

	РЕКОМЕНДОВАНА к использованию педагогическим советом протокол № 1 от «29» августа 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат» _____/Л.Н.Чушева/ (подпись) (расшифровка подписи) « 29 » августа 2023 г.
--	---	---

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Псковской области  
"Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**По учебным предметам:** речь и альтернативная коммуникация,  
математические представления, окружающий природный мир,  
человек, окружающий социальный мир, музыка и движение,  
изобразительная деятельность, адаптивная физкультура

**3 класса**

**вариант 2**

**(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)**

**г. Опочка  
2023 г.**

## Содержание

1. Речь и альтернативная коммуникация.....	3
2. Математические представления.....	8
3. Окружающий природный мир.....	13
4. Человек.....	17
5. Домоводство.....	21
6. Окружающий социальный мир.....	25
7. Музыка и движение.....	29
8. Изобразительная деятельность.....	32
9. Адаптивная физкультура.....	36

## Рабочая программа по учебному предмету "Речь и альтернативная коммуникация "

### Пояснительная записка.

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 4 часа в неделю (2 часа из обязательной части и 2 часа из части, формируемой участниками образовательных отношений), всего 136 часов в год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель обучения** - формирование коммуникативных и речевых навыков с использованием средств вербальной и невербальной коммуникации, умения пользоваться ими в процессе социального взаимодействия.

Смыслом обучения социальному взаимодействию с окружающими является индивидуальное поэтапное планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов в доступных для обучающегося пределах. Для этого организуется специальная работа по введению ребенка в более сложную предметную и социальную среду, что предполагает планомерную, дозированную, заранее программируемую интеграцию в среду сверстников в доступных ребенку пределах, организованное включение в общение.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно

отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного

положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

## **Содержание учебного предмета "Речь и альтернативная коммуникация"**

Содержание учебного предмета "Речь и альтернативная коммуникация" представлено следующими разделами: "Коммуникация", "Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации", "Чтение и письмо".

### **Раздел "Коммуникация".**

#### *Коммуникация с использованием вербальных средств.*

Установление контакта с собеседником: установление зрительного контакта с собеседником, учет эмоционального состояния собеседника. Реагирование на собственное имя. Приветствие собеседника (словом, предложением). Привлечение к себе внимания (словом, предложением). Выражение своих желаний (словом, предложением). Обращение с просьбой о помощи, выражая ее (словом, предложением). Выражение согласия (несогласия) (словом, предложением). Выражение благодарности (словом, предложением). Ответы на вопросы словом (предложением). Задавание вопросов предложением. Поддержание диалога на заданную тему: поддержание зрительного контакта с собеседником, соблюдение дистанции (очередности) в разговоре. Прощание с собеседником звуком (словом, предложением).

#### *Коммуникация с использованием невербальных средств.*

Указание взглядом на объект при выражении, ответе на вопрос. Выражение мимикой согласия (несогласия), удовольствия (неудовольствия); приветствие (прощание) с использованием мимики. Выражение жестом согласия (несогласия), удовольствия (неудовольствия), благодарности, своих желаний; приветствие (прощание), обращение за помощью, ответы на вопросы с использованием жеста. Выражение согласия (несогласия), удовольствия (неудовольствия), благодарности, своих желаний, приветствие (прощание), обращение за помощью, ответы на вопросы, задавание вопросов с использованием графического изображения (фотография, цветная картинка, черно-белая картинка, пиктограмма). Выражение согласия (несогласия), удовольствия (неудовольствия), благодарности, своих желаний, приветствие (прощание), обращение за помощью, ответы на вопросы, задавание вопросов с использованием карточек с напечатанными словами.

