

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Красноярского

края МКУ "Управление образование

Ужурского района" МБОУ Солгонская СОШ

«Согласовано» Руководитель МО _____ Л.П.Дудн Протокол №1 от 28.09.2023 г	«Согласовано» Зам.дир по УВР _____ М.В.Максимова Протокол №1 от 29.09.2023 г	«Утверждаю» Директор _____ М.О.Ильина Протокол №1 от 29.09.2023 г
--	--	---



**ФЕДЕРАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ
АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)**

**Вариант 2
по окружающему миру (Человек)**

для 5, 6 класса

на 2023-2024уч.год

Составитель программы: Скрыпкина М.В.

Солгон

Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Человек» входящий в предметную область "Окружающий мир", включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы.

Пояснительная записка.

Основной целью обучения предмета является:

- формирование представления о себе самом, ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе *самообслуживания*.

Задачи:

- формировать представления о себе, осознание общности и различий с другими;
- формировать представления о собственном теле;
- учить распознавать свои ощущения и обогащать сенсорный опыт;
- развивать способность 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;
- формировать умение определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты;
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- формировать умения обслуживать себя, следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности ребенка происходит при

условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «я» ребенок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими.

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 и т.д. 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 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 предметные результаты изучения учебного предмета "Человек (Окружающий мир)»:

Минимальный уровень:

- 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 «моё» и «не моё», 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.

Достаточный уровень:

- 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 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;
- 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.

**Календарно-тематическое планирование по окружающему миру
(Человек)**

5 класс

(2 часа в неделю 68 часов)

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов	Дата проведения	Дата проведения по факту
Раздел 1. Представление о себе.					
1-2	Я - человек.	Восприятие частей тела как отдельных элементов тела, формирование внимания на отдельных частях тела, формирование произвольных двигательных и сенсорных реакций отдельных частей тела, восприятие ритма движений тела и управление ритмом движений, восприятие своего тела в пространстве, восприятие основных пространственных координат тела: верх и низ, спереди и сзади, справа и слева. Моё	2		

		самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.			
3-4.	Моё имя. Моя фамилия.	Знание своего имени, фамилии и умение давать отклик на имя доступным способом. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называть свой возраст. Класс. Пол. Место жительства.	2		
5-6.	Все люди разные. Обобщение по пройденным темам.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена, фамилии. ФИО учителей, других взрослых, которые часто рядом.	2		

Раздел 2. Гигиена тела.					
7.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела. Игры со своим телом.	1		
8- 9- 10.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе, другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	3		
11 - 12 - 13.	Части лица. Ориентация на себе, другом ребенке.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	3		
14 - 15 -	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и	3		

16.		намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.			
17 - 18 - 19.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.	3		
20 - 21.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	2		
Раздел 3. Туалет.					
22 - 23	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива,	3		

- 24.		смывание унитаза.			
25 - 26 - 27.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	3		
28 - 29 - 30.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	3		
Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.					
31 - 32 - 33 - 34 - 35.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка,	5		

		сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями.			
36 - 37 - 38.	Виды обуви. Головные уборы.	Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение. Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.	3		
39 - 40 - 41 - 42 - 43.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.	5		
Раздел 5. Прием пищи.					
44 -	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.	3		

45 - 46.		ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.			
47 - 48 - 49 - 50 - 51.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.	5		
52 - 53.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	2		
54 - 55 - 56 - 57.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Протирание стола после еды.	4		
58 -	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема	3		

59 - 60.		пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.			
Раздел 6. Семья.					
61 - 62 - 63 - 64.	Члены семьи.	Выделение близких ребѣнку людей, формирование эмоциональных и двигательных реакций на их появление. Формирование понимания поисковых вопросов взрослого «Где мама», «Где бабушка» и обучение доступным вариантам ответа на них. Узнавание близких при появлении. Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников.	4		
65 -	Обязанности	Формирование знания о действиях близких людей в быту	2		

66.	членов семьи.	(например, мама готовит, убирает).			
67 - 68.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (день рождения, Новый год). Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	2		

**Календарно-тематическое планирование по окружающему миру
(Человек)**

6 класс

(2 часа в неделю 68 часов)

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание радела	Кол-во часов	Дата проведения	Дата проведения по факту
Раздел1. Представление о себе.					
1-2	Я - человек. Мои данные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности	2		
3-4-5-6.	Тело человека.	Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот),.	4		
Раздел 2. Гигиена тела.					

7- 8- 9- 10.	Гигиена рук, ног.	Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды.	4		
11- 12- 13.	Гигиена лица.	Умывание. Вытирание лица. Соблюдение последовательно сти действий при мытье и вытирании лица: открывание крана.	3		
14- 15.	Уход за полостью рта.	Чистка зубов. Полоскание полости рта.	2		
16- 17- 18- 19.	Гигиена тела.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ, баня. Атрибуты в душе для мытья тела.	4		
Раздел 3. Туалет.					
20- 21.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание	2		

		унитаза.			
22- 23.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете	2		
24- 25.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья.	2		
Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.					
26- 27- 28- 29.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды.	4		
30- 31- 32- 33.	Виды обуви. Головные уборы.	Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви.	4		
34- 35- 36- 37.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания.	4		
Раздел 5. Прием пищи.					

38- 39- 40.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ.	3		
41- 42- 43- 44.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса.	4		
45- 46- 47.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова.	3		
48- 49- 50- 51.	Виды посуды.	Знакомство со столовыми приборами.	4		
52- 53.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде.	2		
Раздел 6. Семья.					
54- 55- 56-	Члены семьи.	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь,	4		

57.		брат, сестра).			
58- 59- 60- 61.	Обязанности членов семьи. Профессиональная деятельность.	Формирование знания о действиях близких людей в быту	4		
62- 63- 64- 65.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (День Рождения, Новый год). Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	4		
66- 67.	Семейное древо.				
68.	Повторение изученного за год.				

Список литературы:

- Содержание и методика этических бесед с младшими школьниками: Пособие для учителей/ О.С.Богданова, О.Д.Калинина. – М.: Просвещение, 1983. – 160с.
- Этика поведения – М.: Мой мир. 2007. – 256с.
- Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / А.В.Воронкова, С.А.Казакова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2010.-247с. – (Коррекционная педагогика).

- Социально-бытовая ориентация. 5-9 классы: развёрнутое тематическое планирование / авт. –сост. С.А. Львова. – Волгоград: Учитель,2012.-135с.
- Социально-бытовая ориентация. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: вариативные задания /авт.-сост. С.П.Дерябина. –Волгоград: Учитель, 2013.-98с.