

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ РОДИНСКОГО РАЙОНА  
МБОУ РСОШ №1

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

МБОУ РСОШ №1

Протокол №1

от «29» 08. 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Карташова И.В.

Протокол №1

от «29» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Барбье Т. Л.

Приказ № 197

от «29» 08. 2024 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«Человек»  
для 1 (дополнительного ) класса  
для обучающихся с расстройством аутистического спектра  
(вариант 8.4.)

на 2024–2025 уч. г

Составитель:

Шунк Светлана Васильевна,  
учитель начальных классов

село Родино 2024 год

## Содержание

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося 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: «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.

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»**.

Освоение содержания раздела **«Семья»** предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Обучающийся учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающегося с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Обучающийся учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки, проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе, проводится с обучающимися младшего и подросткового возраста.

Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук обучающийся с РАС с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. После того как обучающийся их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытью всего тела.

При формировании навыков самообслуживания, важно объединять усилия специалистов и родителей (законных представителей). Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно-практической деятельности.

В рамках предметно-практических и коррекционно-развивающих занятий также возможно проведение занятий по данному предмету с обучающимися, которые нуждаются в дополнительной индивидуальной работе.

## **1<sup>1</sup> (дополнительный первый) КЛАСС, второго года обучения**

### **Представления о себе (33 часа)**

Идентификация себя как мальчика (девочки). Узнавание (различение) частей тела (голова (части головы), туловище, руки, ноги). Узнавание (различение) частей лица человека. Состояние здоровья. Знание своего имени. Виды деятельности для организации свободного времени.

### **Туалет (11 часов).**

Нужды человека. Сидение на унитазе. Пользование туалетной бумагой. Спускание одежды, поднимание одежды, одевание одежды. Нажимание кнопки слива воды, мытьё рук.

### **Гигиена тела (10 часов)**

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук. Вытирание рук полотенцем.

### **Обращение с одеждой и обувью (15 часов)**

Узнавание (различение) предметов одежды и обуви. Различение собственных видов одежды и обуви.

### **Приём пищи (14 часов)**

Сообщение о желании пить. Питьё через соломинку. Питьё из кружки (стакана).  
Сообщение о желании есть. Еда руками.

### **Семья (12 часов)**

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.  
Представление о досуговой деятельности членов семьи.

## **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение предмета «Человек» в 1<sup>1</sup> (дополнительном первом классе) второго года обучения отводится по 3 часа в неделю, курс рассчитан на 99 часов (33 учебные недели).

### **Предметные результаты**

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. Представления об имени, фамилии, возрасте. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Понятие «пол», «возраст», знание режима дня.

Освоение навыков, связанных с гигиеной тела: закрепление умения различать и называть:

а) части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени);

б) предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубной порошок, зубная паста, ножницы, таз, ванна, полотенце;

в) действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.

Объяснить воспитанникам в доступной пониманию форме, что быть чистым – красиво, приятно, и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.

Умение совершать под присмотром и с помощью утренний и вечерний туалет, мыть мылом руки, лицо, насухо вытираться. Знать, где следует хранить предметы туалета: мыльницу, зубную щетку, пасту или порошок, полотенце.

Привитие навыков одевания и раздевания: закрепление умения различать и называть предметы одежды и обуви: носки, рубашки, трусы, носовой платок, штаны,

платье, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, валенки и т.д.

Закрепление навыков одевания и обувания под присмотром. Умение складывания снятую одежду.

Обучение навыкам приема пищи: умение различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка...).

Закрепление навыков: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол.

Привитие навыков культурного поведения: садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению, выйдя из-за стола, задвигать за собой стул. Развитие умения вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него, умения ходить попарно и знать свое место на прогулке, в столовой, классе. Обучение участвовать в зарядке. Обучение не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора, не плевать, не пинать ногами мебель, стены и др. Умение показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу, части тела: лоб, подбородок, затылок, щеки, губы. Закрепление ранее приобретенных навыков: уметь мыть ноги, уметь пользоваться носовым платком, причесываться и следить за волосами.

