

ПРИЛОЖЕНИЕ
Утверждена
В составе АООП НОО
обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями)
Приказ № 78-Д от 30.08.2019 г.

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА «ЧЕЛОВЕК»**

(индивидуальное обучение на дому)

Уровень образования (класс): НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ (1-4 класс, УО (2 вариант)).
Количество часов: 219,5 ч.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1599.

Программа разработана на основе: Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Подготовительный класс. 1-4 классы / А. А. Айдарбекова, В.М. Белов, В.В. Воронкова и др. \ - 8 изд.- М: Просвещение, 2015

1. Планируемые результаты изучения учебного предмета «Человек»

В соответствии с требованиями ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к АООП (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

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

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.
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.
 - Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностями 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.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на усвоение каждой темы

1 дополнительный класс

1 класс

| № п/п | Тема урока | Количество часов |
|--------------|---|-------------------------|
| 1 | Знакомьтесь, это я. | 1 |
| 2 | Части тела: голова (волосы, уши, шея, лицо) Туловище (спина, живот) | 1 |
| 3 | Руки (локоть, ладонь, пальцы) Ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). | 1 |
| 4 | Части лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)). | 1 |
| 5 | Самые полезные овощи и фрукты. Игра «В мире фруктов и овощей» | 1 |
| 6 | Мытье рук. Вытирание рук полотенцем. | 1 |
| 7 | Мытье лица, последовательность действий. | 1 |
| 8 | Гигиена полости рта. Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. | 1 |
| 9 | Уход за волосами. Расчесывание волос. | 1 |
| 10 | Просмотр мультфильма К.И. Чуковского «Мойдодыр» | 1 |
| 11 | Закрепление изученного | 1 |
| 12 | Предметы одежды: пальто, куртка | 1 |

| | | |
|-------|--|---|
| 13 | Предметы одежды: плащ, шуба | 1 |
| 14 | Шапка, шарф, варежки (перчатки) | 1 |
| 15 | Предметы одежды: свитер, кофта, жилет. | 1 |
| 16 | Предметы одежды: рубашка, блузка, футболка. | 1 |
| 17 | Нижнее белье: майка, трусы, носки, колготки. | 1 |
| 18 | Одежда девочек: юбка, платье, сарафан. | 1 |
| 19 | Одежда мальчиков: брюки, джинсы, шорты. | 1 |
| 20 | Назначение предметов одежды. | 1 |
| 21 | Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки) | 1 |
| 22 | Детали предметов одежды: воротник, манжеты. | 1 |
| 23 | Обувь: сапоги, ботинки, кроссовки, туфли, тапки. | 1 |
| 24 | Закрепление изученного «Моя одежда» | 1 |
| 25 | Ирга «Одежда» | 1 |
| 26 | Сезонная обувь (зимняя, летняя). | 1 |
| 27 | Головные уборы (шапка, кепка, платок), сезонные головные уборы. | 1 |
| 28 | Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий | 1 |
| 29 | Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). | 1 |
| 30 | Одевание предметов одежды: кофты, рубашки, блузки. | 1 |
| 31 | Снятие предмета одежды: кофты, рубашки, блузки. | 1 |
| 32 | Снятие и обувание обуви: ботинок, сандалий. | 1 |
| 33 | Контроль своего внешнего вида. | 1 |
| 34 | Закрепление изученного «Одежда» | 1 |
| 35 | Ирга «Моя одежда» | 1 |
| 36-37 | Соблюдение последовательности действий в туалете мытье рук. | 2 |
| 38 | Наливание жидкости в кружку. | 1 |
| 39 | Правила питья жидкостей из кружки, стакана. | 1 |
| 40 | Практическое занятие «Питье жидкостей» | 1 |
| 41 | Соблюдение правил этикета за столом. | 1 |
| 42 | Правильное использование ложки во время еды. | 1 |
| 43 | Использование салфетки во время приема пищи Практическое занятие «Мы за столом» | 1 |
| 44 | Ирга «Мы в гостях» | 1 |
| 45 | Моя семья. | 1 |
| 46 | Семья: мама, папа, брат, сестра. Семья: бабушка, дедушка. | 1 |
| 47 | Безопасность в доме. Электроприборы. | 1 |
| 48 | Безопасность в доме. Пожарная безопасность. | 1 |
| 49 | Безопасность при общении с животными | 1 |
| 50-51 | Закрепление изученного | 1 |

