

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Человек» 3 класса составлена в соответствии с адаптированной основной образовательной программой для умственно – отсталых детей (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и следующими нормативными правовыми документами:

1. Закон РФ «Об образовании Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерством образования и науки РФ №1599 от 19.12.2014 г;
3. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
5. Положение о рабочей программе учебных предметов в ГКУ «ПДДИ» МТ и СЗ КБР.

Отличительной особенностью данной рабочей программы является коррекционная и практическая направленность, индивидуализация обучения. Освоение рабочей программы учебного предмета «Человек», обеспечивает достижение обучающегося с умственной отсталостью (нарушениями интеллекта) двух видов результатов: личностных и предметных.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЧЕЛОВЕК»

Общие характеристики, направления, цели и практические задачи учебных предметов основываются на индивидуальных возможностях и индивидуальных образовательных потребностях обучающегося с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР.

Основными задачами программы «Человек» являются:

- Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.
- Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание (раздевание).
- Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРОДМЕТА «ЧЕЛОВЕК»

Для обучающихся с ТМНР характерно сочетание нарушений опорно-двигательного аппарата с нарушениями интеллектуального развития, зрения, слуха, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах.

Обязательной является специальная организация среды для реализации особых образовательных потребностей обучающегося, развитие его жизненной компетенции в разных социальных сферах (образовательной, семейной, досуговой, трудовой и других).

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося 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.

Содержание учебного предмета, его цели и практические задачи должны определяться с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся. Содержание должно обеспечивать возможность достижения планируемых в СИПР результатов.

Содержание обучения в рамках предмета «Человек» включает формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЧЕЛОВЕК»

В соответствии с ФГОС УО учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир». Количество часов: в неделю - 2 часа, в год - 68 часов.

Содержание учебного предмета "Человек" представлено следующими разделами:

"Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

Раздел "Представления о себе".

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). Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).

Раздел "Гигиена тела".

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смыывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей.

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.

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.

Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). 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 видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды. 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). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды. Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Раздел "Прием пищи".

Значение продуктов питания для здоровья человека. Режим питания. Сервировка стола. Какими бывают продукты питания. Мытье посуды.

Использование бытовой техники на кухне. Чистка овощей. Приготовление блюд из яиц

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек".

- 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.
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.
Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Для выявления возможной результативности обучения должен быть учтен ряд факторов:

- особенности текущего психического и соматического состояния каждого обучающегося;
- в процессе предъявления заданий должны использоваться все доступные обучающемуся средства невербальной коммуникации
- формы выявления возможной результативности обучения должны быть вариативными и разрабатываться индивидуально в тесной связи с практической деятельностью обучающихся;
- способы выявления умений и представлений обучающихся с ТМНР могут быть представлены как в традиционных, так и других формах, в том числе в виде выполнения практических заданий;
- в процессе предъявления и выполнения заданий обучающимся должна оказываться необходимая помощь, которая может носить разнообразный характер (дополнительные словесные и жестовые инструкции и уточнения, выполнение обучающимся задания по образцу, по подражанию, после частичного выполнения педагогическим работником, совместно с педагогическим работником);
- при оценке результативности достижений необходимо учитывать уровень выполнения и степень самостоятельности обучающегося (самостоятельно, самостоятельно по образцу, по инструкции, с небольшой или значительной физической помощью, вместе с педагогическим работником);

В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у обучающегося нарушений, следует оценивать его эмоциональное состояние, другие возможные личностные результаты.

Учебно - тематический план

№	Раздел	Количество часов
1	Представление о себе	12
2	Гигиена тела	20
3	Обращение с одеждой и обувью	20
5	Прием пищи	16
ВСЕГО		68

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УМК подбирается в соответствии с требованиями АООП образования обучающихся с УО (ИН), вариант 2, а также с учетом особенностей индивидуального развития обучающегося, указанного в СИПР.

Материально-техническое оснащение образовательного процесса:

Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются 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; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>

Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>

Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>

Образовательное видео <http://univertv.ru/>

Портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru> содержит информацию о Интернет-ресурсах, ссылки на законы, стандарты и документы, регламентирующие образовательную деятельность.

<http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября»

