

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7»

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Человек» для обучающихся
3-4 класса (Вариант 2)**

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Человек» для обучающихся 3-4 класса с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, разработана на основе:

- Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказа Министерства Просвещения России от 24.11.2022 N 1026"Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации и от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- приказа Министерства Просвещения РФ от 20 мая 2020 г. № 254 «О федеральном перечне учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность». Перечень учебников, учебных пособий, используемых в учебном процессе ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7" в 2023-24 учебном году;

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №7»;

- учебного плана государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 7»

- годового учебного календарного графика на текущий учебный год;

Основная цель обучения предмету «Человек» детей с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития неразрывно связана с целью реализации АООП и заключается в создании условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Достижение данной цели в процессе обучения предмету «Человек» предусматривает решение следующих **основных задач**:

- формирование гигиенических навыков;

- коррекция интеллектуальных и физических недостатков учащихся, развитие мелкой моторики рук;

- обучение правилам поведения на уроке, выполнению санитарно-гигиенических требований при использовании различных материалов;

- формирование организационных умений и навыков;
- формирование навыков культурой еды;
- развитие умений ориентироваться в задании;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания;

- достижение планируемых результатов освоения АООП образования обучающимися с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, с учетом их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные:

основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;

- 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.
- желание идти на контакт, сотрудничать с взрослыми и сверстниками;

Предметные:

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;

- представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

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 (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 (т.д.).

2. Содержание учебного предмета с указанием форм организации учебных занятий

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представления 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. В процессе занятий в рамках предмета "Человек" ученики приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Ребенок учится определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др. Учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир» и является частью учебного плана. На его изучение отведено 68 часов, 2 часа, 34 учебные недели.

Реализуется для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями, основной целью которого является - формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Содержание предмета «Человек» представлен основными темами: *«Представления о себе»*, *«Моя семья»*, *«Правила здорового образа жизни»*, *«Профилактика болезней»*, *«Осанка человека»*, *«Укрепление здоровья»*.

Раздел: " Представления о себе "

Представления о собственном теле. Представления о себе развиваются с представлений о собственном теле: восприятие частей тела как собственной принадлежности, организация произвольных движений частями тела или сенсорных ответов в случае двигательных нарушений, адекватные внешним воздействиям сенсорные и двигательные реакции, действия.

Формирование знаний частей тела и их показ на себе, на другом, на игрушке. 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 строения человека (скелет, мышцы, кожа, внутренние органы).

Знание своего имени 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.

Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой).

Раздел: «Моя семья».

Представление о членах семьи, о родственниках в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

Раздел «Профилактика болезней», «Профилактика простудных заболеваний».

Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Чистка зубов. Полоскание полости рта.

Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Повседневная уборка.

Раздел «Осанка человека»

Представление о правильной осанке человека, рассматривание серии сюжетных картинок на тему: «Правильная осанка-залог хорошего здоровья», тренинги упражнений для осанки.

Раздел «Укрепление здоровья».

Сведения о полезных и вредных продуктах. Сведения о витаминах в продуктах. Профилактика простудных заболеваний. Формирование понятий о крови, дыхании, сердца, пульса человека. Формирование понятий об окружающей среде и влияние на здоровье человека.

Основной формой организации процесса обучения является урок. Ведущей формой работы учителя с учащимися на уроке является индивидуальная работа при осуществлении дифференцированного подхода.