### **Раздел «Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации».**

#### *Импрессивная речь.*

Узнавание (различение) имен педагогических работников. Понимание слов, обозначающих предмет посуда (столовая, чайная), мебель, одежда, обувь, бытовые приборы, транспорт (наземный, водный, воздушный), птицы (дятел, сорока, аист). Понимание обобщающих понятий (посуда, мебель, игрушки, одежда, обувь, животные, овощи, фрукты, бытовые приборы, школьные принадлежности, продукты, транспорт, птицы). Понимание слов, обозначающих признак предмета (цвет, величина, форма). Понимание слов, обозначающих признак действия, состояние (хорошо, плохо, весело, грустно). Понимание слов, указывающих на предмет, его признак (я, он, мой, твой). Понимание слов, обозначающих число, количество предметов (пять, второй). Понимание слов, обозначающих взаимосвязь слов в предложении (в, на, под, из, из-за). Понимание простых предложений. Понимание содержания текста. Экспрессивная речь. Называние имен педагогических работников. Называние (употребление) слов, обозначающих предмет (посуда, мебель, животные, бытовые приборы, продукты, транспорт, птицы). Называние (употребление) обобщающих понятий (посуда, мебель, игрушки, одежда, обувь, животные, овощи, фрукты, бытовые приборы, школьные принадлежности, продукты, транспорт, птицы). Называние (употребление) слов, обозначающих признак предмета (цвет, величина, форма). Называние (употребление) слов, обозначающих признак действия, состояние (громко, тихо, быстро, медленно, хорошо, плохо, весело, грустно). Называние (употребление) слов, указывающих на предмет, его признак (я, он, мой, твой). Называние (употребление) слов, обозначающих число, количество предметов (пять, второй). Называние (употребление) слов, обозначающих взаимосвязь слов в предложении (в, на, под, из, из-за). Называние (употребление) простых предложений. Ответы на вопросы по содержанию текста. Составление рассказа по последовательно продемонстрированным действиям. Составление рассказа по одной сюжетной картинке. Составление рассказа по серии сюжетных картинок.

*Экспрессия с использованием средств невербальной коммуникации.*

Использование графического изображения (электронного устройства) для обозначения обобщающих понятий (посуда, мебель, игрушки, одежда, обувь, животные, овощи, фрукты, бытовые приборы, школьные принадлежности, продукты, транспорт, птицы).

Составление простых предложений с использованием графического изображения. Ответы на вопросы по содержанию текста с использованием графического изображения. Составление рассказа по последовательно продемонстрированным действиям с использованием графического изображения. Составление рассказа по одной сюжетной картинке с использованием графического изображения. Составление рассказа по серии сюжетных картинок с использованием графического изображения. Составление рассказа о прошедших, планируемых событиях с использованием

графического изображения. Составление рассказа о себе с использованием графического изображения.

## **Раздел «Чтение и письмо».**

### *Глобальное чтение.*

Узнавание (различение) напечатанных слов, обозначающих имена людей, названия предметов, действий. Использование карточек с напечатанными словами как средства коммуникации.

### *Предпосылки к осмысленному чтению и письму.*

Узнавание (различение) образов графем (букв). Графические действия с использованием элементов графем: обводка, штриховка, печатание букв (слов).

### *Начальные навыки чтения и письма.*

Узнавание звука в слоге (слове). Соотнесение звука с буквой. Узнавание графического изображения буквы в слоге (слове). Называние буквы. Чтение слога (слова). Написание буквы (слога, слова, предложения).

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Речь и альтернативная коммуникация":**

1) Развитие речи как средства общения в контексте познания окружающего мира и личного опыта обучающегося: понимание слов, обозначающих объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека; умение самостоятельно использовать усвоенный лексико-грамматический материал в учебных и коммуникативных целях.

2) Овладение доступными средствами коммуникации и общения - вербальными и невербальными:

Качество сформированности устной речи в соответствии с возрастными показателями.

Понимание обращенной речи, понимание смысла рисунков, фотографий, пиктограмм, других графических знаков.

Умение пользоваться средствами альтернативной коммуникации: жестами, взглядом, коммуникативными таблицами, тетрадями, воспроизводящими (синтезирующими) речь устройствами (коммуникаторами, персональными компьютерами).

3) Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач:

Мотивы коммуникации: познавательные интересы, общение и взаимодействие

в разнообразных видах детской деятельности.

Умение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя невербальные и вербальные средства, соблюдение общепринятых правил коммуникации.

