

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Атамановская средняя школа имени Героя Советского Союза А. М. Корольского»  
663043 с.Атаманово Сухобузимского района Красноярского края, ул.Октябрьская, 33  
тел./факс: 8 (39199) 36-3-31 e-mail: atamanovo-ssh@mail.ru

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>РАССМОТРЕНО</p> <p>Руководителем ШМО<br/>начальных классов<br/>Клычковой Н.В. </p> | <p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>Педагогическим советом<br/>Протокол № 11<br/>от «30» августа 2024 г.</p> | <p>УТВЕРЖДЕНО</p> <p>Директором Сергеевой Е. А.<br/>Приказ № 4-О<br/>от «02» сентября 2024 г.</p>  |
|--|--|---|

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ПРЕДМЕТУ  
«ЧЕЛОВЕК»  
3 КЛАСС**

Разработчик:  
Романова Татьяна Ивановна

2024 – 2025 учебный год

## ПОЯНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Человек» составлена в соответствии с нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- АООП (II вариант) образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР.

- Планируемыми результатами освоения обучающимися с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) адаптированной основной общеобразовательной программы;

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 629 от 05. 07. 2017 г. «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253»

- Программой образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью /под редакцией Л.Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой – С.-Пб. 2021 г.

- Учебным планом для детей с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР МКОУ «Атамановская средняя школа имени Героя Советского Союза А.М. Корольского» на 2024-2025 учебный год;

**Цель уроков по предмету «Человек» в 3 классе II вариант** – является формирование представления о себе самом и ближайшем окружении. Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Прием пищи», «Туалет», «Одевание и раздевание».

Основными **задачами** программы являются: формирование представлений об объектах и явлениях неживой природы, формирование временных представлений, формирование представлений о растительном и животном мире. Программа представлена следующими разделами: « Растительный мир», «Животный мир», « Временные представления», «Объекты неживой природы».

Используемые типы уроков: урок-открытие нового знания, урок-исследование, урок комплексного применения общеучебных умений, актуализация общеучебных умений, урок систематизации и обобщения, комбинированный урок.

## **Общая характеристика учебного предмета с учётом особенностей его освоения учащимися**

Раздел «Представления о себе» включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет».

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Рабочая программа по предмету «**Человек**» в соответствии с АООП 2 вариант и Учебным планом МКОУ «Атамановская средняя школа имени Героя Советского Союза А.М. Корольского» рассчитана на 34 учебных недели (68 часов по 2 часа в неделю).

Распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов по рабочей программе осуществляется следующим образом:

| Тема                 | Количество часов |
|----------------------|------------------|
| Представления о себе | 13               |
| Семья                | 8                |
| Гигиена тела         | 11               |

|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| Туалет                | 3         |
| Одевание и раздевание | 23        |
| Прием пищи            | 10        |
| <b>Итого</b>          | <b>68</b> |

### **Планирование коррекционной работы**

#### **по предмету «Человек» в 3 классе II вариант:**

##### **1. Развитие зрительного восприятия и зрительной памяти:**

- развитие зрительного и слухового восприятия;

##### **2. Развитие слухового восприятия:**

- развитие слухового восприятия на задания со слов учителя ;

##### **3. Развитие импрессивной речи:**

- формирование умений слушать речь учителя;

##### **4. Формирование экспрессивной речи:**

- формирование навыков альтернативной коммуникации;

##### **5. Коррекция мышления.**

- обучать приемам умственной работы (сравнение признаков, группировка материала, анализу изученного);

##### **6. Коррекция познавательной деятельности:**

- вовлечение в работу всего класса с учетом дифференцированного подхода к учащимся;

- использование ИКТ;

##### **7. Коррекция нарушений и развитие эмоционально-личностной сферы:**

- релаксационные упражнения для мимики мышц и снятия эмоционального напряжения;

#### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

**Личностные результаты** освоения программы по человеку в 3 классе II вариант включают индивидуально-личностные качества и социальные

(жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки:

***Возможные личностные результаты:***

- Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»
- Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности
- Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей
- Формирование уважительного отношения к окружающим
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире
- Освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына/дочери, пассажира, покупателя и т.д.) развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

**Предметные результаты** освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой образовательной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

***Возможные предметные результаты:***

- Повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

- Выражение потребности посетить туалет.
- Прием пищи с поддержкой.
- Чистка зубов с поддержкой.
- Уважительное отношение к окружающим: взрослым, детям;

### **Содержание учебного предмета**

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

Образовательные задачи раздела «Представления о себе» направлены на формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений: умываться, причесываться и т.д.

Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

Раздел «Прием пищи» предполагает обучение навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов.

Раздел «Туалет» включает задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете.

*Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело.* Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.

*Знакомство с собственным телом, его частями.* Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина. Голова. Лицо. Части лица. Обнаружение частей своего тела. Игра с собственным телом.

*Одевание-раздевание.* Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.

*Прием пищи.* Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Знакомство с посудой и приборами. Связь пища-тарелка-ложка. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Поведение за столом.

*Умывание.* Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.

*Чистка зубов.* Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно.

*Умение пользоваться туалетом.* Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно.

***Базовый уровень:***

*Восприятие своего тела и своих действий во времени:* формирование осознания реакции на стимул, последовательности двух и более событий (стало холодно – наденем кофту, сначала моем руки, а потом едим и т.д.)

*Знание своего имени* и умение давать отклик на имя доступным способом.

*Формирование зрительного образа «Я»:* умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя.

*Формирование знания о собственной гендерной принадлежности* (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой).

***Формирование знаний частей тела и их показ на себе,*** на другом, на игрушке.

*Гигиена тела.* Обучение использованию гигиенических принадлежностей – расчески, салфетки, мыла, полотенца.

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № урока                     | Тема урока   | Кол-во часов | Дата | Виды деятельности  | Оборудование                                 | Словарь                           |
|-----------------------------|--|--------------|------|--|--|-----------------------------------|
| <b>Представление о себе</b> |  |              |      |  |  |                                   |
| 1                           | Представления о собственном теле   | 1            |      | Выполнять инструкции учителя   |  |                                   |
| 2                           | Знакомство с собственным телом.  | 1            |      | Восприятие тела как целого.  |  | Голова, шея, туловище, руки, ноги |
| 3                           | Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова.                             | 1            |      | Узнавание частей тела.   | Таблица «Части тела»                         |                                   |
| 4                           | Знакомство с собственным телом, его частями: руки, ноги, голова, туловище. | 1            |      | Узнавание части тела, как части собственного тела.   |  |                                   |
| 5                           | Формирование схемы тела.   | 1            |      | Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.  | Гимнастика, с названием частей тела.         | плечи, грудь, живот, спина        |
| 6                           | Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).                                 | 1            |      | Голова. Лицо. Части лица.  |  | Лицо, нос, рот, глаза             |
| 7                           | Формирование схемы лица. (волосы, уши, зубы).                              | 1            |      | Называть части лица  |  | Лицо, волосы, уши, зубы           |
| 8                           | Руки (плечи, пальцы, ногти).   | 1            |      | Узнавать правую и левую руку   |  | Название пальцев                  |
| 9                           | Закрепление названий пальцев рук.  | 1            |      | Названия пальцев рук   |  |                                   |
| 10                          | Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти).                                       | 1            |      | Узнавать правую и левую ногу   |  | колени, пятки                     |
| 11                          | Туловище (спина, живот).   | 1            |      |  |  |                                   |
| 12                          | Мальчики, девочки.   | 1            |      | Рассматривание изображений мальчиков и девочек. Одежда на них. Сравнение, отличие. Придумывание имён мальчикам и девочкам. | Картинки с изображением мальчиков и девочек. |                                   |
| 13                          | Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик,       | 1            |      | Ответы на вопрос Кто ты?<br>Формирование возрастных  | Картинки с изображением                      |                                   |

