

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Железногорская средняя общеобразовательная школа №1»**

Принято

Методическим советом
МОУ «Железногорская
СОШ №1»

**Адаптированная
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Человек»
(вариант 2) для 4класса
2023-2024 учебный год**

Учитель: Кутимская Людмила Михайловна, I КК

Класс: 4

Всего часов в год: 68

Всего часов в неделю: 2

г. Железногорск-Илимский, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» в четвертом классе (вариант 2) составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

Данная рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273 от 29 декабря 2012 г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), от 19 декабря 2014 года, приказ № 1599;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2017. – 365 с.;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы 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, утвержденные главным санитарным врачом Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26, зарегистрированными в Минюсте России 14 августа 2015 г. № 38528;

Цель обучения – формирование максимально, в зависимости от уровня развития ребенка и его индивидуальных особенностей, самостоятельной и независимой личности ребенка, находящегося в контакте с окружающей действительностью в различных ее проявлениях; формирование у ребенка представлений о принадлежности человеческому роду и разнообразной деятельности человека.

Основными задачами программы по предмету «Человек» являются:

1. Формирование представлений о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни.
2. Формирование гигиенических умений.
3. Формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.
4. Формированию умений использовать во время еды столовые приборы, питью из кружки, пользоваться салфеткой.
5. Формирование навыков обслуживания себя в туалете.
6. Формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.
7. Формированию умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.
8. Формированию умений понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Программа предусматривает проведение традиционных, обобщающих уроков, с применением такой **формы** работы, как фронтальная, групповая, индивидуальная. Ведущей формой работы учителя с обучающимися на уроке является индивидуальная работа.

При проведении уроков по предмету «Человек» предполагается использование следующих **методов**: словесный (рассказ, объяснение, беседа), наглядный (применение пособий, схем, таблиц, рисунков, моделей, приборов, технических средств), практический (упражнения, практические работы).

Общая характеристика учебного предмета

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи», «Чистка зубов».

Образовательные задачи раздела *«Представления о себе»* направлены на формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

Раздел *«Гигиена тела»* включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений: умываться, 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 навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов.

Раздел *«Туалет»* включает задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете.

Образцом культуры общения для ребенка должно являться доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон.

При формировании навыков самообслуживания необходимо объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков.

Программа «Человек» предполагает следующие **виды уроков**: комбинированный и урок отработки ЗУН учащихся. Независимо от вида урока, основную часть составляет индивидуальная работа с каждым учеником.

Место предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» относится к образовательной области «Окружающий мир» и является обязательной частью учебного плана.

Предмет «Человек» в соответствии с учебным планом рассчитан 2 раза в неделю. Общее количество часов: 68 часа (34 учебных недели).

Примерные планируемые результаты освоения программы

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Ожидаемые личностные результаты:

- 1) *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.
- 2) *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;
 - Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья:

- 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.

4) 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.

Изучение предмета «Человек» в четвертом классе направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

1. Создание благоприятной обстановки, способствующей формированию положительной мотивации пребывания в образовательной организации и эмоциональному конструктивному взаимодействию с взрослыми (родственник, специалист, ассистент и др.) и сверстниками:

- Спокойное пребывание в новой среде;
- Перемещение в новой среде без проявлений дискомфорта;
- Принятие контакта, инициированного взрослым;
- Установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;
- Ориентация в учебной среде (пространство, материалы, расписание) класса: нахождение индивидуального шкафа для хранения личных вещей; нахождение своего (рабочего) места за столом; нахождение своего набора индивидуальных заданий; нахождение места хранения набора индивидуальных заданий; нахождение места для отдыха; нахождение места, предназначенного для игровой деятельности; нахождение места хранения игрушек.

2. Формирование учебного поведения:

- Поддержание правильной позы;
- Направленность взгляда на лицо взрослого, на выполняемое задание;
- Подражание простым движениям и действиям с предметами;
- Выполнение простых речевых инструкций (дай, возьми, встань, сядь, подними и др.);
- Использование по назначению учебных материалов;
- Выполнение простых действий с одним предметом (по подражанию);
- Выполнение действий с предметами (по подражанию);
- Выполнение соотнесения одинаковых предметов (по образцу);
- Выполнение соотнесения одинаковых картинок (по образцу);
- Выполнение простых действий по наглядным алгоритмам (расписаниям) (по образцу);
- Сидение за столом в течение определенного периода времени на групповом занятии;
- Выполнение движений и действий с предметами по подражанию и по образцу на групповом занятии;
- Выполнение речевых инструкций на групповом занятии;
- Принятие помощи учителя на групповом занятии.