Умение использовать средства альтернативной коммуникации в процессе общения:

использование предметов, жестов, взгляда, шумовых, голосовых, речеподражательных реакций для выражения индивидуальных потребностей; пользование индивидуальными коммуникативными тетрадями, карточками, таблицами с графическими изображениями объектов и действий путем указания на изображение или передачи карточки с изображением, либо другим доступным способом;

общение с помощью электронных средств коммуникации (коммуникатор, компьютерное устройство).

4) Глобальное чтение в доступных ребенку пределах, понимание смысла узнаваемого слова.

Узнавание и различение напечатанных слов, обозначающих имена людей, названия хорошо известных предметов и действий.

Использование карточек с напечатанными словами как средства коммуникации.

5) Развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

Узнавание и различение образов графем (букв).

Копирование с образца отдельных букв, слогов, слов.

Начальные навыки чтения и письма.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Математические представления"**

### **Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 4 часа в неделю (2 часа из обязательной части и 2 часа из части, формируемой участниками образовательных отношений), всего 102 часа в год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.

- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для



обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026

- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель** обучения математике - формирование элементарных математических представлений и умения применять их в повседневной жизни.

Для реализации цели были поставлены следующие **задачи**:

- развитие элементарной, жизнеобеспечивающей ориентировки в пространственно-величинных, временных и количественных отношениях окружающей действительности;
- формирование практических навыков и умений в счете, вычислениях и измерении на наглядно представленном материале в бытовых ситуациях;
- формирование элементарных обще учебных умений;
- овладение элементарной терминологией, значимой для социально-бытовой ориентировки в окружающей действительности;
- развитие познавательных интересов жизнеобеспечивающего характера на основе ознакомления с бытовыми, здоровьесберегающими ситуациями, развитие наглядно-действенного мышления и элементов наглядно-образного и логического мышления;
- общее развитие учащихся с интеллектуальными нарушениями, тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании **детей младшего школьного возраста на уроке**, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

Программа построена на основе следующих разделов: "Количественные представления", "Представления о форме", "Представления о величине", "Пространственные представления", "Временные представления".

Знания, умения, навыки, приобретаемые ребенком в ходе освоения программного материала по математике, необходимы ему для ориентировки в окружающей действительности, т.е. во временных, количественных, пространственных отношениях, решении повседневных практических задач. Умение устанавливать взаимно-однозначные соответствия могут

использоваться при сервировке стола, при раздаче материала и инструментов участникам какого-то общего дела, при посадке семян в горшочки. Умение пересчитывать предметы необходимо при выборе ингредиентов для приготовления блюда, при отсчитывании заданного количества листов в блокноте, при определении количества испеченных пирожков, изготовленных блокнотов. Изучая цифры, у обучающегося закрепляются сведения о дате рождения, домашнем адресе, номере телефона, календарных датах, номерах пассажирского транспорта, каналах телевизионных передач и многое другое.

## **Содержание учебного предмета "Математические представления"**

Содержание учебного предмета "Математические представления" представлено следующими разделами: "Количественные представления", "Представления о форме", "Представления о величине", "Пространственные представления", "Временные представления".

### **Раздел "Количественные представления".**

#### ***Нахождение одинаковых предметов.***

Разъединение множеств. Объединение предметов в единое множество. Различение множеств ("один", "много", "мало", "пусто"). Сравнение множеств (с пересчетом). Преобразование множеств (увеличение, уменьшение, уравнивание множеств). Пересчет предметов по единице.

#### ***Узнавание цифр.***

Соотнесение количества предметов с числом. Обозначение числа цифрой. Написание цифры. Знание отрезка числового ряда 1 - 5. Определение места числа (от 0 до 5) в числовом ряду. Счет в прямой (обратной) последовательности. Состав числа 5 из двух слагаемых. Сложение (вычитание) предметных множеств в пределах 5. Запись арифметического примера на увеличение (уменьшение) на одну (несколько) единиц в пределах 5. Решение задач на увеличение на одну (несколько) единиц в пределах 5. Запись решения задачи в виде арифметического примера. Решение задач на уменьшение на одну (несколько) единиц в пределах 5. Выполнение арифметических действий на калькуляторе.

