

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1»
города Кирсанова Тамбовской области

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей начальных
классов

Протокол №1 от 29.08.2023 года

СОГЛАСОВАНО

Методическим советом

Протокол №1 от 30.08.2023 года

УТВЕРЖДЕНО

приказом по школе

№296 от 31.08.2023 года

АДАптированная рабочая программа

«Жизнедеятельность человека»

(название учебного курса, предмета, дисциплины (модуля))

для 4 «З» класса

на 2023 – 2024 учебный год

Струлевой Ларисы Михайловны

(должность, Ф.И.О. педагога, квалификационная категория)

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Жизнедеятельность человека» для 4 класса разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4).

Рабочая программа адаптирована для обучения учащихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, через создание специальных условий обучения, которые включают в себя использование специальных образовательных программ, специальных учебников, учебных пособий, дидактических материалов и учитывает возможности, особенности психофизического развития детей с ОВЗ.

Задачи предмета: Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других; распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта. Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание/раздевание. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье

2. Общая характеристика учебного предмета

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представления о себе. Становление личности ребенка происходит при условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «Я» ребенок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими. Программа представлена следующими разделами «Представление о себе», «Семья».

Место учебного предмета «Жизнедеятельность человека» на первом этапе обучения в 4 классе в учебном плане: 2 часа в неделю, 34 учебные недели, итого 68 часов.

3. Планируемые результаты изучения учебного предмета.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Жизнедеятельность человека» (4 класс):

Возможные личностные результаты освоения ФАООП обучающимися с НОДА с умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, ТМНР) с учетом их индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей и могут включать:

1) осознание себя, как «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 и др;

3) понимание собственных возможностей и ограничений, умение пользоваться индивидуальными слуховыми аппаратами и (или) имплантом и другими личными техническими средствами в разных ситуациях; умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.

4) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;

5) способность к осмыслению социального окружения;

6) развитие самостоятельности,

7) овладение общепринятыми правилами поведения;

8) наличие интереса к практической деятельности.

Результаты освоения программы базовых учебных действий

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Предметные результаты освоения учебного предмета

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

- Представления о собственном теле.
- Распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта.
- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- 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 другие.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

2) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

- Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
- Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером)

Содержание учебного предмета «Жизнедеятельность человека» (4 класс)

Содержание курса состоит из следующих разделов:

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

- Представления о собственном теле.
- Распознавание своих ощущений и 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. Представления о мире, созданном руками человека:

- Интерес к объектам, изготовленным руками человека.

3. Представления о доме, школе, о расположенных в них и рядом объектах (мебель, оборудование, одежда, посуда, игровая площадка, и др.), о транспорте и т.д.:

- Умение соблюдать элементарные правила безопасности в повседневной жизнедеятельности.

4. Расширение представлений об окружающих людях: овладение первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей.

- Представления о профессиях людей, окружающих ребенка (учитель, повар, врач, водитель и т.д.).
- Представления о социальных ролях людей (пассажир, пешеход, покупатель и т.д.), правилах поведения согласно социальной роли.
- Определение круга своих социальных ролей, умение вести себя в конкретной ситуации соответственно роли.

5. Освоение навыков учебной деятельности и накопление опыта продуктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками:

- Умение соблюдать правила поведения на уроках и во внеурочной деятельности, взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, выбирая адекватную дистанцию и формы контакта соответствующих возрасту и полу ребенка.
- Стремление находить друзей, участвовать в коллективных играх, мероприятиях, занятиях, организовывать личное пространство и время (учебное и свободное).
- Умение находить друзей на основе личностных симпатий.
- Умение строить дружеские отношения, оказывать поддержку и взаимопомощь, сопереживать, сочувствовать.

- Умение взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой и доступной трудовой деятельности.

- Умение организовывать свободное время с учетом своих интересов.

6. Накопление положительного опыта сотрудничества, участия в общественной жизни:

- Интерес к праздничным мероприятиям, желание принимать участие в них, получение положительных впечатлений от взаимодействия в процессе совместной деятельности.

- Использование простейших эстетических ориентиров/эталонов в быту, дома и в школе.

- Умение соблюдать традиции государственных, семейных, школьных праздников.

7. Представления об обязанностях и правах ребенка.

- Представления о праве на жизнь, на образование, на труд, на неприкосновенность личности и достоинства и др.

- Представления об обязанностях обучающегося, сына/дочери, гражданина и др.

8. Формирование представления о России:

- Представление о государственной символике.

