**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ВОЗМОЖНОСТЬ» ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ГОРОДА ДУБНЫ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю  Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Смирнова В.А.  Приказ № 53-14/01-09 от 30.08.2019 г. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММАУЧЕБНОГО КУРСА

«ЧЕЛОВЕК»,

изучаемого на базовом уровне

адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

2 «Б» класс

Учитель: Шишлянникова Светлана Семёновна

2019-2020 учебный год

**Человек**

По учебному плану школы на 2019-2020 год на изучение данного предмета «Человек» выделено 102 часа (3 часа в неделю).

**Содержание тем изучаемого курса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Содержание раздела** | **Количество часов** |
| **Представления о себе** | Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о  строении человека. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего имени и фамилии. Представление о  занятиях в свободное время. Рассказ о себе. | 18 ч |
| **Гигиена тела** | Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Вытирание рук полотенцем. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и  вытирании ног. | 21 ч |
| **Обращение с одеждой и обувью** | Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. Снятие предмета одежды (например, кофты, 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 при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Контроль своего внешнего вида. Выворачивание одежды. | 22 ч |
| **Туалет** | Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке, пользование туалетной бумагой, одевание одежды – трусов, колготок, брюк, мытье рук). | 4 ч |
| **Приём пищи** | 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 вилки во время приема пищи (наполнение вилки гарниром). Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку. | 16 ч |
| **Моя семья** | Узнавание членов семьи. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Моя семья. Обязанности в семье. Сюжетно-ролевая игра «Мы в продуктовом магазине». | 3 ч |
| **ЗОЖ** | Правила здорового образа жизни. Питание. Продуктовые магазины города. О пользе закаливания. Осанка человека. Профилактика болезней. О пользе витаминов. | 9 ч |
| **Безопасное поведение** | Как вести себя с домашними животными. Безопасное поведение на воде, в лесу, при встрече с незнакомыми людьми. Правильное поведение во время грозы, пожара. Проигрывание ситуаций. Дидактические игры. | 9 ч |

