

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Калининская школа имени М.К.Чупилко»
Красногвардейского района Республики Крым**

(МБОУ «Калининская школа имени М.К.Чупилко»)

РАССМОТРЕНО

Руководителем ШМО начальных
классов

Н.Н.Кулик
Протокол № 4 от «28» 08. 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Н.Н.Кулик
от «28.» 08. 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Н.В.Кузьмич
Приказ № 343-од
от «29» 08. 2025 г.

**АДАптированная рабочая программа
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)
(Вариант 2)**

учебного предмета «**ЧЕЛОВЕК**»
для обучающихся 4-Б класса (П.М.)

Составитель: Гончаренко О.А.,
учитель

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Человек» для учащихся 4 класса (вариант 2) составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Целью обучения предмету - формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи:

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

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет в 4 - м классе осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии), которые усвоили программный материал 3 класса и овладели следующими базовыми умениями по учебному предмету «Человек»:

- имеют элементарные представления о своем теле, об основных функциях своего организма, могут высказать доступным способом свои предпочтения и желания,
- знают и откликаются на свое имя, выделяют себя среди других людей,
- имеют представление о своей гендерной принадлежности,
- имеют представления и конкретные умения по уходу за телом, знают правила самообслуживания и овладели доступными способами удовлетворения первоочередных потребностей.

Личностные и предметные планируемые результаты освоения программы обучающимися рассматриваются в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям обучающихся.

Личностные:

1. основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
4. формирование уважительного отношения к окружающим;
5. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
6. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
9. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
10. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
11. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные:

1. соблюдать последовательность действий при посещении туалета;
2. печатать, писать свое имя, фамилию, дату рождения;
3. называть, обозначать напечатанным словом части тела человека;
4. соблюдать осанку;
5. называть, печатать, писать домашний адрес;
6. рассказывать о детских увлечениях;
7. различать эмоции в зависимости от ситуации;
8. различать качества человека: дружелюбный, упрямый, послушный, агрессивный, аккуратный, неряха;
9. различать предметы личной гигиены и места их хранения;
10. следить за чистотой тела и лица;
11. регулировать напор воды, смешивать воду, чисто мыть руки;
12. ухаживать за полостью рта;
13. ухаживать за волосами;
14. расчесывать и заплетать волосы;
15. знать правила сохранения слуха;
16. знать правила профилактики простудных заболеваний;
17. различать и называть членов семьи;
18. различать и называть хозяйственную деятельность членов семьи;
19. различать и называть хозяйственную деятельность детей;
20. различать приемы пищи в различные часы;
21. соблюдать правила поведения за столом;
22. различать и называть полезные и вредные продукты питания;
23. различать и называть полезные и вредные напитки;
24. сервировать стол к обеду;
25. убирать стол после еды;
26. различать и называть нательное белье;
27. различать и называть сезонную одежду;
28. различать и называть одежду для улицы и дома;
29. ухаживать за одеждой;
30. различать и называть обувь;
31. шнуровать обувь;
32. различать и называть сезонную обувь;
33. различать и называть головные уборы по их назначению;
34. классифицировать одежду, обувь, головные уборы.

Базовые учебные действия.

Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями;
- осознание себя как одноклассника, друга;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- готовность к безопасному и бережному поведению в обществе.

Коммуникативные результаты:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности.

Регулятивные результаты:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями;
- следовать предложенному плану, работать в общем темпе.

Познавательные результаты:

- сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами- заместителями;
- наблюдать;
- работать с информацией (понимать изображение, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

III. МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА ДИНАМИКИ ОБУЧЕНИЯ

В соответствии с требованиями ФГОС результативность обучения каждого обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Мониторинг предметных результатов обучения по предмету «Человек» проводится в 3 этапа:

- 1 этап – сентябрь (стартовая аттестация)
- 2 этап – январь (промежуточная аттестация)
- 3 этап – май (итоговая аттестация)

Цель мониторинга - оценка уровня сформированности представлений, действий/операций и определение достижения планируемых результатов по предмету «Человек».

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) разработаны контрольно-измерительные материалы (КИМ).

Результат оценивается по следующим критериям:

- 5 баллов - выполняет действие самостоятельно,
- 4 балла - выполняет действие по инструкции (вербальной или невербальной),
- 3 балла - выполняет действие по образцу,
- 2 балла - выполняет действие с частичной физической помощью,
- 1 балл - выполняет действие со значительной физической помощью,
- 0 баллов - действие не выполняет.

Полученные данные заносятся в карту развития.