|                     |   |   |  |   |   |                                   |
|---------------------|---|---|--|---|---|-----------------------------------|
|                     | девочка)  |   |  | представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой).                            | мальчиков и девочек.                                    |                                   |
| <b>Гигиена тела</b> |   |   |  |   |   |                                   |
| 14                  | Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.  | 1 |  | Название, для чего нужны. Понятие жидкое мыло.                                |   | Мыло, полотенце, туалетная бумага |
| 15                  | Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой. | 1 |  | Практикум   |   |                                   |
| 16                  | Формирование умения регулировать напор струи воды.                | 1 |  |   |   |                                   |
| 17                  | Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.             | 1 |  | Название предметов санитарии  | Мыло, полотенце, жидкое мыло                            | Жидкое мыло                       |
| 18                  | Формирование умения подстригать ногти ножницами.                  | 1 |  | Умение подстригать ногти ножницами  | Ножницы   |                                   |
| 19                  | Формирование умения мыть лицо.                                    | 1 |  | Умение мыть лицо  |   |                                   |
| 20                  | Формирование умения вытирать лицо.                                | 1 |  |   | Полотенце   |                                   |
| 21                  | Знакомство со своими зубами и полостью рта.                       | 1 |  | Узнавание и название частей рта: зубы, губы, язычок                           |   |                                   |
| 22                  | Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка.         | 1 |  | Название предметов санитарии. Открывание и закрывание тюбика с зубной пастой. | Зубная паста, зубная щётка, средство для полоскания рта | Зубная паста, зубная щётка        |
| 23                  | Чистка зубов щёткой.  | 1 |  | Практическое занятие чистка зубов.  |   |                                   |
| 24                  | Чистка зубов, полоскание.   | 1 |  | Когда нужно чистить зубы и полоскать рот.                                     |   |                                   |
| <b>Семья</b>        |   |   |  |   |   |                                   |
| 25                  | Мой возраст.  | 1 |  | Как празднуют день рождения   |   | Украшение, торт, свеча            |

|                                     |   |   |  |   |                    |   |
|-------------------------------------|---|---|--|---|--------------------|---|
| 26                                  | День рождения.  | 1 |  |   |                    |   |
| 27                                  | Мама. Рассматривание фотографии, название имени.                          | 1 |  | Рассматривание фотографии. Ответ на вопрос: чья?                    | фотографии         | Мама  |
| 28                                  | Представление о деятельности мамы дома.                                   | 1 |  | Что мама делает дома? Помогаете ли вы своим мамам? Что делаете?     | Сюжетные картинки. |   |
| 29                                  | Моя семья. Папа.  | 1 |  | Рассматривание фотографии. Ответ на вопрос: чей?                    |                    |   |
| 30                                  | Представление о бытовой деятельности папы.                                | 1 |  | Что папа делает дома? Помогаете ли вы своим папам? Что делаете?     |                    |   |
| 31                                  | Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей. | 1 |  | Название имён, чем занимаются родители, где работают? Кем работают? |                    | родители  |
| 32                                  | «Чем я люблю заниматься».   | 1 |  | Название своего имени. Какие бывают игры?                           |                    |   |
| <b>Обращение с одеждой и обувью</b> |   |   |  |   |                    |   |
| 33                                  | Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок.  | 1 |  | Умение различать виды застежек                                      |                    | липучка, молния, пуговица, кнопки, ремень, шнурок |
| 34                                  | Формирование навыка расстегивания липучки.                                | 1 |  | Умение расстегивать липучку   | Липучка            |   |
| 35                                  | Формирование навыка застегивания липучки.                                 | 1 |  | Умение застегивать липучку  |                    |   |
| 36                                  | Формирование навыка расстегивания молнии.                                 | 1 |  | Умение расстегивать молнию  | Молния             |   |
| 37                                  | Формирование навыка застегивания молнии.                                  | 1 |  | Умение застегивать молнию   |                    |   |

