

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Калининградской области
Администрация МО "Светловский городской округ"
МБОУ СОШ № 1

РАССМОТРЕНО

Руководитель
ШМО начальных классов

Т.В.Вильде

протокол № 01 от «25»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель
методического совета

Л.В. Ракович

протокол № 01 от «26» августа
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБОУ СОШ № 1

Т.В. Дерганова

приказ № 421 от «30»
августа 2023 г.

Документ подписан электронной подписью
Владелец: Дерганова Татьяна Васильевна
Директор
Сертификат:
00F26935D97D7FB7F19D20A32BE316D55F
Срок действия с 26.05.2023 до 18.08.2024
Подписано: 07.09.2023 15:04 (UTC)

**АДАптированная рабочая программа
по учебному предмету «ЧЕЛОВЕК» для
УЧАЩИХСЯ С УО (вар.2),
1 КЛАСС**

г. Светлый
2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

На изучение предмета «Человек» в 1 классе отводится 3 часа в неделю/99 часов в год.

Уровень обучения: базовый

Форма обучения: очная

Планируемые результаты освоения курса

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (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.

Личностные результаты освоения АООП

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

«Чувства, желания, взгляды»

- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);

- проявляет собственные чувства;

«Социальные навыки»

- умеет поддерживать контакты;

- избегает конфликтных ситуаций;

- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;

- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно – личностный блок

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне);

Биологический уровень

- сообщает (показывает) о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)

- сообщает (показывает) об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, услышать похвалу);

Экологическая ответственность

- не мусорит на улице;

- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведения искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;

- принимает и оказывает посильную помощь.

Предметные результаты освоения АООП

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.

Ожидаемые результаты:

Предполагается то, что учащиеся будут знать:

Отличия мальчика и девочки по внешнему виду; части тела: (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище, руки, ноги; назначения частей тела; части лица человека (глаза, брови, нос, рот (губы, язык, зубы); назначения частей лица; строения человека (скелет, мышцы, кожа); правила гигиены тела, полости рта, ушей, зрения; название своего имени и фамилии, названия предметов одежды, обуви, головных уборов; о своей семье.

Предполагается то, что учащиеся будут уметь:

Различать виды одежды, обуви, головных уборов; различать сезонную одежду, обувь, головные уборы; совершать гигиену тела, полости рта, ушей, обслуживать себя в туалете; пользоваться столовыми приборами; различать блюда (первое, второе, третье); накрывать на стол; убирать со стола, самостоятельно одеваться, раздеваться.

Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата

Обучение отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову и т.д.

Рассматривание предметных и сюжетных картинок, фотографий с изображением членов семьи ребенка; пиктограмм и видеозаписей действий, правил поведения, составление пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Беседы по просмотренным видеоматериалам, презентациям, мультипликационным фильмам, иллюстрирующих внутрисемейные

взаимоотношения; рассматривание семейного альбома, работа в рабочих тетрадях с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; работа на компьютере по обучающим программам, способствующим формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении.

Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности учащихся (тематика проектов)

1. Моя семья
2. Строение человека
3. Моё хобби

Критерии оценивания уровня достижений учащихся

В 1 классе отметки за знания и умения учащихся не ставятся, а даётся словесная оценка достижений ребёнка в сфере жизненных компетенций. Основа результатов обучения ребёнка - динамика развития его личности.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода, что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

Содержание курса

Название раздела	Кол-во часов	Содержание раздела	Контроль
Представление о себе	16	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.	
Семья	15	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.	
Гигиена тела	25	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	

		<p>температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.</p> <p>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.</p> <p>Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.</p> <p>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).</p>	
Туалет	8	<p>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.</p>	
Одевание и раздевание	21	<p>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: 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).</p> <p>Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты:</p>	

		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.	
Прием пищи	14	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.	Итоговая контрольная работа
Итого	99		

Основные направления коррекционной работы

Наряду с образовательными задачами на уроках решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

1. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:
 - развитие зрительного восприятия и пространственного восприятия;
 - коррекция недостатков речевой и мыслительной деятельности;
2. Развитие основных мыслительных операций:
 - формирование умения работать по словесной инструкции, схеме, алгоритму.
3. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (релаксационные упражнения).
4. Развитие мелкой моторики.
5. Развитие наглядно-образного мышления
 - формирование у них коммуникативно-речевых умений
 - формирование положительных нравственных качеств и свойств личности.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	Представление о себе	16
1	Идентификация себя как мальчика.	1
2	Части тела, туловища, руки, ноги.	1
3	Назначение частей тела.	1
4	Части лица человека.	1
5	Назначение частей лица..	1
6	Строение человека (скелет, мышцы, кожа).	1
7	Строение человека (скелет, мышцы, кожа).	1
8	Внутренние органы человека (на схеме тела)	1
9	Внутренние органы человека (на схеме тела)	1
10	Назначение внутренних органов.	1
11	Вредные привычки.	1
12	Называние своего имени и фамилии, возраста.	1
13	Состояние своего здоровья. Называние своего имени и фамилии, возраста.	1
14	Виды деятельности для организации своего свободного времени.	1
15	Сообщение сведений о себе.	1
16	Рассказ о себе	1
	Семья	15
17	Различение членов семьи.	1
18	Различение членов семьи.	1
19	Различение детей и взрослых.	1
20	Различение детей и взрослых	1
21	Определение своей социальной роли в семье.	1
22	Определение своей социальной роли в семье.	1
23	Различение социальных ролей членов семьи.	1
24	Различение социальных ролей членов семьи.	1
25	Различение социальных ролей членов семьи.	1
26	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1
27	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1
28	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1
29	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1
30	Рассказ о своей семье	1
31	Рассказ о своей семье	1
	Гигиена тела	25
32	Различение вентилей с горячей и холодной водой.	1
33	Регулирование напора струи воды.	1
34	Смешивание воды до комфортной температуры.	1
35	Вытирание рук полотенцем.	1
36	Сушка рук с помощью автоматической сушилки	1
37	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук.	1
38	Нанесение крема на руки.	1
39	Подстригание ногтей ножницами.	1
40	Подпиливание ногтей пилочкой	1
41	Нанесение покрытия на ногтевую поверхность.	1
42	Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица.	1
43	Чистка зубов. Полоскание полости рта.	1
44	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1
45	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1
46	Очищение носового хода.	1
47	Нанесение косметического средства на лицо.	1
48	Расчесывание волос.	1
49	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.	1
50	Мытье ушей. Чистка ушей.	1
51	Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног.	1
52	Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног.	1
53	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела.	1
54	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела.	1

55	Гигиена тела.	1
56	Пользование косметическими средствами	1
	Туалет	8
57	Сообщение о желании сходить в туалет.	1
58	Пользование туалетной бумагой	1
59	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
60	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
61	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
62	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
63	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
64	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
	Одевание и раздевание	21
65	Различение предметов одежды.	1
66	Назначения предметов одежды.	1
67	Различение деталей предметов одежды.	1
68	Назначения деталей предметов одежды.	1
69	Различение предметов обуви. Знание назначения видов обуви.	1
70	Различение сезонной обуви.	1
71	Различение головных уборов. Знание назначения головных уборов.	1
72	Различение сезонных головных уборов.	1
73	Различение по сезонам предметов одежды.	1
74	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1
75	Различение видов одежды.	1
76	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	1
77	Различение сезонной одежды.	1
78	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1
79	Снятие предмета одежды.	1
80	Снятие обуви. Соблюдение последовательности действий при раздевании.	1
81	Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды. Обувание обуви.	1
82	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.	1
83	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.	1
84	Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).	1
85	Выворачивание одежды. Контроль своего внешнего вида.	1
	Приём пищи	14
86	Сообщение о желании пить. Питье через соломинку.	1
87	Питье из кружки (стакана). Наливание жидкости в кружку.	1
88	Сообщение о желании есть. Еда руками.	1
89	Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку.	1
90	Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку.	1
91	Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку.	1
92	Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку.	1
93	Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку.	1
94	Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку.	1
95	Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа.	1
96	Итоговая контрольная работа	1
97	Использование ножа и вилки во время приема пищи.	1
98	Использование салфетки во время приема пищи.	1
99	Накладывание пищи в тарелку.	1

Демонстрация итоговой контрольной работы

1. Гигиена

Представлены сюжетные картинки: девочка моет посуду, мальчик моет руки, мальчик

чистит зубы. Предлагается поочередно указать на картинки по устному указанию учителя: Покажи, где Аня моет посуду, где Петя чистит зубы, где Петя моет руки.

2. Сезонная одежда

Представлены картинки с элементами одежды. Предлагается ученику выбрать, какую одежду он выберет для зимы, какую для лета.

3. Узнавание членов семьи.

Ученику предлагается на картинке показать, где мама, папа, сын, дочь, бабушка и дедушка.

1. Гигиена



2. Сезонная одежда



3. Узнавание членов семьи.



Диагностическая карта сформированности предметных результатов

Ф.И. обучающегося _____

№	Предметные результаты	Баллы (1-5)
1	Гигиена	
2	Сезонная одежда	
3	Члены семьи	

Оценивание осуществляется с применением бальной системы оценивания:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Бальная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого обучающегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у обучающихся, и на этой основе осуществлять корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.