

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1 г. Советский»*

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

_____ Т.В. Дидич

«___» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом от «___» _____ 20__ г.

№ _____

**Адаптированная рабочая программа учебного предмета
«Жизнедеятельность человека»
1 дополнительный класс**

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения

Протокол № _____ от «___» _____ 20__ г.

г. Советский
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 года №1599), программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (0-4 классы)/под ред. И.М. Бгажноковой– М.: Просвещение, 2013, примерными программами по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам. – М.: Просвещение, 2017.

Цель программы:

- приобщение к социальному миру.

Задачи:

- формирование представлений о себе, о своей семье;

- умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание обучения в рамках предмета «Жизнедеятельность человека» включает формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

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

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. 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».

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Рабочая программа рассчитана на 0,5 часа в неделю, 16,5 часов в год.

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Минимальный уровень
1) осознание себя, своего "Я"; осознание своей принадлежности к определенному полу; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
2) развитие адекватных представлений о окружающем социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться школьные дела;
3) умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.
4) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.

Представления о собственном теле. Обогащение сенсорного опыта. Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. 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, свои интересы, хобби и др. Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

2. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям в сотрудничестве с семьей.

Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения, локализовывать их с опорой на наглядность и сообщать о них взрослым. Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой) в сотрудничестве с семьей.

3. 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. При составлении индивидуальных планов для работы с детьми выбор конкретного раздела программы зависит от возраста ребенка, особенностей его развития и поставленных коррекционных задач.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

п/п	Изучаемый раздел	кол-во часов	Содержание раздела	Коррекционно-развивающая направленность
1.	«Представления о себе»		Идентификация себя со своим именем.	- формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях. - соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.

				<p>- отнесение себя к определенному полу. Умение определять «мое» и «не мое», осознавать и выражать свои интересы, желания. Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др. .</p> <p>- представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.</p>
2.	«Представления о частях тела»		<p>Представление о частях тела.</p> <p>Представление о лице человека.</p>	<p>- формирование представлений о собственном теле.</p> <p>- обогащение сенсорного опыта.</p>

3.	«Гигиена тела»		Представление о соблюдении режима дня и правил личной гигиены.	<p>- формирование гигиенических навыков и умений: умываться, причесываться и т.д.</p> <p>-формирование умений поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям в сотрудничестве с семьей. Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения, локализовывать их с опорой на наглядность и сообщать о них взрослым.</p> <p>- формирование умений соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой) в сотрудничестве с семьей.</p>
	ВСЕГО	17		

МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Презентации, раздаточный материал, демонстрационный материал, картинки на заданную тематику.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата по план у	Кол-во часов	Тема урока	Форма контроля/задания	Основное содержание урока
1	12.01	1	Представления о собственном теле	Работа с картинкой	формирование представлений о собственном теле
2	19.01	1	Знакомство с собственным телом.	Работа с презентацией	формирование представлений о собственном теле
3	26.01	1	Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова.	Работа с картинкой	формирование представлений о собственном теле
4	02.02	1	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).	работа карандашом	Рисование лица
5	09.02	1	Формирование схемы лица (волосы, уши, зубы).		Показ жестом на своем лице
6	16.02	1	Руки (плечи, пальцы, ногти).		Рисование своей ладони (обводка)
7	02.03	1	Закрепление названий пальцев рук.	Выполнение упражнений.	Выполнение пальчиковая гимнастики
8	09.03	1	Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти).	Работа с картинками, показ жестом	
9	16.03	1	Туловище (спина, живот).	Работа с картинками, показ жестом	
10	23.03	1	Мальчики, девочки.	Работа с картинками, рисование девочки и мальчика	
11	06.04	1	гендерная принадлежность	работа с картинками	Выбор одежды для мальчиков,
12	13.04	1	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.	Выполнение упражнений	Нахождение предметов гигиены среди предложенных, работа с картинками