|       |  |   |  |   |                 |   |
|-------|--|---|--|---|-----------------|---|
| 38    | Формирование навыка застегивания пуговицы.                   | 1 |  | Умение застегивать пуговицу                             | Пуговица        |   |
| 39    | Формирование навыка расстегивания пуговицы.                  | 1 |  | Умение расстегивать пуговицу                            |                 |   |
| 40    | Формирование навыка расстегивания кнопки.                    | 1 |  | Умение расстегивать кнопку                              | Кнопка          |   |
| 41    | Формирование навыка застегивания кнопки.                     | 1 |  | Умение застегивать кнопку                               |                 |   |
| 42    | Формирование навыка расстегивания ремня.                     | 1 |  | Умение расстегивать ремень                              | Ремень          |   |
| 43    | Формирование навыка застегивания ремня.                      | 1 |  | Умение застегивать ремень                               |                 |   |
| 44    | Формирование навыка развязывания шнурка.                     | 1 |  | Умение развязывать шнурок                               | Шнурок          |   |
| 45-47 | Формирование навыка завязывания шнурка.                      | 3 |  | Умение завязывать шнурок                                |                 |   |
| 48    | Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды. | 1 |  | Практическое занятие.                                   |                 |   |
| 49    | Различение предметов одежды                                  | 1 |  | Узнавание верхней, нижней, одежда для дома, праздника.  | Предметы одежды |   |
| 50-51 | Различение предметов обуви                                   | 2 |  | Формирование различения правого и левого предмета обуви |                 |   |
| 52    |  | 1 |  | Назначение головных уборов                              |                 | Шапка, шляпка, берет, кепка, панама, платок |

|                   |  |   |  |  |                   |                       |
|-------------------|--|---|--|--|-------------------|-----------------------|
|                   | Различение головных уборов   |   |  |  |                   |                       |
| 53-54             | Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды     | 2 |  | Уметь последовательно одеваться  | Предметы одежды   |                       |
| 55                | Выворачивание одежды   | 1 |  |  |                   |                       |
| <b>Прием пищи</b> |  |   |  |  |                   |                       |
| 56                | Полезные и вредные продукты.   | 1 |  | Просмотр презентации. Называние продуктов, полезные и вредные продукты, сравнение, польза, что нельзя есть детям, почему.      |                   |                       |
| 57                | Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название.               | 1 |  | Виды напитков, название, сравнение, повторение понятий горячий - холодный. Из чего изготавливаются.                            |                   | чай, компот, молоко   |
| 58                | Напитки. Называние видов напитков (кефир, сок, лимонад).                 | 1 |  |  |                   | Кефир, сок, лимонад   |
| 59                | Называние продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко) | 1 |  |  | Продукты          | Хлеб, печенье, яблоко |
| 60                | Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).              | 1 |  |  |                   |                       |
| 61                | Вилка.   |   |  | Захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку |                   |                       |
| 62                | Еда с помощью вилки.   | 1 |  |  | Вилка             |                       |
| 63                | Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками                      | 1 |  | Правильное держание ложки/вилки.   |                   |                       |
| 64                | Правила приема овощей и фруктов  | 1 |  | Обучение умению очищать фрукты (бананы, мандарины)   | бананы, мандарины |                       |
| 65                | Формирование умения убирать со стола                                     | 1 |  | Уборка тарелки и чашки за собой,   |                   |                       |

|               |                                       |           |  |   |   |  |
|---------------|---------------------------------------|-----------|--|---|---|--|
|               | после приёма пищи.                    |           |  | вытирание стола тряпкой                               |   |  |
| <b>Туалет</b> |                                       |           |  |   |   |  |
| 66            | Последовательность действий в туалете | 1         |  | Соблюдение последовательности действий в туалете      |   |  |
| 67            | Пользование туалетной бумагой.        | 1         |  | Правила пользования туалетной бумагой.                |   |  |
| 68            | Правила пользования туалетом.         | 1         |  | Умение пользования туалетом. Мытьё рук после туалета. | Картинки туалет для мальчиков/девочек (символы) |  |
|               | <b>Всего</b>                          | <b>68</b> |  |   |   |  |

### **Учебно-методическое обеспечение учебного курса:**

#### Основной учебник:

Н. Б. Матвеева, М. С. Котина, Т. О. Куртова «Живой мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва «Просвещение» 2022г

#### Дидактические пособия для учащихся:

Презентации, раздаточный материал, демонстрационный материал

#### Дидактические и методические пособия для учителя:

С. В. Кудрина «Окружающий мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва ВЛАДОС, 2022г.

Н. Б. Матвеева, М. С. Котина, Т. О. Куртова «Живой мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва «Просвещение» 2022г.