Закрепление ранее приобретенных навыков: умение следить за своим внешним видом: заправлять рубашку в штаны, застегивать рубашку и штаны на все пуговицы, расправлять складки воротничка, натягивать колготки, знать, в каком порядке надевать разные части одежды.

### **Базовые учебные действия**

Развитие этических чувств, доброжелательности, понимания и сопереживания чувствам других людей. Овладение начальными навыками адаптации к новым людям и местам. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Обучение навыкам работы в паре, группе.

Внимательно относиться к собственным переживаниям и переживаниям других людей. Выполнять правила безопасного поведения.

Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Сотрудничать с товарищами и при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках.

Формирование следующих умений:

оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения собственных

ощущений, в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как

хорошие или плохие, называть и объяснять свои чувства и ощущения, объяснять своё отношение к

поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, самостоятельно определять и

объяснять свои чувства и ощущения.

Умение слушать и понимать речь других, ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение «природа». Умение положительно относиться к занятиям, принимать внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к занятиям, соблюдать гигиену учебного труда и уметь организовать рабочее место.

Формирование представлений о себе как «я», значимой и равноправной личности для окружающих.

- Формирование коммуникативных умений и социальных контактов с окружающими людьми, адекватного поведения в социальной среде.

Календарно-поурочное планирование<sup>1</sup> (ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ) КЛАСС (второй год)

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество час	Дата
<b>Представления о себе.</b>		<b>33</b>	
1	Узнавание (различение) мальчика и девочки.	1	
2	Представление о себе как о мальчике (девочке).	1	
3	Показ частей тела на фотографии.	1	
4	Показ частей тела на себе.	1	
5	Показ частей лица на фотографии и на себе.	1	
6	Показ частей тела на фотографии и на себе.	1	
7	Рассматривание себя в зеркале.	1	
8	Части тела: голова.	1	
9	Части тела: руки.	1	
10	Части тела: ноги.	1	
11	Часть тела: туловище.	1	
12	Часть тела: шея.	1	
13	Руки: ладонь, пальцы.	1	
14	Части лица: глаза.	1	
15	Части лица: нос.	1	
16	Части лица: рот.	1	
17	Части лица: уши	1	
18	Показ частей лица на кукле.	1	
19	Показ частей тела на кукле.	1	
20	Различение частей лица.	1	
21	Различение частей тела.	1	
22	Назначение частей тела (голова).	1	
23	Назначение частей тела (туловище).	1	
24	Назначение частей тела (руки).	1	
25	Назначение частей тела (ноги).	1	
26	Назначение частей лица (глаза).	1	
27	Назначение частей лица (нос).	1	
28	Назначение частей лица (рот).	1	
29	Назначение частей лица (уши).	1	
30	Узнавание себя в зеркале.	1	
31	Узнавание себя на фотографии.	1	
32	«Это я ... (имя ребёнка)» в зеркале.	1	
33	«Это я ... (имя ребёнка)» на фотографии.	1	
<b>Туалет</b>		<b>11</b>	
34	Туалет.	1	
35	Нужды человека.	1	
36	Унитаз.	1	
37	Кнопка слива.	1	
38	Смывание унитаза.	1	
39	Снятие нижнего белья.	1	
40	Туалетная бумага.	1	
41	Отматывание бумаги.	1	
42	Одевание нижнего белья.	1	
43	Изнаночная и лицевая сторона нижнего белья.	1	
44	Гигиенические процедуры после посещения туалета.	1	
<b>Гигиена тела</b>		<b>10</b>	
45	Ванная комната.	1	
46	Предметы в ванной комнате.	1	
47	Упражнения в открывании и закрывании кранов.	1	
48	Холодная и горячая вода.	1	
49	Последовательность процесса умывания рук.	1	
50	Практическая работа. Мытьё рук.	1	

