

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ Павловской средней школы №1  
\_\_\_\_\_/И.А.Лаптева/  
Приказ № 93 от 31.08.2023 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ПАВЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1

**Адаптированная рабочая программа**

Наименование учебного предмета: **Человек**

Класс: **4**

Уровень общего образования : **начальное общее образование**

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО учителей начальных классов  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_/Л.Н.Васильева/  
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_/О.А.Лисина/  
«30» августа 2023 г.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

### Возможные личностные результаты освоения учебного предмета:

1. основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
4. формирование уважительного отношения к окружающим;
5. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
6. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
7. развитие самостоятельности и лично ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
9. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
10. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
11. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### Возможные предметные результаты освоения учебного предмета:

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 определённому 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, интересы.
  - Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.
1. 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 и др.

- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.
- 1. 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.
- 1. 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.

### **Формирование базовых учебных действий**

1. Подготовку ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.
2. Формирование учебного поведения:
  - направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
  - умение выполнять инструкции педагога;
  - использование по назначению учебных материалов;
  - умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
1. Формирование умения выполнять задание:
  - в течение определенного периода времени,
  - от начала до конца,
  - с заданными качественными параметрами.
1. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

### **Минимальный уровень**

Представления о своем теле.

Представление о правилах здорового образа жизни.

Представление о полезных и вредных привычках

### **Достаточный уровень**

Уметь показывать и называть пальцы (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец).

Уметь следить за чистотой рук; мыть их без напоминания. Уметь чистить зубы, полоскать рот. умение различать и называть предметы одежды и обуви.

Аккуратно без напоминания складывать и убирать снятые с себя предметы одежды.

Уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи. Закрепить навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливать еду на стол и на пол, его уборка после еды.

Уметь различать и называть основные предметы питания (суп, каша, мясо, картофель и т.д.).

Садиться за столы и выходить из-за стола по разрешению учителя. Выйдя из-за стола, задвигать за собой стул. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Уметь накрывать на стол, прибирать посуду после еды. Не сорить, не бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.

Уметь следить за чистотой своей одежды и обуви, чистить загрязнившиеся вещи.

Уметь различать, все ли пуговицы на месте.

## **Содержание курса**

### **«Представления о себе»**

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.

### **«Семья»**

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи

### **«Гигиена тела»**

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д.

### **«Одевание и раздевание»**

Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

### **«Прием пищи»**

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».

Содержание программы обеспечивает: лично-ориентированный подход во взаимодействии ребенка со взрослым; формирование у ученика комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

**Тематическое планирование с указанием количества часов,  
отводимых на освоение каждой темы.**

№ п\п	Название темы	Кол-во часов, отводимых на освоение каждой темы
1	<b>Представления о себе.</b> Представления о собственном теле.	1
2	Формирование схемы тела.	1
3	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).	1
4	Режим дня. Составление предложений по картинкам. Правила здорового образа жизни.	1
5	<b>Гигиена тела.</b> Действия, связанные с гигиеной тела.	1
6	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1
7	Предметы санитарии и гигиены.	1
8	<b>Семья.</b> Мой возраст.	1
9	Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей.	1
10	«Чем я люблю заниматься».	1
11	<b>Обращение с одеждой и обувью.</b> Различение предметов одежды	1
12	Различение предметов обуви.	1
13	Различение головных уборов.	1
14	<b>Прием пищи.</b> Полезные и вредные продукты.	1
15	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название.	1

16	Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками.	1
17	Формирование умения убирать со стола после приёма пищи.	1