#### ***Представления о величине.***

Различение однородных (разнородных по одному признаку) предметов по величине. Сравнение двух предметов по величине способом приложения (приставления), наложения. Определение среднего по величине предмета из трех предложенных предметов. Составление упорядоченного ряда по убыванию (по возрастанию). Различение однородных предметов по длине. Сравнение предметов по длине. Различение однородных предметов по ширине. Сравнение предметов по ширине. Различение предметов по высоте.

Сравнение предметов по высоте. Различение предметов по толщине. Сравнение предметов по толщине. Измерение с помощью мерки. Узнавание линейки (шкалы делений), ее назначение. Измерение длины отрезков, длины (высоты) предметов линейкой.

### **Представление о форме.**

Узнавание (различение) геометрических тел: "шар", "куб", "брусоч". Соотнесение формы предмета с геометрическими телами, фигурой. Узнавание (различение) геометрических фигур: треугольник, квадрат, круг, прямоугольник, точка, линия (прямая), отрезок. Соотнесение геометрической формы с геометрической фигурой. Соотнесение формы предметов с геометрической фигурой (треугольник, квадрат, круг, прямоугольник). Сборка геометрической фигуры (треугольник, квадрат, круг, прямоугольник) из 2-х (3-х, 4-х) частей. Составление геометрической фигуры (треугольник, квадрат, прямоугольник) из счетных палочек. Штриховка геометрической фигуры (треугольник, квадрат, круг, прямоугольник). Обводка геометрической фигуры (треугольник, квадрат, круг, прямоугольник) по шаблону (трафарету, контурной линии). Построение геометрической фигуры (прямоугольник, точка, линия (прямая), отрезок) по точкам. Рисование геометрической фигуры (прямоугольник, точка, линия (прямая), отрезок, круг). Рисование круга произвольной величины. Измерение отрезка.

### **Пространственные представления.**

Ориентация в пространственном расположении частей тела на себе (другом человеке, изображении): верх (вверху), низ (внизу), перед (спереди), зад (сзади). Определение месторасположения предметов в пространстве: близко (около, рядом, здесь), далеко (там), сверху (вверху), снизу (внизу), впереди, на, в, перед, за, над, под, между. Перемещение в пространстве в заданном направлении: вверх, вниз, вперед, назад, вправо, влево. Ориентация на плоскости: вверху (верх), внизу (низ), в середине (центре), справа, слева, верхний (нижний, правый, левый) край листа, верхняя (нижняя, правая, левая) часть листа, верхний (нижний) правый (левый) угол. Составление предмета (изображения) из нескольких частей. Составление ряда из предметов (изображений): слева направо, снизу вверх, сверху вниз. Определение отношения порядка следования: первый, последний, перед, после, за, следующий за, между. Определение, месторасположения предметов в ряду.

### **Временные представления.**

Узнавание (различение) частей суток. Знание порядка следования частей суток. Узнавание (различение) дней недели. Знание последовательности дней недели. Знание смены дней: вчера, сегодня, завтра. Соотнесение деятельности с временным промежутком: сейчас, потом, вчера, сегодня, завтра, на следующий день, давно, недавно. Различение времен года. Знание порядка следования сезонов в году. Узнавание месяцев. Знание последовательности

месяцев в году. Сравнение людей по возрасту.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Математические представления".**

- 1) Элементарные математические представления о форме, величине; количественные (дочисловые), пространственные, временные представления: умение различать и сравнивать предметы по форме, величине, удаленности; умение ориентироваться в схеме тела, в пространстве, на плоскости; умение различать, сравнивать и преобразовывать множества;
- 2) Представления о количестве, числе, знакомство с цифрами, составом числа в доступных ребенку пределах, счет, решение простых арифметических задач с опорой на наглядность:  
умение соотносить число с соответствующим количеством предметов, обозначать его цифрой;  
умение пересчитывать предметы в пределах пяти;  
умение представлять множество двумя другими множествами в пределах 5;  
умение обозначать арифметические действия знаками;  
умение решать задачи на увеличение и уменьшение на одну, несколько единиц;
- 3) Использование математических знаний при решении соответствующих возрасту житейских задач:  
умение распознавать цифры, обозначающие номер дома, квартиры;  
умение различать части суток, соотносить действие с временными промежутками, составлять и прослеживать последовательность событий.