Мониторинг сформированности базовых учебных действий проводится в 3 этапа:

- 1 этап – сентябрь (стартовая диагностика)
- 2 этап – январь (промежуточная диагностика)
- 3 этап – май (итоговая диагностика)

Оценка базовых учебных действий оцениваются по следующим критериям:

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 требует оказания помощи;

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

3 балла - способен самостоятельно выполнить действие в определённых 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. Полученные данные заносятся в таблицу фиксации результатов сформированности БУД

IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основное содержание учебного предмета «Человек» включает 6 направлений:

1. Представления о себе

Всё обо мне. Как «устроен» человек. Осанка, походка человека. Мой адрес. Мы разные. Мои любимые занятия. Что испытывает человек? Я такой человек! Обобщающий урок по разделам «Туалет», «Представления о себе».

2. Семья.

Моя семья. Обязанности членов семьи. Я – помощник.

3. Гигиена тела

Предметы личной гигиены, их хранение и использование. Внешний вид. Гигиена тела и лица. Внешний вид. Чистота рук. Зубы и уход за ними. Волосы человека. Правила ухода за волосами. Внешний вид. Прическа. Уши. Правила сохранения слуха. Нос. Профилактика простудных заболеваний. Обобщающий урок по разделу «Гигиена тела».

4. Туалет

Утренний туалет, вечерний туалет.

5. Обращение с одеждой и обувью

Одежда. Нательное белье. Одежда по сезонам. Одежда для улицы и дома. Уход за одеждой.

Обувь. Головные уборы. Одежда, обувь, головные уборы. Обобщающий урок по разделу «Обращение с одеждой и обувью».

6. Прием пищи

Основные приемы пищи. Этикет за столом. Полезные и вредные продукты. Полезные и вредные напитки. Сервировка стола к обеду. Уборка стола. Обобщающий урок по разделам «Семья», «Прием пищи».

V. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Представления о себе	7	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
2	Семья	2	https://infourok.ru/plan-konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-na-temu-semya-dlya-4-klassov-4377293.html
3	Гигиена тела	9	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
4	Туалет	1	https://infourok.ru/konspekt-po-predmetu-okruzhayushij-socialnyj-mir-tema-tualet-4258121.html
5	Обращение с одеждой и обувью	8	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
6	Прием пищи	7	https://infourok.ru/urok-po-socialnositovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
	Всего:	34	

VI. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Разделы, темы занятий	Контрольное тестирование	Дата	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Туалет				
1.	Утренний туалет, вечерний туалет.		05.09	https://infourok.ru/konspekt-po-predmetu-okruzhayushij-socialnyj-mir-tema-tualet-4258121.html
Представления о себе				
2.	Всё обо мне. Диагностический тест	1	12.09	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
3.	Как «устроен» человек.		19.09	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
4.	Осанка, походка человека.		26.09	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
5.	Мой адрес.		03.10	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
6.	Мы разные. Мои любимые занятия.		10.10	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
7.	Что испытывает человек? Я такой человек!		17.10	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
8.	Обобщающий урок по разделам «Туалет», «Представления о себе».		24.10	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-chelovek-predstavleniya-o-sebe-7183583.html
Гигиена тела				
9.	Предметы личной гигиены, их хранение и использование.		07.11	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
10.	Внешний вид. Гигиена тела и лица.		14.11	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
11.	Внешний вид. Чистота рук.		21.11	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
12.	Зубы и уход за ними.		28.11	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
13.	Волосы человека. Правила ухода за волосами.		05.12	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
14.	Внешний вид. Прическа.		12.12	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html

15.	Уши. Правила сохранения слуха.		19.12	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
16.	Нос. Профилактика простудных заболеваний.		26.12	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
17.	Обобщающий урок по разделу «Гигиена тела».		16.01	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-kursu-chelovek-lichnaya-gigiena-shkolnika-4-klass-5554450.html
Семья				
18.	Моя семья. Обязанности членов семьи. Проверочный тест	1	23.01	https://infourok.ru/plan-konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-na-temu-semya-dlya-4-klassov-4377293.html
19.	Я – помощник.		30.01	https://infourok.ru/plan-konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-na-temu-semya-dlya-4-klassov-4377293.html
Прием пищи				
20.	Основные приемы пищи.		06.02	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
21.	Этикет за столом.		13.02	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
22.	Полезные и вредные продукты.		20.02	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
23.	Полезные и вредные напитки.		27.02	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
24.	Сервировка стола к обеду.		06.03	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
25.	Уборка стола.		13.03	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
26.	Обобщающий урок по разделам «Семья», «Прием пищи».		*.03	https://infourok.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovke-pravila-priema-pischi-klass-2627831.html
Обращение с одеждой и обувью				
27.	Одежда. Нательное белье.		27.03	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
28.	Одежда по сезонам.		10.04	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
29.	Одежда для улицы и дома.		17.04	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
30.	Уход за одеждой.		24.04	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass

31.	Обувь.		08.05	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
32.	Головные уборы.		15.05	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
33.	Одежда, обувь, головные уборы. Итоговый тест	1	22.05	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass
34.	Обобщающий урок по разделу «Обращение с одеждой и обувью».		26.05	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/01/26/urok-razvitiya-rechi-4-klass