- Представление о значимых исторических событиях и выдающихся людях России.

9. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами:

- Формирование умений определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.

- Умение соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и др.), чередовать их с занятиями.

- Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.

- Представления о членах семьи, родственниках, отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи

**Тематическое планирование учебного предмета
«Жизнедеятельность человека» (4 класс)**

с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Раздел	Вид деятельности
Представления о себе	Просмотр видеороликов, мультфильмов, демонстрирующих идентичность девочки и мальчика, правилам ухода за частями тела. Рассмотрение муляжей, предметных картинок, иллюстраций. Узнавание, различение, показ, называние объектов и изображений. Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других.

	<p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений.</p> <p>Выполнение практических работ. Раскрашивание картинок.</p>
Гигиена тела	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилам ухода за телом.</p> <p>Прослушивание стихов (А.Барто, К.Чуковский) о соблюдении чистоты. Заучивание потешек, считалок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц.</p> <p>Составление предложений. Проведение практических работ.</p> <p>Раскрашивание картинок.</p>
Обращение с одеждой и обувью	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов, презентаций о соблюдении гигиены тела, о режиме дня, закаливании, правилах ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Прослушивание стихов, сказок о соблюдении чистоты.</p> <p>Заучивание потешек, считалок, физкультминуток.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Составление памяток.</p> <p>Проведение практических работ.</p>
Туалет	<p>Рассматривание картинок с изображением частей суток, жизнедеятельности людей в разный период времени.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок.</p> <p>Подбор слов-предметов, действий, признаков.</p> <p>Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений.</p> <p>Раскрашивание картинок. Проведение практических работ</p>
Приём пищи	<p>Просмотр видеороликов, мультфильмов о соблюдении гигиены тела, о режиме дня.</p> <p>Рассматривание муляжей, предметных картинок, иллюстраций.</p> <p>Узнавание, различение, показ, называние продуктов и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих натуральных объектов, муляжей, картинок из массы других.</p>

	<p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Проведение Раскрашивание картинок.</p>
Семья	<p>Просмотр мультфильмов о семье («Три кота», «Простоквашино»).</p> <p>Рассматривание предметных картинок, иллюстраций, фотографий. Узнавание, различение, показ, называние членов семьи и изображений.</p> <p>Выбор соответствующих картинок из массы других.</p> <p>Складывание разрезных картинок. Подбор слов-предметов, действий, признаков. Описание объектов с помощью карточек и жестов макатон, вопросов, схем-опор, мнемотаблиц. Составление предложений. Раскрашивание картинок.</p>

Описание

материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

- Коммуникативные символы;
- Картины, наглядные пособия;
- предметы различной" формы, величины, цвета;
- Графика: схемы, таблицы- пиктограммы с изображениями занятий моментов и др. событий;
- Невербальные средства общения (жест, мимика, голос);
- Электронные презентации;
- Дидактические игры по лексическим темам;
- Шнуровки, липучки;
- Посуда- вставки (стаканчики одинаковой величины);
- Виды одежды и обуви;
- Принадлежности для ухода за своим телом;
- оборудование, позволяющее выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам;
- Пазлы, лото, разрезные картинки;
- Альбомы с фотографиями детей - изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.;
- учебные столы;
- доска большая универсальная (с возможностью магнитного крепления);
- персональный компьютер;
- предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины);
- звучащие предметы для встряхивания;
- предметы для сжимания (мячи различной" фактуры, разного диаметра);
- различные по форме, величине, цвету наборы материала (в т.ч. природного);
- мозаики.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование темы урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
Раздел 1. «Представления о себе» (13 часов)				
1	Идентификация себя как мальчика (девочки)	1		
2	Называние своего имени и фамилии	1		
3	Называние своего возраста.	1		
4	Сообщение сведений о себе, знание видов деятельности для организации своего свободного времени.	1		
5	Рассказ о себе.	1		
6	Узнавание(различение) частей тела (голова (лоб, брови, глаза, щеки, подбородок, уши, шея, волосы), туловище (спина, живот), руки (плечи, локти, пальцы), ноги(колени, пятки, пальцы)).	1		
7	Знание назначений частей тела.	1		
8	Руки: локоть, пальцы, ладонь. Что умеют наши руки? Пальчиковая гимнастика.	1		
9	Ноги: колени, ступня, пятка, пальцы. Что умеют наши ноги?	1		
10	Мое лицо. Знание назначения частей лица	1		
11	Сообщение сведений о своем здоровье.	1		
12	Знание возрастных изменений человека.	1		
13	Обобщающий урок по теме «Представления о себе»	1		
Раздел 2. «Семья» (5 часов)				
14	Узнавание (различение) членов семьи.	1		
15	Родственники: бабушки, дедушки, тети, дяди.	1		
16	Представления о бытовой деятельности членов семьи.	1		
17	Представления о досуговой деятельности членов семьи. Занятия детей дома.	1		
18	Рассказ о своей семье.	1		
Раздел 3. «Гигиена тела» (19 часов)				
19	Мытье рук. Последовательность действий при мытье рук. Вытирание рук полотенцем	1		
20	Самостоятельное открывание и закрывание кранов. Регулирование температуры воды.	1		
21	Мытье рук. Самостоятельное открывание и закрывание кранов. Регулирование температуры воды.	1		
22	Мытье рук. Сушка рук с помощью автоматической сушилки и полотенцем.	1		
23	Нанесение крема на руки.	1		
24	Умывание. Последовательность действий при умывании.	1		
25	Умывание. Практическое занятие.	1		
26	Чистим зубы. Последовательность действий при чистке зубов.	1		
27	Чистим зубы. Практическое занятие.	1		