### **Рабочая программа по учебному предмету "Окружающий природный мир"**

#### **Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026

- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Важным аспектом обучения обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР является расширение представлений об окружающем природном мире. Подобранный программный материал по предмету "Окружающий природный мир" рассчитан на формирование у обучающихся представлений о природе, ее многообразии, о взаимосвязи живой, неживой природы и человека.

**Цель обучения:** формирование представлений о живой и неживой природе, о взаимодействии человека с природой, бережного отношения к природе.

**Основными задачами программы являются:**

1. Уточнение имеющихся у детей представлений о живой и неживой природе,
2. Формирование новых знаний об основных ее элементах,
3. Расширение на основе наблюдений представлений о взаимосвязи живой и неживой природы;
4. Формирование умения наблюдать за природными явлениями, сравнивать их, составлять описания доступным обучающемуся способом;
5. Формирование знаний о природе своего края;

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом

(сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;

- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

## **Содержание рабочей программы**

**Содержание учебного предмета "Окружающий природный мир"** представлено следующими разделами: "Растительный мир", "Животный мир", "Временные представления", "Объекты неживой природы".

### ***Раздел "Растительный мир"***

Узнавание (различение) растений (дерево, куст, трава). Узнавание (различение) частей растений (ствол, стебель, ветка, лист, цветок).

Узнавание (различение) дикорастущих цветочно-декоративных растений

(ромашка, одуванчик, ландыш); знание строения цветов (корень, стебель, листья, цветок).

### **Раздел "Животный мир".**

Узнавание (различение) диких животных (лиса, заяц, волк, медведь, белка, еж). Знание питания диких животных. Знание способов передвижения диких животных. Объединение диких животных в группу "дикие животные". Знание значения диких животных в жизни человека. Узнавание (различение) детенышей диких животных (волчонок, лисенок, медвежонок, зайчонок, бельчонок, ежонок).

Знание строения птицы. Знание питания птиц. Узнавание (различение) домашних птиц (курица (петух), утка, гусь). Знание особенностей внешнего вида птиц. Знание питания птиц. Объединение домашних птиц в группу "домашние птицы". Знание значения домашних птиц в жизни человека.

Узнавание (различение) детенышей домашних птиц (цыпленок, утенок, гусенок). Узнавание (различение) зимующих птиц (голубь, синица, снегирь).

Знание строения рыбы (голова, туловище, хвост, плавники, жабры).

Узнавание (различение) речных рыб (окунь, щука).

Узнавание (различение) речных насекомых (бабочка, муха, комар, пчела).

### **Объекты природы.**

Вода. Значение воды. Солнце. Значение солнца в жизни человека и в природе. Значение воздуха в природе и жизни человека. Земля, небо.

### **Временные представления.**

Представление о сутках как о последовательности (утро, день, вечер, ночь). Соотнесение частей суток, дней недели с видами деятельности. Узнавание (различение) дней недели. Различение выходных и рабочих дней.

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Окружающий природный мир":**

1) Представления о явлениях и объектах неживой природы, смене времен года и соответствующих сезонных изменениях в природе, умение адаптироваться к конкретным природным и климатическим условиям:

- интерес к объектам и явлениям неживой природы;
- представления об объектах неживой природы (вода, воздух, земля, огонь, лес, луг, река, водоемы, формы земной поверхности, полезные ископаемые);
- представления о временах года, характерных признаках времен года, погодных изменениях, их влиянии на жизнь человека;

2) Представления о животном и растительном мире, их значении в жизни человека:

- интерес к объектам живой природы;
- представления о животном и растительном мире (растения, животные, их виды, понятия "полезные" - "вредные", "дикие" - "домашние");
- опыт заботливого и бережного отношения к растениям и животным, ухода за ними;



