

<p>«Рассмотрено»</p> <p>Руководитель МО</p> <p>_____ /Кучер Т.В.</p> <p>Протокол № 1</p> <p>от «12» августа 2020 года</p>	<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УВР</p> <p>_____ / Мухина В.В.</p> <p>«13» августа 2020 года</p>	<p>«Утверждаю»</p> <p>Директор школы</p> <p>_____ /Абдулова Е.С.</p> <p>Приказ № 161-д</p> <p>от «14» августа 2020 года</p>
---	---	---

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Шумская средняя общеобразовательная школа»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по предмету «Человек» для 3-4 классов  
по адаптированной основной общеобразовательной программе  
учителя Славнюк Риты Ивановны.

2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

## Пояснительная записка.

Адаптированная образовательная программа по учебному предмету «Человек» для учащихся 3-4 класса составлена на основе программно-методических материалов «ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ С ВЫРАЖЕННЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА». / Под ред. И.М. Бгажноковой (Л.Б. Баряева, А.П. Зарин): - М.:ГУМАНИТАРНЫЙ ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР ВЛАДОС.

### Общая характеристика учебного предмета

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи».

Раздел «Представления о себе» включает: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена).

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, чистить зубы, 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, 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. 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. Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

Занятия по предмету «Человек» проводятся 2 раза в неделю. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и komponует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

В процессе урока учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевую, дидактическую, театрализованную, подвижную игру), элементарную трудовую (хозяйственно-бытовой и ручной труд), конструктивную, изобразительную (лепка, рисование, аппликация), которые будут способствовать расширению, повторению и закреплению представлений.

### Цели и задачи

Цель: формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи программы:

- формировать гигиенические навыки;
- корректировать интеллектуальные и физические недостатки учащихся, развитие мелкой

- моторики рук;
- обучить правилам поведения на уроке, выполнению санитарно–гигиенических требований при использовании различных материалов;
- формировать организационные умения и навыки;
- формировать навыки культуры еды;
- развивать умения ориентироваться в задании;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания;
- продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.

#### Место учебного предмета в учебном плане

Предмет «Человек» входит в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), реализуемый в условиях введения ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) I-II класс (2 вариант). Образовательная область - «Окружающий мир». На его изучение отведено 68 часов, 2 часа в неделю, 34 учебных недели.

#### Планируемые результаты освоения АОП

##### Возможные результаты освоения АОП

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умеренной умственной отсталостью результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

##### Личностные

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения совместной деятельности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- 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 определенному полу;
  - умение определять "мое" и "не мое", 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.
- 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 другое;

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, родственниках, отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

Формирование базовых учебных действий происходит через включение в программу учебного предмета задач подготовки ребенка к нахождению и обучению сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся, формирование учебного поведения, умения выполнять задания от начала до конца в течение определенного периода времени, умения самостоятельно переходить от одного действия (операции) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действий.

## Содержание учебного предмета

### Раздел: " Представления о себе "

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. 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, причесываться. Закреплять навыки одевания и обувания под присмотром учителя (родителя).

### Раздел: " Гигиена тела "

Воспитание интереса к играм с водой и водным процедурам. Стимулирование ребенка к участию в процессе умывания, мытья рук, вытирания полотенцем: подставлять руки к воде, брать руками полотенце и подносить его к лицу.

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица. Нанесение косметического средства на лицо.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

#### Раздел: " Обращение с одеждой и обувью"

Стимулирование ребенка к активному участию в процессе одевания и раздевания.

Формирование умения снять шапку, снять частично снятые футболку, рубашку, толстовку, штанишки, носки, варежки (перчатки), обувь.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, кнопки), рукав. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги, валенки, ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя,

летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание и застегивание липучек, молнии, пуговиц. Обучение последовательности действий при снятии предметов одежды или обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании отдельных предметов одежды и комплекта одежды. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.

Формирование различения правого и левого предмета обуви.

Выворачивание одежды. Знакомство с местом хранения одежды и обуви, обучение уборке в шкаф своих вещей.

#### Раздел: " Прием пищи"

Обучение умению различать съедобные и несъедобные объекты.

Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Формирование умения брать самостоятельно кусочки еды со стола. Формирование умения есть руками нарезанную на кусочки пищу. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку. Обучение умению очищать фрукты (бананы, мандарины). Уборка тарелки и чашки за собой, вытирание стола тряпкой.