Календарно - тематическое планирование уроков по предмету «Человек». 3-4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Дата
	Правила здорового образа жизни.		
1.	Чистота - залог здоровья.	1	
2.	Правила здорового образа жизни.	1	
3.	Режим дня.	1	
4.	Составление предложений к сюжетным картинкам по произведению Л. Воронковой «Маша Растеряша».	1	
5.	Режим дня. Беседа по сюжетным картинкам.	1	
6.	Полезные привычки.	1	
7.	Моделирование ситуаций.	1	
8.	Правила здорового образа жизни. Питание.	1	
9.	Правила здорового образа жизни. Творог. Сюжетно – ролевая игра «Покорми младшую сестру»	1	
10.	Правила здорового образа. Сон.	1	
11.	Моделирование жизненных ситуаций. Проветривание комнаты.	1	
12.	Правила здорового образа. Прогулка.	1	
13.	Одежда для прогулки. Игра «Оденем брата на прогулку».	1	
14.	Обувь для прогулки. Уход за обувью.	1	
15.	Занятия физической культурой. Делай как я. Веселые физ. Минутки.	1	
	Профилактика болезней		
16.	Профилактика болезней.	1	
17.	Правила здорового образа. Советы доктора Айболита.	1	
18.	Правила личной гигиены в течение дня.	1	

19.	Ежедневные гигиенические процедуры.	1	
20.	Предметы личной гигиены.	1	
21.	Рисование «Гигиенические принадлежности».	1	
22.	Назначение предметов личной гигиены.	1	
23.	Уход за предметами для личной гигиены: расческой, мочалкой.	1	
24.	Предметы личной гигиены. Загадки.	1	
25.	Виды полотенец (банное полотенце, для рук, для ног).	1	
26.	Полотенце для рук. Полотенце для ног.	1	
27.	Аппликация «Разноцветные полотенца»	1	
28.	Уход за полотенцами.	1	
29.	Предметы гигиены и санитарии: зубная паста, зубная щетка.	1	
30.	Составление предложений по сюжетным картинкам.	1	
31.	Рот. Зубы.	1	
32.	Чистка зубов щеткой с использованием зубной пасты.	1	
33.	Практическая работа. Уход за зубами.	1	
34.	Моделирование жизненных ситуаций. Если заболели зубы.	1	
	Осанка человека		
35.	Правильная осанка человека.	1	
36.	Рассматривание сюжетных картинок «Правильная осанка-залог хорошего здоровья».	1	
37.	Весёлые физ. Минутки для осанки.	1	
38.	Повторяй за учителем. Комплекс упражнений для осанки.	1	
	Профилактика простудных заболеваний		
39.	Чистота - залог здоровья. Повседневная уборка в помещении.	1	
40.	Закаливание организма. Зарядка.	1	
41.	Составление предложений по картинкам «Зарядка».	1	
42.	Закаливание организма. Обтирание. Закаливание.	1	
	Укрепление здоровья		
43.	Полезные продукты.	1	
44.	Витамины круглый год. Продуктовая ярмарка «Центральный рынок».	1	
45.	Аппликация «Витаминный стол»	1	
46.	Овощи и фрукты. Загадки.	1	
	Моя семья		
47.	Моя семья – мама, папа, бабушка, дедушка.	1	
48.	Мой брат, моя сестра.	1	
49.	Обязанности в семье.	1	
50.	Я помощник мамы, папы.	1	
51.	Моя семья. Практическая работа «Влажная уборка в комнате»	1	
52.	Магазины города. «Магнит у дома».	1	
53.	Моделирование ситуаций. Семейный праздник.	1	
54.	Семейный отдых. Городской парк.	1	
55.	Рисование «Моя семья».		
56.	Аппликация «Букет цветов для моей семьи».	1	
	Столовые приборы		
57.	Столовые приборы. Нож. Разновидность ножей.	1	
58.	Нож. Навык пользования столовым прибором.	1	
59.	Вилка. Навык пользования столовым прибором.	1	

60.	Ложка, вилка. Составление коротких предложений по предметным картинкам.	1	
61.	Лепка «Столовые приборы».	1	
62.	Моделирование ситуаций «Приходи на день рождения».	1	
63.	Практическая работа. Сервировка стола.	1	
64.	Мытье столовой посуды. Выбор средства для мытья посуды.	1	
65.	Моделирование ситуаций «Мамин помощник».	1	
	Представления о себе		
66.	Я и мои одноклассники.	1	
67.	Я и мои друзья.	1	
68.	Правила поведения на улице и дороге.		