- умение соблюдать правила безопасного поведения в природе (в лесу, у реки).
- 3) Элементарные представления о течении времени:
- умение различать части суток, дни недели, месяцы, их соотнесение со временем года;
- представления о течении времени: смена событий дня, смена частей суток, дней недели, месяцев в году.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Человек"**

### **Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель обучения:** формирование представления о себе самом, ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

#### **Задачи:**

- формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими представления о собственном теле распознание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- отнесение себя к определенному полу;

- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета, принимать душ передсном, соблюдать гигиенические навыки подростка)

*Кроме основных, можно выделить и методические задачи:*

- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

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.

Содержание обучения в рамках предмета "Человек" включает формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых

общечеловеческих (базовых) ценностях,

- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

## **Содержание рабочей программы**

**Содержание учебного предмета "Человек"** представлено следующими разделами: "Представления о себе", "Гигиена тела", "Одевание и раздевание".

### **Раздел "Представления о себе".**

Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа).

### **Раздел "Гигиена тела".**

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности

действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

## **Раздел "Одевание и раздевание".**

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии) рукав (воротник, манжеты). Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). 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 действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

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

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

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.

Представления о возрастных изменениях человека.

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

Умение обслуживать себя: одеваться и раздеваться.

Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) 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.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Домоводство"**

### **Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 2 часа в неделю (1 час из обязательной части и 1 час из части, формируемой участниками образовательных отношений), всего 102 часа за год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.

- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026

- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных

правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Цель обучения - повышение самостоятельности обучающихся в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи: формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);

- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

### **Содержание рабочей программы**

Содержание учебного предмета "Домоводство" представлено следующими разделами: "Покупки", "Уход за вещами", "Обращение с кухонным инвентарем", "Приготовление пищи", "Уборка помещений и территории".

#### **Раздел "Покупки".**

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Нахождение нужного товара в магазине. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.

#### **Раздел "Обращение с кухонным инвентарем".**

Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка), для приготовления пищи (чайник, нож). Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (фен, электрический чайник, холодильник). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение

последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

### **Раздел "Приготовление пищи".**

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. (Овощной салат). Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож). Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (помидор, огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, тарелки), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов ложкой.

### **Раздел "Уход за вещами".**

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья. Полоскание белья. Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. Сортировка белья перед стиркой (например): белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.

### **Раздел "Уборка помещения и территории".**

*Уборка мебели.* Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев.

### **Предметные результаты освоения учебного предмета "Домоводство"**

Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения



(обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома:

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, сервировка стола;
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, инструменты, соблюдая правила безопасности.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Окружающий социальный мир"**

### **Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 1 часа в неделю, всего 34 часа за год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель обучения** - формирование представлений о человеке, его социальном окружении, ориентации в социальной среде и общепринятых правилах поведения.

### **Задачи:**

- знакомство с явлениями социальной жизни (человек и его деятельность, общепринятые нормы поведения), формирование представлений о предметном мире, созданном человеком (многообразие, функциональное

назначение окружающих предметов, действия с ними).

В процессе обучения у обучающегося формируются представления о родном городе, в котором он проживает, о России, ее культуре, истории, современной жизни. Знакомясь с рукотворными объектами и социальными явлениями окружающей действительности, ребенок учится выделять их характерные признаки, объединять в группы по этим признакам, устанавливать связи между ними. Получая представления о социальной жизни, в которую он включен, ребенок учится соотносить свое поведение и поступки других людей с нравственными ценностями (эталонами) и общепринятыми нормами поведения. Ребенок учится ориентироваться в различных ситуациях: избегать риски и угрозы его жизни и здоровью, в частности, учится быть внимательным и осторожным на улице, дома, в образовательной организации.

Программа представлена следующими разделами: "Квартира, дом, двор", "Продукты питания", "Предметы быта", "Школа", "Предметы и материалы, изготовленные человеком", "Город", "Транспорт", "Страна", "Традиции и обычаи".