2 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов |
|-------|------------|--------------|
|-------|------------|--------------|

| | | |
|----|--|---|
| 1 | Приветствие (вытянуть и согнуть руки). Прощание (пальцы в стороны). Я- человек. Моё имя. | 1 |
| 2 | Я -ученик. Правила поведения на уроке. | 1 |
| 3 | Я -ученик. Правила поведения на уроке. | 1 |
| 4 | Представления о себе. Я – человек. Моё имя, фамилия, отчество. | 1 |
| 5 | Представления о частях тела. Мои руки. Мои ноги. Уход за руками и ногами. | 1 |
| 6 | Представления о частях тела. Мои руки. Мои ноги. Уход за руками и ногами. | 1 |
| 7 | Представления о себе. Мой рот и язычок. Уход за полостью рта. | 1 |
| 8 | Мои зубы. Уход за зубами. Упражнения в чистке зубов. | 1 |
| 9 | Мои зубы. Уход за зубами. Упражнения в чистке зубов. | 1 |
| 10 | Мои глаза. Уход за глазами. | 1 |
| 11 | Одежда. Виды одежды. Верхняя одежда, нательная одежда. Как правильно одеваться. | 1 |
| 12 | Одежда. Виды одежды. Верхняя одежда, нательная одежда. Как правильно одеваться. | 1 |
| 13 | Мои уши и нос. Уход за ними. | 1 |
| 14 | Моя фотография. Члены семьи. Узнавание членов семьи. | 1 |
| 15 | Моя фотография. Члены семьи. Узнавание членов семьи. | 1 |
| 16 | Гигиена тела. Умывание. | 1 |
| 17 | Узнавание (различение) частей суток (утро, день, вечер, ночь). | 1 |
| 18 | Узнавание (различение) частей суток (утро, день, вечер, ночь). | 1 |
| 19 | Соотнесение частей суток с видами деятельности человека. | 1 |
| 20 | Нужды человека. Я хочу есть. Я хочу пить. | 1 |
| 21 | Нужды человека. Я хочу есть. Я хочу пить. | 1 |
| 22 | Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук | 1 |
| 23 | Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук | 1 |
| 24 | Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук | 1 |
| 25 | Изучаем своё тело. Голова. | 1 |
| 26 | Изучаем своё тело. Голова. | 1 |
| 27 | Изучаем своё тело. Голова. | 1 |
| 28 | Изучаем своё тело. Туловище. Руки. Уход за руками. | 1 |
| 29 | Изучаем своё тело. Туловище. Руки. Уход за руками. | 1 |
| 30 | Изучаем своё тело. Туловище. Ноги. Уход за ногами. | 1 |
| 31 | Изучаем своё тело. Туловище. Ноги. Уход за ногами. | 1 |
| 32 | Гигиена тела. | 1 |
| 33 | Гигиена тела. | 1 |
| 34 | Посуда (тарелка, чашка, ложка). | 1 |
| 35 | Посуда (тарелка, чашка, ложка). | 1 |
| 36 | Посуда. Вилка. Нож. | 1 |
| 37 | Посуда. Вилка. Нож. | 1 |
| 38 | Мебель (назначение, виды) | 1 |
| 39 | Мебель (назначение, виды) | 1 |
| 40 | Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук | 1 |
| 41 | Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук | 1 |

| | | |
|----|--|---|
| 42 | Моё личное полотенце | 1 |
| 43 | Моя зубная щётка. Как выбрать зубную щётку. Правила ухода за зубами, ротовой полостью | 1 |
| 44 | Моя зубная щётка. Как выбрать зубную щётку. Правила ухода за зубами, ротовой полостью | 1 |
| 45 | Изучаем свое тело. Голова, волосы. Правила ухода за волосами. | 1 |
| 46 | Изучаем свое тело. Голова, волосы. Правила ухода за волосами. | 1 |
| 46 | Создание игровых ситуаций, использование картинок, пиктограмм с изображением разных правил ухода за телом. | 1 |
| 47 | Создание игровых ситуаций, использование картинок, пиктограмм с изображением разных правил ухода за телом. | 1 |
| 48 | Прodelьвание гигиенических процедур с куклой. Дидактическая игра «Умоем куклу», «Искупаем куклу» | 1 |
| 49 | Прodelьвание гигиенических процедур с куклой. Дидактическая игра «Умоем куклу», «Искупаем куклу» | 1 |
| 50 | Повторение. Тело человека. Уход за ним. | 1 |
| 51 | Повторение. Тело человека. Уход за ним. | 1 |