#### Раздел: " Семья"

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок с ТМНР учится соблюдать 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. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

#### Тематическое планирование

Раздел и темы учебного предмета, курса	Количество часов	Виды учебной деятельности	Текущий и промежуточный контроль. Формы контроля
<u>Раздел 1. Гигиена тела</u>	14ч	Формы занятий: - индивидуальная	Вводный – выявление уровня знаний умений с помощью мониторинга.
<u>Раздел 2. Обращение с одеждой и обувью</u>	18ч		
<u>Раздел 3. Приём пищи</u>	13ч		
<u>Раздел 4. Семья</u>	13ч		
<u>Повторение</u>	12ч	Виды уч. деятельности: - слушание и объяснение учителя; - работа с презентацией; - работа с раздаточным материалом, опорными схемами, пиктограммами; - рисование по шаблонам.	Текущий освоение учебного материала по темам, разделам через практические задания, выполнение упражнений, наблюдение, игры. Итоговый контроль выполнения поставленных задач с помощью выявления уровня знаний умений с помощью мониторинга.

			га.
Итого	68		

Календарно-тематическое планирование 3 класс.

№ п/п	Наименование раздела и темы	кол-во часов	дата проведения		Характеристика основных видов деятельности учащихся.	Планируемые результаты (УУД).	Формы контроля.
			план	факт.			
1	Уход за волосами.	1					
2	Практическое занятие – уход за волосами.	1					
3	Гигиена ног. Уход за ногами.	1					
4	Косметические средства.	1					
5	Практическое занятие – косметические средства.	1					
6	Рассматривание фотографий, картинок, иллюстраций, книг.	1					
7	Обращение с одеждой и обувью.	1					
8	Различение предметов демисезонной одежды.	1					
9	Верхняя одежда.	1					
10	Обувь.	1					
11	Практическое занятие – снять, одеть обувь.	1					
12	Головные уборы.	1					
13	Сезонная одежда, обувь, головной убор.	1					
14	Зимняя одежда.	1					
15	Летняя одежда.	1					
16	Демисезонная одежда.	1					
17	Виды одежды: повседневная, праздничная.	1					
18	Виды одежды: рабочая, домашняя.	1					
19	Виды одежды: спортивная.	1					
20	Практическое занятие – расстегивание и застёгивание липучек, молний, пуговиц и тд.	1					
21	Практическая работа – одевание одежды.	1					
22	Практическая работа – снятие предмета одежды.	1					
23	Места хранения одежды.	1					
24	Практическое занятие – уход за одеждой.	1					
25	Гигиена после туалета.	1					
26	Знакомство с пиктограммами на темы: «Посуда», «Продукты питания».	1					
27	Работа с пиктограммами на темы: «Посуда», «Продукты питания».	1					



28	Настольно – печатные игры и упражнения на распознавание посуды, продуктов питания.	1					
29	Съедобные и несъедобные объекты.	1					
30	Обучающие игры с реальными предметами.	1					
31	Культура поведения за столом.	1					
32	Практическое занятие – «Я за столом».	1					
33	Практическое занятие – «Я за столом».	1					
34	Семья, близкие люди.	1					
35	Семейный альбом.	1					
36	Семейный альбом.	1					
37	Чтение литературных произведений о семье, о детях в семье.	1					
38	Близкие люди в быту.	1					
39	Традиции и праздники семьи.	1					
40	Рассказ о своей семье.	1					
41	Игра-импровизация «Моя семья».	1					
42-43	Прогулка и ее значение.	2					
44-45	Утренний и вечерний туалет.	2					
46-48	Зарядка и ее значений.	2					
49-50	Сон, его значение.	2					
51-52	Человек: строение.	2					
53-54	Работа с пиктограммами	2					
55-56	Игра импровизация «Что умеет твое тело».	2					
57-58	Правила пользование туалетом.	2					
59-60	Гигиена полости рта.	2					
61-62	Чистота рук - залог здоровья.	2					
63-64	Внешний облик человека.	2					
65-66	Повторение пройденного материала.	2					
67-68	Повторение пройденного материала.	2					
	Повторение пройденного материала.	2					

Календарно-тематическое планирование 4 класс.

№ п/п	Наименование раздела и темы	кол-во часов	дата проведения		Характеристика основных видов деятельности учащихся.	Планируемые результаты (УУД).	Формы контроля.
			план	факт.			
1-2	Название своего имени и фамилии <b>Внешний облик</b>	2	02.09 08.09				

	человека.						
3-4	Называние своего возраста (даты рождения)	2	09.09 15.09				
5-6	Сообщение о состоянии своего здоровья	2	16.09 22.09				
7-8	Сообщение сведений о себе	2	23.09 29.09				
9-10	Строение тела человека: скелет, мышцы, кожа	2	30.09 06.10				
11-12	Внутренние органы человека: сердце, легкие, печень.	2	07.10 13.10				
13-14	Внутренние органы человека: почки, желудок)	2	14.10 20.10				
15	Обобщающий урок: «Строение тела человека»	1	21.10				
16-17	Мама	2	27.10 28.10				
18-19	Члены семьи.	2	06.11 12.11				
20-21	Узнавание (различение) членов семьи.	2	13.11 19.11				
22-23	Узнавание (различение) детей и взрослых	2	20.11 26.11				
24-25	Животные, проживающие в семье.	2	27.11 03.12				
26-27	Режим дня.	2	04.12 10.12				
28-29	Обобщающий урок по теме: «Моя семья»	2	11.12 17.12				
30-31	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица.	2	18.12 24.12				
32-33	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос	2	25.12 14.01				
34-35	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта	2	15.01 21.01				
36-37	Обувь. Виды обуви.	2	22.01 28.01				
38-39	Головные уборы	2	29.01 04.02				
40-41	Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов)	2	05.02 11.02				