**Календарно-тематическое планирование к программе**

**по курсу «Человек»**

**2 «Б» класс, 102 часа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Тема урока** | **дата** | | **Примечание** |
| **По плану** | **По факту** |
|  | **Представления о себе**  Имя человека. | 3.09 |  |  |
|  | Пол человека. Девочка. Мальчик. | 3.09 |  |  |
|  | Здоровье человека. Части тела. | 5.09 |  |  |
|  | Моё здоровье. Режим дня. | 10.9 |  |  |
|  | Моё здоровье. Гигиена человека. | 10.09 |  |  |
|  | Закрепление изученного. Игра " Составь портрет человека". | 12.09 |  |  |
|  | Закрепление изученного материала. Коррекционно-развивающие игры. | 17.09 |  |  |
|  | Семья. Члены семьи. | 17.09 |  |  |
|  | Внешнее строение человека. Развивающие настольные игры. | 19.09 |  |  |
|  | Формирование схемы тела. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина. Голова. Лицо. Части лица. | 24.09 |  |  |
|  | Представление о себе. | 24.09 |  |  |
|  | Закрепление изученного материала. Развивающие игры. | 26.09 |  |  |
|  | Важность соблюдения режима дня и правил личной гигиены. | 1.10 |  |  |
|  | Прогулка и свежий воздух. Беседа о ЗОЖ. | 1.10 |  |  |
|  | Осанка человека. | 3.10 |  |  |
|  | Ориентировка в собственном теле. | 8.10 |  |  |
|  | Внешность человека, эмоции. Игры. | 8.10 |  |  |
|  | Закрепление изученного. | 10.10 |  |  |
|  | **Гигиена тела**  Гигиена тела: мытьё рук и ног. Вытирание рук и ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и  вытирании рук и ног. | 15.10 |  |  |
|  | Гигиена тела: уход за волосами. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. | 15.10 |  |  |
|  | Закаливание. | 17.10 |  |  |
|  | Уход за собственным телом. | 22.10 |  |  |
|  | Водные процедуры. | 22.10 |  |  |
|  | Обобщение. Проверяем свои достижения. | 24.10 |  |  |
|  | Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов. | 5.11 |  |  |
|  | Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при полоскании полости рта. | 5.11 |  |  |
|  | Правая - левая нога, правая - левая рука. Игры на ориентировку в пространстве: «Покажи правую ногу, левую руку», «Найди у куклы левую ногу, правую руку». | 7.11 |  |  |
|  | Подвижные игры на ориентировку в пространстве. | 12.11 |  |  |
|  | Дидактические игры на ориентировку в пространстве. | 12.11 |  |  |
|  | Части тела. Игры на запоминание частей тела. | 14.11 |  |  |
|  | Части тела. Закрепление. | 19.11 |  |  |
|  | Части лица. Игры: «Что у нас на лице», «Покажи левую бровь, правый глаз», «Что пропало?». | 19.11 |  |  |
|  | Носовой платок. Как им пользоваться. | 21.11 |  |  |
|  | Уход за телом. Вспомним Мойдодыра. | 26.11 |  |  |
|  | Мытьё и вытирание тела. | 26.11 |  |  |
|  | Последовательность действий при мытье и вытирании тела. | 28.11 |  |  |
|  | Последовательность действий при мытье и вытирании тела. Закрепление. | 3.12 |  |  |
|  | Утренний и вечерний туалет. | 3.12 |  |  |
|  | Чистота-залог здоровья. | 5.12 |  |  |
|  | **Туалет**  Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе. | 10.12 |  |  |
|  | Пользование туалетной бумагой. | 10.12 |  |  |
|  | Соблюдение последовательности действий в туалете. | 12.12 |  |  |
|  | Мытьё рук после посещения туалета. | 17.12 |  |  |
|  | **Обращение с одеждой и обувью**  Игра «Классификация одежды и обуви». | 17.12 |  |  |
|  | Наша одежда. | 19.12 |  |  |
|  | Сезонная одежда. | 24.12 |  |  |
|  | Наша обувь. | 24.12 |  |  |
|  | Сезонная обувь. | 26.12 |  |  |
|  | Лицевая и изнаночная, передняя и задняя стороны одежды. Одевание предмета одежды. | 14.01 |  |  |
|  | Лицевая и изнаночная, передняя и задняя стороны одежды. Одевание предмета одежды. Закрепление. | 14.01 |  |  |
|  | Снятие предмета одежды. Последовательность действий. | 16.01 |  |  |
|  | Снятие предмета обуви. Последовательность действий. | 21.01 |  |  |
|  | Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды. | 21.01 |  |  |
|  | Контроль своего внешнего вида. Выворачивание одежды. | 23.01 |  |  |
|  | Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. | 28.01 |  |  |
|  | Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. | 28.01 |  |  |
|  | Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. | 30.01 |  |  |
|  | Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. | 4.02 |  |  |
|  | Развязывание и завязывание шнурков. Дидактические игры. | 4.02 |  |  |
|  | Дидактические игры с пуговицами. | 6.02 |  |  |
|  | Обувание и разувание. | 11.02 |  |  |
|  | Чистка обуви, необходимые предметы (тряпка, щетка, крем, губка для обуви). | 11.02 |  |  |
|  | Дидактическая игра «Обувь». Раскрашивание. | 13.02 |  |  |
|  | Дидактическая игра «Одежда». Раскрашивание. | 18.02 |  |  |