28	Нос. Зачем нужен нос.	1		
29	Очищение носового хода.	1		
30	Уши. Мытье ушей.	1		
31	Чистка ушей.	1		
32	Практическая работа. Утренний туалет.	1		
33	Расчесывание волос. Уход за волосами.	1		
34	Причесывание куклы. Причесывание перед зеркалом. Резинки, заколки для волос для девочек.	1		
35	Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном.	1		
36	Утренний туалет. Я умываюсь.	1		
37	Причесываюсь. Умение следить за своим внешним видом.	1		
Раздел 4. «Туалет» (часов)				
38	Туалет для девочек и мальчиков. Правила поведения в туалете.	1		
39	Сообщение о желании сходить в туалет с использованием слова, жеста.	1		
40	Посещение туалета. Использование туалетной бумаги при необходимости.	1		
41	Сообщение о необходимости сходить в туалет. Мытье рук после туалета	1		
Раздел 5. «Обращение с одеждой и обувью» (часов)				
42	Узнавание и различение одежды: куртка, пуховик, шарф, варежки, перчатки, свитер, кофта, брюки, джинсы, рубашка, блузка, водолазка. Назначение предметов одежды.	1		
43	Узнавание и различение одежды. Детали одежды: пуговицы (молния, кнопки), рукава, воротник, карманы. Их назначение.	1		
44	Различение видов одежды (повседневная, школьная, праздничная, домашняя, спортивная).	1		
45	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1		
46	Надевание куртки. Застегивание молнии, липучек, кнопок.	1		
47	Надевание куртки. Различение куртки и пуховика.	1		
48	Раздевание. Расстегивание кнопок, липучек, молнии. Снятие куртки.	1		
49	Головной убор. Узнавание и различение головных уборов: шапка, бейсболка, кепка, панамы. Назначение головных уборов.	1		
50	Узнавание и различение головных уборов. Различение сезонных головных уборов.	1		
51	Надевание и снятие шапки, шарфа и варежек.	1		
52	Перчатки. Надевание и снятие перчаток.	1		
53	Переодевание на урок адаптивной физкультуры. Соблюдение последовательности действий при раздевании.	1		
54	Переодевание на урок адаптивной физкультуры. Снятие одежды, вешание ее на спинку стула.	1		

	Одевание спортивной формы (шорты, футболка)			
55	Складывание одежды после урока адаптивной физкультуры в пакет.	1		
56	Одевание и снятие кофты с застежкой на молнии	1		
57	Расстегивание и застегивание пуговиц.	1		
58	Различение лицевой и изнаночной стороны одежды. Выворачивание одежды	1		
59	Чистка щеткой платья, пальто	1		
60	Обувь. Узнавание и различение предметов обуви. Ее назначения	1		
61	Обувь. Виды обуви: уличная, домашняя, школьная. По сезонам: летняя, зимняя, демисезонная	1		
62	Шнуровка ботинка	1		
63	Практическая работа. Шнуровка ботинка	1		
64	Обувь. Уход за обувью	1		
Раздел 5. «Прием пищи» (часов)				
65	Посуда. Различение и называние посуды	1		
66	Посуда для напитков и еды, столовые приборы	1		
67	Правила поведения за столом. Что едят ложкой? вилкой?	1		
68	Еда ложкой, вилкой. Использование салфетки	1		