42-43	Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов)	2	12.02 18.02				
44-45	Сезонная одежда, обувь, головной убор.	2	19.02 25.02				
46-47	Зимняя одежда.	2	26.02 03.03				
48-49	Летняя одежда.	2	04.03 10.03				
50-51	Демисезонная одежда.	2	11.03 17.03				
52-53	Виды одежды: повседневная, праздничная.	2	18.03 24.03				
54-55	Виды одежды: рабочая, домашняя.	2	25.03 07.04				
56-57	Виды одежды: спортивная.	2	08.04 14.04				
58-59	Практическое занятие – расстегивание и застёгивание липучек, молний, пуговиц и тд.	2	15.04 21.04				
60-61	Практическая работа – одевание одежды.	2	22.04 28.04				
62-63	Практическая работа – снятие предмета одежды.	2	29.04 06.05				
64-65	Места хранения одежды.	2	12.05 13.05				
66-67	Практическое занятие – уход за одеждой.	2	19.05 20.05				
68	Повторение.	1	26.05 27.05				

Учебно–методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

Требования к материально-техническим условиям

Материально-техническая база реализации АООП ОО для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда работников образовательных организаций.

Временной режим образования обучающихся

Временной режим соответствует постановлению от 10.07.2015 года №26 СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Технические средства обучения

- Компьютер, видеопроектор, магнитофон
- ЭОР (разработки мультимедийных презентаций, виртуальных экскурсий, учебных фильмов)

Специальный учебный и дидактический материал, отвечающий особым образовательным потребностям обучающихся:

#### Наглядный учебный материал:

- Классы с мягким покрытием для двигательной активности детей.
- Маленькое зеркало.
- Столовые приборы.
- Одежда и обувь ребёнка.
- Гигиенические принадлежности: мыло, салфетки, крем, зубная паста, зубная щётка.

#### Дидактический материал:

- Предметные и сюжетные картинки.
- Фотографии с изображением членов семьи.
- Пиктограммы и видеозаписи действий.
- Пиктограммы с изображением действий.
- Пиктограммы с изображением операций самообслуживания.
- Комплект «Загадки – отгадки».
- Комплект раскрасок.

#### Учебные пособия:

- Программно методические материалы «ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ С ВЫРАЖЕННЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА». / Под ред. И.М. Бгажноковой: - М.:ГУМАНИТАРНЫЙ ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР ВЛАДОС, 2010. – 181 с.

#### Список литературы:

##### Учебно-научная:

1. Кириллова Е.В. Логореческая работа с безречевыми детьми: Учебно-методическое пособие. - М:ТЦ Сфера
2. Пузанов Б.П. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития (ОЛИГОФРЕНОПЕДАГОГИКА) – М.: АСАДЕМА, 2001.

##### Интернет источники:

[http://pedsovet.su/fgos/6048\\_typ\\_uurokov\\_po\\_fgos](http://pedsovet.su/fgos/6048_typ_uurokov_po_fgos) Типы уроков по ФГОС в школе: требования к урокам нового типа, виды уроков и примерная структура урока каждого типа.

##### Учебно-методическая:

1. Программы обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой (Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.); Санкт-Петербург.:ЦПК проф. Л.Б. Баряева, 2011г.
2. Бгажнокова И.М. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта. Программно-методические материалы – М.: Владос, 2010.
3. Власова Т.А. Отбор детей во вспомогательную школу. Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1983.
4. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Учебное пособие – М.: АСАДЕМА, 2001.

##### Учебно-практическая:

5. 1000 загадок, пословиц, поговорок, скороговорок. Для начальной школы / Авт. – сост. В. Н. Иванкова. – М.: ООО Аквариум-Принт, 2007. – 256 с.
6. Волкова Ю.С. Опорные схемы для составления описательных рассказов: дидактический материал.- Харьков: ЧП АМГРО ПЛЮС, 2006. – 38с.
7. Л.Б.Баряева, Е.Т.Логинова, Л.В.Лопатина рабочая тетрадь «Я – говорю!». Упражнения с пиктограммами: рабочая тетрадь для занятий с детьми: «Ребенок и семья», упражнения с пиктограммами. - М.: Дрофа, 2007г.