3. Формирование умения выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:

- Выполнение задания полностью (от начала до конца);
- Переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Содержание учебного предмета

Программа представлена следующими разделами:

Представления о себе - узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду. Идентификация себя как мальчика (девочки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Сообщение сведений о себе.

Гигиена тела - различение вентилей с горячей и холодной водой. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук и лица полотенцем. 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. 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.

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.

Очищение носового хода.

Расчесывание волос.

Обращение с одеждой и обувью - 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) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панамы, 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 сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Туалет - сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой.

Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажатие кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи - сообщение о желании пить. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. 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. Использование салфетки во время приема пищи.

Семья - узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.

Тематическое планирование по учебному предмету «Человек» 4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Что такое волшебные слова?	2
2	Учимся быть вежливыми	2
3	Как вести себя в гостях	2
4	Сюжетно-ролевая игра : мы в магазине	2
5	Взрослые и дети	2
6	Моя семья	2
7	Мой день рождения	2
8	Режим дня школьника	2
9	Правила поведения за столом	2
10	Что значит быть здоровым	2
11	Привычки человека: вредные и полезные	2
12	Строение тела человека	2
13	Зрение. Глаза человека	2
14	Уши и слух	2
15	Нос и обоняние	2
16	Речь человека. Язык	2
17	Виды одежды	2
18	Уход за одеждой. Хранение одежды	2
19	Летняя одежда, зимняя одежда, головные уборы	2
20	Виды обуви. Ее назначение. Уход за обувью, хранение	2
21	Здоровье человека- в его руках	2
22	Отдых. Для чего он нужен человеку?	2
23	Сон и его значение для человека	2
24	Утренняя зарядка	2
25	Продукты питания	2
26	Хлеб всему голова	2
27	Что такое витамины	2
28	Рацион человека	2
29	Мое отражение в зеркале	2
30	Предметы личной гигиены, их хранение и	2

	использование	
31	Мои личные вещи(одежда, обувь),уход ,хранение	2
32	Я и мое настроение	2
33	Я и мои друзья	2
34	Мои любимые игрушки	2
	всего	68 часов

Методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Для реализации программы по предмету «Человек» **демонстрационный материал** предмета включает:

- тематические дидактических карточки с каждому разделу учебного предмета;
- тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью;
- предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка;
- 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;
- пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др.;
- обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении;
- карточки дидактические "Правила личной безопасности";
- комплект карточек: Мой дом. Рассказы по картинкам;
- комплект карточек: Распорядок дня. Рассказы по картинкам;
- шнуровка "Мальчик и девочка";
- рамка-вкладыш "Мои руки";
- шнуровка "Обувь";
- карточки дидактические "Головные уборы. Обувь";
- карточки дидактические "Как устроен человек";
- беседы с ребенком. Береги здоровье. Комплект карточек;
- демонстрационный материал: Семья (Весна-дизайн);
- карточки дидактические "Безопасность в доме";

Для реализации программы по предмету «Человек» используется следующая **учебно-методическая литература:**

1. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью [Текст] / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.; Под. ред. Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлевой. – СПб.: ЦПК проф. Л.Б. Баряева, 2015. – 160 с.

2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида [Текст] / В.В. Воронкова; 8-е издание. – М.: Просвещение, 2015. – 176 с.

Для реализации программы по предмету «Человек» предполагается следующая **литература для детей:**

1. Винченцо Г. Тело человека. Занимательная энциклопедия для детей. Владис, 2013 г. – 63 с.

2. Петрова К. Формирование безопасного поведения детей 5-7 лет на улицах и дорогах. Парциальная программа. ФГОС. Детство-Пресс, 2017 г. – 64 с.

3. Савина Р. Стоп, Вирус! Нескучная наука. Питер, 2020 г – 32 с

Для реализации программы по предмету «Человек» необходимы следующие **материально-технические средства**: принтер, ноутбук, колонки.

В процессе реализации программы по предмету «Человек» могут быть использованы **интернет – ресурсы**:

1. <http://bookash.pro/> - электронная библиотека
2. <https://infourok.ru/> - ведущий общеобразовательный портал России