

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа» с. Усть-Лыжа  
«Подув тӧдӧмлуньяс сетан общеобразовательной школа»  
Муниципальной бюджетной общеобразовательной велӧданін Лыжавом сикт

РАССМОТРЕНО  
школьным методическим объединением  
учителей-предметников  
Протокол от «31»\_08\_2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
по МБОУ «ООШ»  
с. Усть-Лыжа  
от «31»\_08\_2023 г. № 241

ПРИНЯТО  
педагогическим советом школы  
протокол от «31»\_08\_2023 г. № 1

## **АДАптированная рабочая программа**

для детей с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 2)  
по учебному предмету «Человек»  
для 6 «б» класса  
основного общего образования  
на 2023 – 2024 учебный год

Составитель: Жижева А.Н,  
учитель начальных классов

с. Усть-Лыжа, 2023

## Рабочая программа

по учебному предмету «Человек» для обучающегося Ванюта Егора

Основание: заключение ТПМПК № 44 от 15 марта 2017 года.

Планирование составлено на основе программы \_\_\_\_\_ АООП (2 вариант) \_\_\_\_\_

Учебник: \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

Класс: \_6 «б» \_

Количество часов в авторской программе: 34 часа, 1 час в неделю.

Количество часов по учебному плану и календарному графику МБОУ «ООШ» с. Усть-Лыжа, утверждённому на 2023-2024 учебный год, 34 часа, 1 час в неделю.

### 1. Требования к уровню подготовки

#### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек".**

1) Представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других.

Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.

Представление о собственном теле.

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, интересы.

Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

2) Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.

Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться.

Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

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

Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.

Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).

Умение следить за своим внешним видом.

4) 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.

## 2.Содержание учебного предмета

Раздел. Содержание раздела
«Представления о себе» «Моё имя» «Кто я?» «Все люди разные» «Светлые и темные» «Нужды человека» «Я хочу есть, пить» «Большой, маленький» «Изучаем своё тело» Нахождение частей тела на себе, другом человеке. «Моё не моё» «Мои не мои» «Голова» «Туловище» «Мои руки». «Уход за руками» «Мои ноги» «Уход за ногами» «Мой рот и язык» «Уход за полостью рта» «Мои глаза» «Уход за глазами» « Мои уши» «Уход за ушами» «Мой нос» «Уход за носом» «Возрастные изменения» «Я подросток» «Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»
«Семья» «Моя семья» «Мама, папа» «Братья, сестры» «Наши праздники» «Мой дом» «Мои родственники, друзья» «Как проводить свободное время?» «Мои любимые игры, увлечения»
«Гигиена тела и здоровье» «Ванная комната» «Предметы и средства личной гигиены» «Умывальная комната в школе» «Намачивание и намыливание рук» «Мытьё рук» «Мытьё рук» «Вытирание рук» Предметы и средства личной гигиены. «Водные процедуры, душ». «Режим дня» «Утро» «День» «Вечер» «Моё самочувствие» «У меня болит голова» «Мне плохо» Мне больно. Что делать, если упал, ударился.
«Обращение с одеждой и обувью» «Виды одежды» (верхняя и нижняя одежда) «Лицевая и изнаночная сторона верхней и нижней одежды» «Виды обуви» «Виды застежек»
«Туалет» «Туалет» «Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены». Снятие нижнего белья. «Кнопка слива» «Смывание унитаза» «Туалетная бумага» «Отматывание бумаги» «Одевание нижнего белья» «Изнаночная и лицевая сторона» «Раковина. Части раковины. «Гигиенические процедуры после посещения туалета» «Мытьё рук, вытирание рук» «Моё личное полотенце»
«Прием пищи»

«Правильное питание»  
 «Овощи и фрукты в жизни человека» «Культура поведения в столовой»  
 «Добрые слова. Правила этикета при приеме пищи» «Посуда»  
 «Сервировка стола»  
 «К нам пришли гости, накроем на стол» «Овощи и фрукты в жизни человека» Правила мойки овощей и фруктов. Профилактика пищевых отравлений

### 3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1.	Я – человек. Моё имя.	1
2.	СР. Все люди разные. Светлые и темные. Большой, маленький человек.	1
3.	Части тела человека. Основные части тела.	1
4.	СР. Для чего мы ухаживаем за телом?	1
5.	Ванная комната. Мыло, шампунь, предметы личной гигиены.	1
6.	СР. Мои руки, уход за руками. Мои ноги, уход за ногами.	1
7.	Мой рот, язык, зубы. Уход за полостью рта.	1
8.	СР. Мои глаза, уши, нос. Гигиена глаз, ушей и носа.	1
9.	Умывальная комната в школе. Правила пользования умывальной комнатой.	1
10.	СР. Мытьё рук» Алгоритм мытья рук.	1
11.	Туалет. Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены.	1
12.	СР. Алгоритм пользования туалетом.	1
13.	Туалетная бумага. Виды бумаги Правила пользования.	1
14.	СР. Практическое занятие: «Отматывание, отрывание бумаги»	1
15.	Изучаем своё тело. Голова, туловище.	1
16.	СР. Нахождение частей тела на себе, другом человеке.	1
17.	Возрастные изменения человека.	1
18.	СР. Я малыш, я подросток, взрослые люди.	1
19.	Виды одежды» (нижняя одежда)	1
20.	СР. Лицевая и изнаночная сторона нижней одежды.	1
21.	Виды одежды (верхняя одежда)	1
22.	СР. Лицевая и изнаночная сторона верхней одежды.	1
23.	Виды обуви. Виды застежек.	1
24.	СР. Практическое занятие: "Застежки на одежде и обуви"	1
25.	Режим дня. Части суток.	1
26.	СР. Для чего нужен режим дня	1
27.	Правильное питание. Овощи и фрукты в жизни человека.	1
28.	СР. Культура поведения в столовой. Добрые слова.	1
29.	Моя семья - Мама, папа, братья, сестры, мой дом.	1
30.	СР. Как проводить свободное время.	1
31.	Мои любимые игры, увлечения.	1
32.	СР. Тренинг: «Как меня зовут, сколько мне лет, где я живу?»	1
33.	Овощи и фрукты в жизни человека.	1
34.	СР. Правила мойки овощей и фруктов. Профилактика пищевых отравлений.	1

### Лист фиксирования изменений и дополнений

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа (дата, № приказа)	Подпись лица, внесшего запись