|  | Дидактические настольные игры: «Одень детей по сезону», «Исправь ошибку», «Подбери по цвету». | 18.02 |  |  |
|  | **Приём пищи**  Потребности человека. | 20.02 |  |  |
|  | О пользе пищи. | 25.02 |  |  |
|  | Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки | 25.02 |  |  |
|  | Наливание жидкости в кружку. Переливание воды. Игры. | 27.02 |  |  |
|  | Сообщение о желании есть. | 3.03 |  |  |
|  | Еда руками. | 3.03 |  |  |
|  | Еда ложкой. | 5.03 |  |  |
|  | Еда вилкой. | 10.03 |  |  |
|  | Использование вилки во время приема пищи (наполнение вилки гарниром). | 10.03 |  |  |
|  | Салфетка. Использование салфетки во время приема пищи. | 12.03 |  |  |
|  | Накладывание пищи в тарелку. | 17.03 |  |  |
|  | Блюда. Горячие и холодные. | 17.03 |  |  |
|  | Напитки. | 19.03 |  |  |
|  | О полезной и вредной пище. | 2.04 |  |  |
|  | О полезной и вредной пище. | 7.04 |  |  |
|  | О полезной и вредной пище. | 7.04 |  |  |
|  | **Моя семья**  Узнавание членов семьи. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. | 9.04 |  |  |
|  | Моя семья. Обязанности в семье. | 14.04 |  |  |
|  | Сюжетно-ролевая игра «Мы в продуктовом  магазине». | 14.04 |  |  |
|  | **ЗОЖ**  Правила здорового образа жизни. | 16.04 |  |  |
|  | Питание. Продуктовые магазины города. | 21.04 |  |  |
|  | Дидактическая игра «Продукты». | 21.04 |  |  |
|  | Закаливание. | 23.04 |  |  |
|  | Правильная осанка человека. Рассматривание сюжетных картинок «Правильная осанка- залог хорошего здоровья». | 28.04 |  |  |
|  | Моделирование ситуаций «Правильная посадка за партой». Упражнения для выработки правильной осанки. | 28.04 |  |  |
|  | Правила здорового образа. Профилактика болезней. | 30.04 |  |  |
|  | Советы доктора Айболита. | 5.05 |  |  |
|  | Витамины. Польза витаминов. Рисование овощей и фруктов. | 5.05 |  |  |
|  | **Безопасное поведение**  Как вести себя с домашними животными. | 7.05 |  |  |
|  | Безопасное поведение на воде. | 12.05 |  |  |
|  | Безопасное поведение в лесу. | 12.05 |  |  |
|  | Как вести себя при встрече с незнакомцем. | 14.05 |  |  |
|  | Как вести себя во время грозы. | 19.05 |  |  |
|  | Как вести себя во время пожара. | 19.05 |  |  |
|  | Повторение изученного. | 21.05 |  |  |
|  | Повторение. | 26.05 |  |  |
|  | Дидактические развивающие игры. | 26.05 |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Название раздела** | **Планируемые результаты обучения по разделам** |
| **Представления о себе** | *Должны:*  -иметь представление о собственном теле;  -соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;  -относить себя к определённому полу;  - определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания; - сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы;  -уметь определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализировать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым. |
| **Гигиена тела** | *Уметь:*  - соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытьё рук после посещения туалета и перед едой);  -выполнять гигиенические процедуры;  - следить за своим внешним видом;  - различать и называть: части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени);  - различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;  - выполнять действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться. |
| **Обращение с одеждой и обувью** | *Уметь:*  - обслуживать себя: одеваться и раздеваться;  - содержать в чистоте и определённом порядке свои вещи;  -различать и называть предметы одежды и обуви: носки, рубашки, трусы, носовой платок, штаны, платье, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, сапоги и т.д.;  - складывать и вешать одежду. |
| **Туалет** | *Знать:*  *-* правила пользования туалетом;  -совершать под присмотром и с помощью взрослого утренний и вечерний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться;  - где следует хранить предметы туалета: мыло, мыльницу, зубную щётку, пасту, расческу, полотенце. |
| **Приём пищи** | *Уметь:*  -различать и называть предметы, нужные для приёма пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдце и т.д.);  -мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею. |
| **Моя семья** | *Знать* членов своей семьи, их социальные роли. |
| **ЗОЖ** | *Знать* правила здорового образа жизни. |
| **Безопасное поведение** | *Знания,* которые помогут избежать неприятностей. |

Согласовано на ГМО

Протокол № 1 от 27.08. 2019 г.

Рук. ГМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бариньяк Ц.А.

Согласовано

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Макарова С.А.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 г.