

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Адыгея
Управление образования администрации муниципального образования
«Красногвардейский район «
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3» им.М.И.Кудаева а. Адамий
Красногвардейского района Республики Адыгея

Рассмотрено
На заседании МО учителей
начальных классов
_____ Ашканова Р.Н.
Протокол №1 от 25.08.2023г.

Согласовано
Зам. директора по УВР
Дашко А.В.

28.08.2023г.

Утверждено
Директор школы МБОУ «СОШ№3
Цеева Л.А.

№ 85 от 28. 08. 2023г.

Рабочая программа
по учебному предмету «Человек»
на 2023-2024 учебный год
1-4 класс

Составители:

Сихаджокова Ф.Б., Чиназирова О.А.,
Барышева Е.В., Читао К.Х.

а. Адамий
на 2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» (вариант 2) составлена на основе адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР вариант II, которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые Федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности, учебного плана МБОУ «СОШ №3» а.Адамий.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

Цель: Повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания, формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи программы:

- формирование умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, 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
- формирование доброжелательного и заботливого отношения к окружающим, спокойный приветливый тон.
- учить понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Рабочая программа составлена с учётом особенностей и возможностей овладения обучающимся с интеллектуальными нарушениями учебного материала. Учебная программа составлена с учётом особенностей познавательной деятельности обучающегося, уровня их общего и речевого развития, подготовки к усвоению учебного материала, специфических отклонений в развитии, требующих индивидуальной или групповой коррекции.

1.Планируемые результаты .

Личностные :

- Способность к осмыслинию социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.
- Умение ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»; испытывать уважение к своей семье, к своим родственникам, любовь к родителям.
- Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
- Иметь представления о здоровом образе жизни: элементарные гигиенические навыки.

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.

2. Содержание учебного предмета

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

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 (колено, ступня, 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). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. 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 вентиляй с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытиранье 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, вытиранье рук. Нанесение крема на руки.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытиранье 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, вытиранье 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. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытиранье ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытиранье ног.

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, 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: 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 (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). 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.

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), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи.

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. 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. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку.

Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа.

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.

3. Тематическое планирование

по учебному предмету «Человек»

1 класс

| № | Часы | Тема |
|------------------|-------------|---|
| 1 | 2 | Знакомьтесь, это я. Части тела (голова (волосы, уши, шея, лицо) |
| 2 | 2 | Туловище (спина, живот) |
| 3 | 2 | Руки (локоть, ладонь, пальцы) |
| 4 | 2 | Ноги (колено, ступня, пальцы, пятка) |
| 5 | 2 | Части лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы) |
| 6 | 2 | Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста |
| 7 | 2 | Мытье рук. Вытиранье рук полотенцем |
| 8 | 2 | Практическое занятие « Чистота рук- залог здоровья» |
| 9 | 2 | Мытье лица, последовательность действий |
| 10 | 2 | Гигиена полости рта. Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. |
| 11 | 2 | Уход за волосами. Расчесывание волос |
| 12 | 2 | Назначение предметов одежды |
| 13 | 2 | Одежда девочек: юбка, платье, сарафан |
| 14 | 2 | Одежда мальчиков: брюки, джинсы, шорты |
| 15 | 2 | Предметы одежды: пальто, куртка |
| 16 | 2 | Шапка, шарф, варежки (перчатки) |
| 17 | 2 | Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки) |
| Итого: 34 | | |

2 класс

| № | Часы | Тема |
|----------|-------------|--|
| 1 | 2 | Игра «Одежда» |
| 2 | 2 | Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий |
| 3 | 2 | Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка) |
| 4 | 2 | Одевание предметов одежды: кофты, рубашки, блузки |
| 5 | 2 | Снятие предмета одежды: кофты, рубашки, блузки |
| 6 | 2 | Снятие и обувание обуви: ботинок, сандалий |

| | | |
|------------------|---|---|
| 7 | 2 | Контроль своего внешнего вида |
| 8 | 2 | Закрепление изученного «Одежда» |
| 9 | 2 | Наливание жидкости в кружку |
| 10 | 2 | Правила питья жидкостей из кружки, стакана |
| 11 | 2 | Практическое занятие «Питье жидкостей» |
| 12 | 2 | Соблюдение правил этикета за столом |
| 13 | 2 | Правильное использование ложки во время еды |
| 14 | 2 | Использование салфетки во время приема пищи |
| 15 | 2 | Практическое занятие «Мы за столом» |
| 16 | 2 | Игра «Мы в гостях» |
| 17 | 2 | Закрепление изученного |
| Итого: 34 | | |

3 класс

| № | Часы | Тема |
|------------------|------|---|
| 1 | 3 | Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) |
| 2 | 3 | Называние своего возраста |
| 3 | 3 | Рассказ о себе с помощью речи, жестов и пиктограмм |
| 4 | 3 | Я – человек |
| 5 | 3 | Мое имя |
| 6 | 3 | Все люди разные |
| 7 | 3 | Сообщение о желании есть |
| 8 | 3 | Сообщение о желании пить |
| 9 | 3 | Предметы гигиены и санитарии: зубная щетка |
| 10 | 3 | Рот. Зубы. Чистка зубов щеткой с использованием зубной пасты |
| 11 | 3 | Как беречь зубы. Практическая работа «Волшебная зубная паста и щетка» |
| 12 | 1 | Закрепление изученного. |
| Итого: 34 | | |

4 класс

| № | Часы | Тема |
|----|------|--|
| 1 | 1 | Идентификация себя со своим именем. |
| 2 | 1 | Идентификация своей половой принадлежности (как мальчика или девочки) |
| 3 | 1 | Представление о состоянии своего здоровья |
| 4 | 1 | Важность соблюдения режима дня и правил личной гигиены |
| 5 | 1 | Формирование умения показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу |
| 6 | 1 | Закрепление умения называть и показывать части своего тела |
| 7 | 1 | Закрепление умения называть и показывать части своего тела |
| 8 | 1 | Формирование умения пользоваться носовым платком |
| 9 | 1 | Формирование умения чистить зубы |
| 10 | 1 | Формирование умения полоскать полость рта |

| | | |
|------------------|---|--|
| 11 | 1 | Формирование умения полоскать полость рта |
| 12 | 1 | Формирование умения соблюдать последовательность действий при чистке зубов и полоскании полости рта |
| 13 | 1 | Закрепление навыка застегивания (завязывания): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка |
| 14 | 1 | Закрепление навыка застегивания (завязывания): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. |
| 15 | 1 | Закрепление навыка расстегивания (развязывания): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. |
| 16 | 1 | Формирование умения следить за своим внешним видом |
| 17 | 1 | Формирование умения различать лицевую и изнаночную, переднюю и заднюю стороны одежды. |
| 18 | 1 | Формирование умения надевать предмет одежды. |
| 19 | 1 | Закрепление умения соблюдать правила последовательности действий в туалете |
| 20 | 1 | Формирование умения надевать предмет одежды |
| 21 | 1 | Закрепление умения мыть руки перед едой |
| 22 | 2 | Формирование умения сообщать о желании есть. |
| 23 | 2 | Формирование умения принимать пищу ложкой |
| 24 | 1 | Формирование умения принимать пищу вилкой |
| 25 | 1 | Формирование умения пользоваться салфеткой во время приема пищи |
| 26 | 1 | Формирование умения различать и называть основные предметы питания (суп, каша, картофель, хлеб, чай и т.д) |
| 27 | 1 | Формирование умения вытираять ноги, входя в помещение с улицы, стряхивать снег с одежды. |
| 28 | 5 | Повторение пройденного за год |
| Итого: 34 | | |