51	Вытирание рук.	1	
52	Моё полотенце.	1	
53	Моя метка.	1	
54	Водные процедуры.	1	
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>		<b>15</b>	
55	Моё - не моё.	1	
56	Виды одежды: школьная форма.	1	
57	Виды одежды: школьная форма. Моя? Не моя?	1	
58	Виды одежды: домашняя одежда.	1	
59	Виды одежды: домашняя одежда. Моя? Не моя?	1	
60	Виды одежды: уличная одежда.	1	
61	Виды одежды: уличная одежда. Моя? Не моя?	1	
62	Виды одежды: праздничная одежда.	1	
63	Виды одежды: праздничная одежда. Моя? Не моя?	1	
64	Назначение видов обуви: домашняя.	1	
65	Назначение видов обуви: домашняя. Моя? Не моя?	1	
66	Назначение видов обуви: уличная.	1	
67	Назначение видов обуви: уличная. Моя? Не моя?	1	
68	Назначение видов обуви: школьная.	1	
69	Назначение видов обуви: школьная. Моя? Не моя?	1	
<b>Приём пищи</b>		<b>14</b>	
70	Я хочу пить. Выражение просьбы доступными средствами.	1	
71	Питьё из кружки.	1	
72	Питьё через соломинку.	1	
73	Я хочу есть. Выражение просьб доступными средствами.	1	
74	Овощи (огурцы) в жизни человека.	1	
75	Еда руками.	1	
76	Фрукты (яблоко) в жизни человека.	1	
77	Еда руками.	1	
78	Культура поведения в столовой. Еда руками.	1	
79	Культура поведения за столом. Пользование салфеткой.	1	
80	К нам пришли гости, накроем на стол, питьё из разной посуды.	1	
81	Сервировка стола.	1	
82	Посуда для питья.	1	
83	Благодарность после приема пищи.	1	
<b>Семья</b>		<b>12</b>	
84	Моя семья.	1	
85	Моя мама.	1	
86	Мой папа.	1	
87	Мой брат.	1	
88	Моя сестра.	1	
89	Новый год – семейный праздник.	1	
90	23 февраля. Поздравляем папу.	1	
91	8 марта. Поздравляем маму.	1	
92	Мой дом.	1	
93	Мои игрушки.	1	
94	Мои игры.	1	
95	Я играю.	1	
<b>Повторение и закрепление по учебному курсу «Человек».</b>		<b>4</b>	
96	Кто я? (половая принадлежность).	1	
97	Части тела и лица.	1	
98	Моя одежда.	1	
99	Мои родители.	1	



## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для реализации программы по предмету «Человек» материально-техническое обеспечение включает: предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи обучающегося; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у обучающихся доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками.

### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Аутизм: коррекционная работа при тяжелых осложнениях и осложненных формах: пособие для учителя-дефектолога С.С. Морозова – М., ВЛАДОС, 2007.
2. Баенская Е.Р. Помощь в воспитании детей с особым эмоциональным развитием (ранний возраст). – М., 2007.
3. Бардышевская М.К., Лебединский В.В. Диагностика эмоциональных нарушений у детей. – М., 2003.
4. Волкмар Ф.Р., Вайзнер Л.А. Аутизм. Практическое руководство для родителей, членов семьи и учителей. Книги 1, 2, 3. Пер. с англ. – Екатеринбург, 2014.

## ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов  
<http://fcior.edu.ru/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>
3. Библиотека Московской электронной школы (МЭШ)  
<https://uchebnik.mos.ru/catalogue>
4. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>
5. Сайт для учеников начальной школы, где можно найти учебники и пособия, вспомогательную литературу и наборы прописей, тесты, пробные контрольные работы, тексты для диктантов и изложений и огромное количество других полезных материалов <https://ja-uchenik.ru/>
6. <https://learningapps.org/display?v=p18urhm0520>
7. Образовательное видео <http://univertv.ru/>
8. Портал «Российское образование - <http://www.edu.ru> содержит информацию о Интернет-ресурсах, ссылки на законы, стандарты и документы, регламентирующие образовательную деятельность.
9. 17. Проектная деятельность [http://www.lotos.dtn.ru/mo\\_m\\_smir\\_03.html](http://www.lotos.dtn.ru/mo_m_smir_03.html);
10. <http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября»
11. Информационные и коммуникационные технологии в обучении
12. <http://www.9151394.ru/>
13. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru/>
14. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов  
<http://schoolcollection.edu.ru/>