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,

- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

### **Содержание учебного предмета**

**Содержание учебного предмета "Окружающий социальный мир"** представлено следующими разделами: "Квартира, дом, двор", "Продукты питания", "Предметы быта", "Школа", "Предметы и материалы, изготовленные человеком", "Транспорт".

#### **Раздел "Квартира, дом, двор"**

Формирование представлений о помещениях квартиры, дома, (комната, прихожая, кухня, ванная комната, туалет, балкон). Узнавание (различение) типов домов (одноэтажный (многоэтажный), каменный (деревянный), городской (сельский, дачный) дом.

#### **Раздел "Продукты питания"**

Знакомство с видами мучных изделий: готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, сухари), кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад).

#### **Раздел "Предметы быта"**

Знакомство с предметами мебели. Узнавание (различение) предметов мебели

(стол, стул, шкаф, кресло, кровать).

### **Раздел «Школа»**

Правила поведения в школе. Знание назначения помещений школы. Нахождение помещений школы. Знание профессий людей, работающих в школе. Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду.

### **Раздел "Предметы и материалы, изготовленные человеком"**

Знакомство с предметами, изготовленные из стекла (ваза, стакан, оконное стекло, очки и др.) Узнавание предметов, изготовленных из пластмассы (бытовые приборы, предметы посуды, игрушки, фломастеры, контейнеры).

### **Раздел "Транспорт"**

Узнавание (различение) воздушного транспорта (самолет, вертолет). Знакомство с видами водного транспорта (лодка, пароход, корабль)

## **Предметные результаты освоения учебного предмета "Окружающий социальный мир":**

- 1) Представления о мире, созданном руками человека.  
интерес к объектам, созданным человеком;  
представления о доме, школе, о расположенных в них и рядом объектах (мебель, оборудование), о транспорте;  
опыт конструктивного 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, соответствующие возрасту и полу обучающегося.
- 3) Развитие межличностных и групповых отношений:  
представления о дружбе, других обучающихся, сверстниках;  
умение находить друзей на основе личных симпатий;  
умение строить отношения на основе поддержки и взаимопомощи, умение сопереживать, сочувствовать, проявлять внимание;  
умение взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой, других видах доступной деятельности;  
умение организовывать свободное время с учетом своих и совместных интересов;
- 4) Накопление положительного опыта сотрудничества и участия в общественной жизни:  
представление о семейных праздниках, праздничных мероприятиях, их содержании, участие в них;
- 5) Представления об обязанностях и правах обучающегося:  
представления об обязанностях обучающегося, сына или дочери, внука или внучки, гражданина.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Музыка и движение"**

## Пояснительная записка.

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 2 часа в неделю, всего 68 часов за год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель программы:** овладение детьми музыкальной культурой, развитие музыкальности учащихся.

### **Задачи:**

- подготовка детей к восприятию музыки.
- развитие эмоциональной и двигательной активности.
- формирование музыкально-ритмических движений.
- формирование слухозрительного и слухомоторного взаимодействия процессе восприятия и воспроизведения ритмических структур в различных видах музыки (пении, танцах, музицировании, музыкально-дидактических и хоровых играх).
- обучение игре на простых детских музыкальных инструментах.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;

- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

**Содержание учебного предмета "Музыка и движение"** представлено

следующими разделами "Слушание музыки", "Пение", "Движение под музыку", "Игра на музыкальных инструментах".

### **Пение**

Обучение учащихся пропеванию под музыку своих имен. Обучение слушанию и пропеванию попевок, песенок с различной интонацией, динамической окрашенностью, сочетания пение с мимикой и пантомимикой (обыгрывание в движении текста попевки).

### **Слушание музыки**

Слушание и различение звучания музыкальных игрушек, детских музыкальных инструментов .

Слушание аудиокассет и узнавание разнообразных звуков (шум дождя, шум воды, голоса птиц и зверей). Слушание звучания музыкальных инструментов и узнавание их: свистулька, барабан, дудочка, металлофон. Выбор такого же музыкального инструмента или его изображения на картинке. Название инструмента.

