

Приложение к АООП обучающихся с УО (Вариант 2)
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области
администрация Руднянского муниципального района Волгоградской области
МКОУ "Щелканская СОШ"

УТВЕРЖДЕНО:
И.о. директора МКОУ «Щелканская СОШ»



/О.В.Куренева/
(расшифровка)

(подпись)

Приказ № 91-од
от «27» августа 2023 г.

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МКОУ "Щелканская СОШ"
Протокол № 1
от 25.08.2023

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УР
_____Л.С.Шевченко
25.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Человек» (обучение на дому по адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)) для 4 класса на 2023-2024 учебный год

Пояснительная записка. «Человек» 4 класс

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Курс предмета «Человек» предусматривает обязательное изучение в 4 классе-68ч. (2 часа в неделю).

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.

Задачи :

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

РАЗДЕЛ 1: ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТ

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.

Предметные результаты:

- представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других: соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- представления о собственном теле;
- отнесение себя к определённому полу;
- умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст;
- 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;
- умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами: умение определять своё 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, мытьё рук перед едой и после посещения туалета);
- умение следить за своим внешним видом.

РАЗДЕЛ 2: СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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, 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 вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание 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, 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.

Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.

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 (джерсер, 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), нажатие 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. Рассказ о своей семье.

РАЗДЕЛ 3: ТЕМАТИЧЕСКОЕ (поурочное) ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол-во часов
1	Я – человек.	1
2	Узнавание (различение) мальчика, девочки по внешнему виду	1
3	Рассматривание себя в зеркале, указательным жестом показ себя и своего отражения в зеркале.	1
4	Подражание выражению лица учителя и его действиям	1
5	Сутки. Части суток.	1

6	Режим дня.	1
7-8	Основные части тела человека. Ориентировка в собственном теле.	2
9	Части лица.	1
10	Органы зрения-глаза.	1
11	Органы слуха - уши	1
12	Орган дыхания и обоняния – нос.	1
13	Орган вкуса – язык.	1
14	Зубы.	1
15	Д/и «Портрет».	1
16	Д/и «Собери человека».	1
17	Зачем человеку сон.	1
18	Все люди разные.	1
19	Правила посещения туалета, последовательность действий в туалете.	1
20	Обязанности членов семьи.	1
21	Досуговая деятельность семьи.	1
22	Приём пищи. Завтрак, обед, полдник.	1
23	Последовательность действий в столовой.	1
24	Правила поведения в столовой.	1
25	Закрепление умений пользоваться салфеткой.	1
26	Режим питания (завтрак, обед, полдник, ужин). Д / игра «Помогимаме собрать продукты для завтрака».	1
27	Кожа человека и её значение.	1
28	Мышцы. Работа мышц.	1
29	Скелет человека. Значение опорно –двигательной системы.	1
30	Практические задания	1
31	Значение физических упражнений и питания для правильного формирования скелета и мышц.	1
32	Режим питания	1
33	Сутки. Части суток.	1
34	Сутки. Режим дня.	1
35	Мыло, шампунь.	1
36	Полотенце.	1
37	Зубная щетка, паста.	1
38	Расчёска.	1
39	Уход за лицом. Уход за ушами.	1
40	Утренний и вечерний туалет.	1
41	Приём ванны, душа.	1
42	Упражнения на рассматривание и показ себя в зеркале. Описание внешнего вида.	1
43	Выбор зубной щётки и пасты. Правила чистки зубов, полоскание полости рта.	1
44	Выбор расчёски, расчёсывание волос.	1
45	Мытьё волос.	1
46	Изучаем свое тело.	1
47	Узнавание (различение) предметов одежды и обуви.	1
48	Работа с тренажёрами: застёгивание пуговиц, липучек, молний, ремней, шнуровки, молний.	1
49	Упражнение в самостоятельном надевании и снятии одежды, головных уборов, обуви.	1

50	Я умею...	1
51	Узнавание (различение) предметов одежды.	1
52	Знание назначения предметов одежды.	1
53	Узнавание (различение) деталей предметов одежды (пуговицы, молнии).	1
54	Узнавание (различение) предметов обуви	1
55	Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).	1
56	Различение сезонных головных уборов.	1
57	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1
58-59	Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Д/и "Одень по погоде"	2
60	Пользование туалетной бумагой.	1
61	Питье через соломинку, из кружки, стакана.	1
62	Еда руками, ложкой, вилкой.	1
63-64	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	2
65	Снятие предмета одежды, обуви.	1
66	Практическое упражнение "Надень свитер"	1
67	Практические задания по итогам года	1
68	Я сам!	1