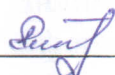


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ковылкинская средняя общеобразовательная школа №4»

РАССМОТРЕНО

Председатель
ШМО



Шепилова Е.И.

Протокол №1 от
«30» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР



Кабенкова В.Н.

Приказ №31 от «31» 08
2023 г.

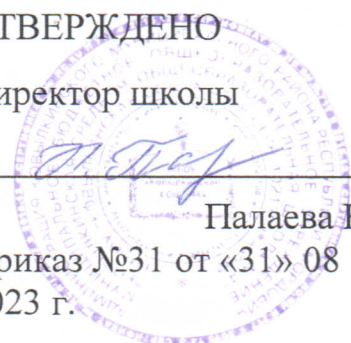
УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Палаева Н.А.

Приказ №31 от «31» 08
2023 г.



Адаптированная рабочая программа

по предмету «Человек»

для надомного обучения учащейся 3 «А» класса

Михеевой Алины

(Вариант 2)

2023-2024 учебный год

Ковылкино 2023

1. Пояснительная записка

Индивидуальная рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основе:

- Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы (далее — АООП) образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

Цель : формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи:

- формирование умений умываться, мыться под душем, причесываться;
- формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды;
- формированию навыков обслуживания себя в туалете;
- формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. формирование умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье образцом культуры общения

2. Общая характеристика учебного предмета, курса

Программа по учебному предмету «Человек» 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, гигиена), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию 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 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.

3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Предмет «Человек» входит в образовательную область «Окружающий мир». В Учебном плане МБОУ «Ковылкинская СОШ №4» на 2023 -2024 учебный год на изучение данного курса отводится: в 3 классе - 17 часов в год (0,5 ч. в неделю)

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Человек».

Личностные результаты освоения включают:

- Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- Владение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся социуме;
- Оценка своих поступков по принципу «хорошо»/«плохо», личная ответственность за свои поступки на основе представлений о базовых нравственных нормах, общепринятых правилах;
- Доброжелательность, эмоциональная отзывчивость по отношению к другим;
- Владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации;

Предметные результаты освоения включают:

Представление о себе как «Я»

- 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

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 и др.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) 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
- 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.

Содержание учебного предмета «Человек»

Представления о себе.

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). 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.

Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии.

Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе.

Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

Гигиена тела.

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Вытирание рук 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. Нанесение крема на руки. Вытирание лица.

Очищение носового хода.

Расчесывание волос.

Мытье ушей. Чистка ушей.

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. 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.

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
Туалет.

Сообщение о желании сходить в туалет.

Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете

Прием пищи.

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана)

Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой

Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Семья.

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

Рассказ о своей семье.

Тематическое планирование

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов
1	Представления о себе.	3
2	Гигиена тела.	3
3	Обращение с одеждой и обувью.	7
4	Туалет	1
5	Прием пищи	2
6	Семья	1
Итого		17

Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			по плану	фактически
1	Представления о себе. Идентификация себя как девочки,	1		
2	Узнавание (различение) частей тела .	1		
3	Назначение частей тела .	1		
4	Соблюдение последовательности при мытье и вытирании рук	1		
5	Вытирание рук полотенцем	1		

6	Средства гигиены	1		
7	Обращение с одеждой и обувью	1		
8	Верхняя одежда: пальто ,куртка, шуба, плащ,	1		
9	Предметы одежды: свитер , рубашка, майка, трусы, юбка , брюки , носки	1		
10	Сезонные изменения – сезонная одежда	1		
11	Виды одежды (ловседдтевная, праздничная, работах, домашняя, спортивная),	1		
12	Выбор одежды для прогулки взависимости от погодных условий	1		
13	Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты)	1		
14	Соблюдение последовательности действий в туалете	1		
15-16	Столовые приборы. Навык пользования столовыми приборами	2		
17	Узнавание (различение) членов семьи	1		

Прошнуровано, пронумеровано и скреплено
печатью

6 лист в 2-х частях (об)

Директор Института П.А. Палаева