3 класс

| № п/п | Тема урока | Кол – во часов |
|-------|---|----------------|
| 1-2 | Части тела человека: голова, туловище, руки, ноги. Ориентация на кукле. | 2 |
| 3-4 | Части тела человека: голова, туловище, руки, ноги. Ориентация на картинке. | 2 |
| 5 | Части тела человека: голова, туловище, руки, ноги. Ориентация на себе и на другом человеке (ребёнке). | 1 |
| 6-7 | Части лица: глаза, рот, нос, уши, подбородок. Ориентация на кукле, картинке, себе, другом человеке. | 2 |
| 8-9 | Части лица: глаза, рот, нос, уши, подбородок. Ориентация на себе, другом человеке. | 2 |
| 10-11 | Левая и правая половина тела: нога, рука, глаза, уши. Соотнесение с куклой. | 2 |
| 12-13 | Левая и правая половина тела: нога, рука, глаза, уши. Соотнесение с картинкой. | 2 |
| 14-15 | Левая и правая половина тела: нога, рука, глаза, уши. Соотнесение с собой. | 2 |
| 16 | Левая и правая половина тела: нога, рука, глаза, уши. Соотнесение с другим человеком. | 1 |
| 17-18 | Предметы санитарии и гигиены, их назначение. | 2 |
| 19 | Слушание сказки «Мойдодыр» К.И. Чуковского. | 1 |
| 20 | Просмотр мультфильма по сказке «Мойдодыр» К.И. Чуковского | 1 |
| 21 | Волосы. Уход за волосами: расчесывание. | 1 |
| 22 | Руки. Уход за руками: мытьё, вытирание. | 1 |
| 23 | Нос. Значение носа. Уход за носом: пользование носовым платком. Уши. Значение уха. Уход за ушами | 1 |
| 24 | Рот. Назначение рта. Уход за полостью рта: полоскание после еды. | 1 |
| 25-26 | Зубы. Значение зубов. Уход за зубами, чистка зубов. | 2 |
| 27-28 | Культура еды: пользование ложкой, пользование салфеткой. | 2 |

| | | |
|-------|----------------------------------|---|
| 29-30 | Одежда: носильная и верхняя. | 2 |
| 31-33 | Виды верхней одежды по сезонам. | 3 |
| 34 | Повторение. Обобщение изученного | 1 |

4 класс

| № п/п | Тема урока | Кол – во часов |
|--------------|---|-----------------------|
| 1-3 | Различение лицевой и изнаночной стороны одежды. | 3 |
| 4-6 | Застегивание пуговиц. | 3 |
| 7-9 | Застегивание замка. | 3 |
| 10-12 | Последовательность одевания одежды. | 3 |
| 13-15 | Упражнение в одевании. | 3 |
| 16-18 | Обувь. Виды обуви по сезонам. | 3 |
| 19-20 | Различение обуви на правую и левую ноги. | 2 |
| 21-24 | Упражнение в шнуровке. | 4 |
| 25 | Уход за одеждой: стряхивание от пыли. | 1 |
| 26 | Уход за обувью: вытирание от грязи, пыли мокрой тряпочкой. | 1 |
| 27 | Упражнение в застегивании металлической пряжки, липучки на обуви. | 1 |
| 28 | Упражнение в мытье и вытирание рук. | 1 |
| 29 | Упражнение в полоскании рта водой. | 1 |
| 30 | Упражнение в последовательном одевании и раздевании, убирании одежды в гардероб. | 1 |
| 31 | Упражнение в уходе за одеждой и обувью. | 1 |
| 32-33 | Семья: взрослые и дети. | 2 |
| 34 | Сервировка стола к завтраку. Правила поведения за столом. Прием гостей. Сюжетно-ролевая игра. | 1 |