подбор «верха» и «низа» одежды (разрезные картинки). Выполнение алгоритма надевания и снятия предметов одежды на куклу / с куклы и на себя
64	Человек и его действия	1	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.
65	Я и взрослые	1	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).
66-67	«Виды одежды» (нижняя одежда) «Лицевая и изнаночная сторона»	2	Узнавание нижней одежды по названию. Различение предметов одежды по назначению, сезону (с помощью педагога), в том числе на картинках, пиктограммах. Подбор парных предметов одежды из множества (футболки, куртки).
68-69	«Виды одежды» (верхняя одежда) «Лицевая и изнаночная сторона»	2	Узнавание 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 (футболки, куртки).
70-71	Виды обуви» «Виды застежек»	2	Узнавание (в том числе на картинках, пиктограммах) и различение предметов обуви (сандалии, ботинки, сапоги, тапочки) по сезону, по назначению (домашняя, школьная, уличная). Подбор пары.
72-73	Я смеюсь и плачу. Мои эмоции	2	Нахождение и различение эмоций на фотографиях, картинках и пиктограммах. Составление простых предложений из пиктограмм. Упражнение в выражении эмоций.
74-75	«Правильное питание» «Овощи и фрукты в жизни человека»	2	Нахождение и различение фруктов и овощей на картинках, пиктограммах. Составление простых предложений из пиктограмм.
76-77	«Культура поведения в столовой» «Добрые слова»	2	Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ на себе, на кукле, на картинке. Аппликации по наклеиванию предметов столовой, изображение человека («сухие» или с помощью клея). Выполнение

			алгоритма посещения столовой.
78-79	«Посуда» «Сервировка стола» «К нам пришли гости, накроем на стол»	2	Чистка моркови безопасным ножом; накрывание на стол и уборка посуды со стола. Нахождение и различение посуды на фотографиях, картинках и пиктограммах. Составление простых предложений из пиктограмм. Мытьё посуды (тарелки, кружки). Соблюдение последовательности действий в процессе мытья посуды
80-81	«Моё самочувствие» «У меня болит голова» «Мне плохо»	2	Сообщение о своем самочувствии с помощью слов, картинок.Выполнение простейшего комплекса упражнений с помощью учителя.
82-84	«Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	3	Сообщение о своих данных с помощью слов и картинок.
85-87	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья,сестры»	3	Различение членов своей семьи на фотографиях (по возможности). Соотнесение себя с определенным членом семьи (сын, дочь, брат, сестра, внук...), в т.ч. на предметных, сюжетных картинках.
88-90	Игра «День рождения куклы»	3	Узнавание пиктограммы «умываться». Узнавание и использование пиктограммы, жеста «причесываться». Составление предложения: «Я причесываюсь» (в т.ч. жестами, пиктограммами). Закрепление заколки, резинки на волосах куклы. Разыгрывание различные ситуаций.
91-92	«Мой дом» «Мои воспитатели»	2	Узнавание и использование пиктограмм «дом», «мама», «папа», «Я», «люблю». Узнавание и использование жестов «дом» (крыша), «люблю». Составление предложений из пиктограмм (напр.: «Я люблю маму»).
93-94	«Моя досуговая деятельность» «Игра,хобби»	2	Выполнение посильных поручений по помощи (одеться, умыться, сложить одежду), одноклассникам. 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 название (в т.ч. пиктограммы, имитация) этих действий.
95	«Мои части тела»	1	Повторение ранее пройденного материала. Называние (в т.ч. с помощью пиктограмм) и показ на себе, на кукле, на картинке частей тела и лица. Аппликации по наклеиванию предметов одежды, обуви на изображение человека («сухие» или с помощью клея). Различение и подбор «верха» и «низа» одежды (разрезные картинки). Выполнение алгоритма надевания и снятия предметов одежды на куклу / с куклы и на себя
96	«Мои данные и половая»	1	Повторение ранее пройденного материала.Узнавание и использование пиктограмм «дом», «мама», «папа», «Я», «люблю».

	принадлежность»		Узнавание и использование жестов «дом» (крыша), «люблю». Составление предложений из пиктограмм (напр.: «Я люблю маму»).
97	«Овощи и фрукты в жизни человека»	1	Повторение ранее пройденного материала. Нахождение и различение фруктов и овощей на картинках, пиктограммах. Составление простых предложений из пиктограмм.
98	«Нужды человека»	1	Повторение ранее пройденного материала. 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.
99	«Моё самочувствие»	1	Повторение ранее пройденного материала. Сообщение о своем самочувствии с помощью слов, картинок. Выполнение простейшего комплекса упражнений с помощью учителя.

#### Учебно-методический комплекс.

Реквизиты программы		
	УМК обучающихся	УМК учителя
Учебники:		
Другие пособия (если используются)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• дидактический материал: изображения (картинки, пиктограммы) альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;</li> <li>• мебель: шкафы для хранения, стулья, столы;</li> <li>• игрушки и предметы с эффектами.</li> </ul>	
Электронные ресурсы (если используются)		<a href="http://fgosreestr.ru/">http://fgosreestr.ru/</a>

Приложение №1  
к рабочей программе  
по человеку  
в 1В классе

для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальные нарушения), вариант II  
учителя Серegiной Н.Г.

**по реализации Рабочей программы воспитания (модулю «Урочная деятельность»)**

государственного общеобразовательного учреждения Тульской области

«Новомосковский областной центр образования»

1В класс

И четверть

№ п/п	Тема урока	Дата	Структурный элемент урока	Воспитательные задачи
1	«Все люди разные»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение работать в коллективе, уважение к людям.
2	«Мои руки». «Уход за руками»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение работать своими руками.
3	« Мои уши» «Уход за ушами»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение работать в коллективе.

### II четверть

№ п/п	Тема урока	Дата	Структурный элемент урока	Воспитательные задачи
1	«Одевание нижнего белья» «Изнаночная и лицевая сторона»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение принимать себя таким, какой ты есть.
2	«Гигиенические процедуры после посещение туалета» «Мытье рук, вытирание рук»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение принимать себя таким, какой ты есть.
3	«Моё личное полотенце» «Моя метка»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение принимать себя таким, какой ты есть.

### III четверть

№ п/п	Тема урока	Дата	Структурный элемент урока	Воспитательные задачи
1	«Виды обуви» «Виды застежек»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение работать в коллективе, уважение и любовь к своим родителям.
2	Я смеюсь и плачу. Мои эмоции		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение заботиться о братьях наших

				меньших.
3	«Правильное питание» «Овощи и фрукты в жизни человека»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение работать в коллективе, уважение к людям.

#### IV четверть

№ п/п	Тема урока	Дата	Структурный элемент урока	Воспитательные задачи
1	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья, сестры»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение играть в коллективе.
2	«Мой дом» «Мои воспитатели»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение сделать свой выбор.
3	«Моя досуговая деятельность» «Игра, хобби»		На протяжении всего урока	Воспитывать положительные качества личности ученика: трудолюбие, настойчивость, умение помогать ближнему.