Информационные и коммуникационные технологии в обучении <http://www.9151394.ru/>

Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru/>

Календарно- тематическое планирование «Человек» 68 часов

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Планируемый результат	Вид деятельности	Дата по плану	Дата по факту
	<u>1 четверть(16 часов)</u>					
1-3	Узнавание (различение) частей тела.	3	Называть части тел, показывать их на картинках, на себе.	Рассматривание картинок. Дидактическая игра - пазлы.		
4-6	Узнавание (различение) частей лица человека.	3	Показывать части лица человека на картинке и на себе.	Игровое пособие – пазлы. Показ на кукле частей лица. Плакат.		
7-8	Знание строения человека.	2	Называть как устроен человек, показывать на картинке части тела	Рассматривание пособия «Как устроен человек», нахождение частей тела на пособии, с педагогом показ на схеме частей тела.		
9,10	Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).	2	Учить сообщать о состоянии своего здоровья, называть свое имя, фамилию и дату рождения по возможности.	Беседа. Рассказ учителя о здоровом образе жизни.		
11,12	Уход за руками.	2	Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды.	Повторение процедуры мытья рук в определенной последовательности, вытирание рук полотенцем, нанесение крема для рук.		
13,14	Гигиена лица. Умывание и вытирание полотенцем.	2	Знать и соблюдать гигиенические правила при умывании и вытирании полотенцем.	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.		
15	Очищение носового хода	1	Очищать носовой ход при необходимости.	Беседа. Очищение носового хода. Пользование салфеткой, носовым платком.		
16	Обобщающий урок за 1 четверть	1	Закрепить знания полученные в 1 четверти	Практическая работа		
	Всего:	16				
	<u>2 четверть(16 часов)</u>					
1,2	Узнавание (различение) предметов одежды и их назначение.	2	Называть предметы одежды.	Предметы верхней одежды. Рассматривание, сравнение. Игра с кукольной одеждой.		
3,4	Узнавание (различение) деталей предметов одежды.	2	Показывать детали разных предметов одежды, знать их разнообразие.	Рассматривание предметов одежды с деталями. Дидактическая игра «Одежда».		
5	Узнавание (различение) предметов обуви.	1	Называть предметы обуви, находить нужный предмет обуви.	Рассматривание реальных предметов обуви. Игра «найди пару»		
6,7	Знание назначения видов обуви. Различение сезонной обуви	2	Называть виды обуви, различать обувь по сезону, использовать по назначению.	Показ обуви на иллюстрациях, сравнение с реальными предметами. Игра «Одень по сезону»		
8	Узнавание (различение) головных уборов, знание их назначение.	1	Называть виды головных уборов, их назначение. Самостоятельно надевать шапку.	Узнавание (различение) головных уборов. Надевание головного убора (шапку).		
9,10	Различение по сезонам предметов одежды.	2	Подбирать одежду по сезону.	Игра с пособием «Подбери куклам одежду»		

11	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий	1	Выбирать одежду в зависимости от погодных условий.	Рассматривание картинок.		
12,13	Расстегивание (застегивание) пуговиц, молнии, липучки, кнопки, шнурки.	2	Расстегивать (застегивать) пуговицы, молнии, липучки (кнопки, шнурки)	Тренировочные упражнения в расстегивании и застегивании застежек на предметах одежды.		
14,15	Развязывание (завязывание) шнурков.	2	Развязывать и завязывать шнурки	Упражнение на специальных рамках.		
16	Обобщающий урок за 2 четверть	1	Контроль своего внешнего вида.	Диагностическая работа		
	Всего:	16				
	<u>3 четверть(20 часов)</u>					
1,2,3	Соблюдение последовательности действий при одевании и раздевании.	3	Одеваться и раздеваться в определенной последовательности.	Раздеваться последовательно, захватывать края кофты (куртки) при раздевании.		
4,5	Различение предметов одежды по сезонам.	2	Подбирать одежду по сезону.	Беседа. Рассматривание видов одежды на картинках.		
6,7	Различение лицевой (изнаночной) стороны одежды	2	Различать лицевую и изнаночную стороны одежды.	Рассматривание и складывание предметов одежды.		
8	Выворачивание одежды	1	Выворачивать одежду (колготки, брюки, платье) на лицо (изнанку).	Определение стороны одежды, выворачивание одежды.		
9,10	Чистка загрязнившихся вещей	2	Уметь ухаживать за вещами	Практическая работа		
11	Хранение одежды. Понятия: шкаф, вешалка	1	Умение ориентироваться в одежде; вешание одежды на вешалку, в шкаф	показ с объяснением, практическая работа		
12-14	Стирка одежды (ручная и машинная)	3	Научить ручной и машинной стирке	Практическая работа		

15-17	Глажка одежды	3	Правила пользования утюгом, последовательность глажки одежды	показ с объяснением, практическая работа		
18,19	Повседневный уход за обувью: порядок и правила	2	Уметь ухаживать за обувью	игровые и практические действия		
20	Обобщающий урок за 3 четверть	1	Контроль своего внешнего вида	Практическая работа		
	Всего:	20				
	<u>4 четверть (16 часов).</u>					
1	Значение продуктов питания для здоровья человека. Режим питания	1	Формирование представлений для чего человеку необходимо питаться	беседа		
2,3	Сервировка стола.	2	Уметь сервировать стол к завтраку, обеду, убирать посуду со стола.	Рассматривание плаката. Игра « Ждем гостей».		
4,5	Какими бывают продукты питания		Знакомство с продуктами питания и их хранением	беседа		
6,7	Мытье посуды.	2	Уметь выполнять действия при мытье чайной посуды, соблюдая гигиенические правила и технику безопасности.	Игра «Уберем в столовой».		
8-10	Использование бытовой техники на кухне	1	Умение пользоваться электроприборами с соблюдением техники безопасности	показ с объяснением, практическая работа		
11-13	Чистка овощей.	3	Умение правильно использовать в обиходе нож при чистке овощей	показ с объяснением, практическая работа		
14,15	Приготовление блюд из яиц		Знать технологию приготовления блюд из яиц	показ с объяснением, практическая работа		
16	Обобщающий урок за 4 четверть		Проверка предметных результатов	Диагностика		
	Всего:	16				
	Всего за год:	68				