Привлечение учащихся к слушанию детских аудиокниг с иллюстрациями. Совместное слушание сказок, записанных на аудиокассеты.

### **"Движение под музыку"**

Обучение движениям на перестроение в пространстве зала, простейшим движениям, которые выполняются в соответствии с характером музыки (быстро, медленно). Игры под музыку, включающие противоположные действия, крупные и мелкие движения: шаги, бег, подпрыгивания, сохраняя равновесие и перенося предметы одной или двумя руками.

Обучение простейшим музыкально-ритмическим играм, а также хороводные игры, основанные на потешках.

Движения под музыку по «тропинкам», выложенным из веревок, по следочкам, по сенсорным дорожкам.

Совместные с учащимися музыкальные игры с сюжетными игрушками, игры-имитации, игры на звукоподражание.

Обучение учащихся ориентировке в пространстве в ходе музыкальных игр: имитация действий хорошо знакомых сказочных персонажей.

### **"Игра на музыкальных инструментах"**

Музыкально-дидактические игры с музыкальными игрушками (барабан, дудочка, гармошка и др.) для развития аудиального восприятия.

Формирование начальных навыков игры на самодельных музыкальных инструментах: ложках, трещетках, колокольчиками и др.

Обучение сопровождению игры на музыкальных инструментах движениями, подпеванием и подыгрыванием на барабанах, дудочке, маракасах и т.д. Формирование у учащихся навыков игры на самодельных музыкальных инструментах.

### **Предметные результаты освоения учебного предмета "Музыка и движение"**

- умение слушать музыку и выполнять простейшие танцевальные движения
- умение узнавать знакомые песни и подпевать их
- освоение приёмов игры на музыкальных инструментах, сопровождение мелодий игрой на музыкальных инструментах
- иметь представление о играх импровизациях, участвовать в них
- иметь представление о музыкальных игрушках, различать их по звучанию
- создавать с помощью учителя ритмический рисунок
- освоение приёмов игры на музыкальных инструментах, сопровождение мелодий игрой на музыкальных инструментах
- иметь представление о музыкально-ритмических движениях, упражнениях на общую моторику

### **Рабочая программа по учебному предмету "Изобразительная деятельность"**

#### **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 3 часа в неделю, всего 102 часа за год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации



Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Целью обучения** изобразительной деятельности является формирование умений изображать предметы и объекты окружающей действительности художественными средствами.

**Основные задачи:** развитие интереса к изобразительной деятельности, формирование умений пользоваться инструментами, обучение доступным приемам работы с различными материалами, обучение изображению (изготовлению) отдельных элементов, развитие художественнотворческих способностей.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;

- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

Программа по изобразительной деятельности включает три раздела: "Лепка", "Рисование", "Аппликация". Во время занятий изобразительной деятельностью необходимо вызывать у обучающегося положительную эмоциональную реакцию, поддерживать и стимулировать его творческие устремления, развивать самостоятельность. Ребенок обучается уважительному отношению к своим работам. Ему важно видеть и знать, что результаты его творческой деятельности полезны и нужны другим людям. Это делает жизнь обучающегося интереснее и ярче, способствует его самореализации, формирует чувство собственного достоинства.

**Содержание учебного предмета "Изобразительная деятельность"** представлено следующими разделами "Лепка", "Рисование", "Аппликация".

### **Раздел "Лепка".**

Узнавание (различение) пластичных материалов: пластилин, тесто. Узнавание (различение) инструментов и приспособлений для работы с пластичными материалами: стека, форма, подложка. Разминание пластилина. Отрывание кусочка материала от целого куска. Откручивание кусочка материала от целого куска. Отщипывание кусочка материала от целого куска. Отрезание кусочка материала стекой. Размазывание пластилина по шаблону (внутри контура). Катание колбаски на доске (в руках). Катание шарика на доске (в руках), получение формы путем выдавливания формочкой. Расплющивание материала на доске (между ладонями, между пальцами). Скручивание

колбаски (лепешки, полоски). Защищивание краев детали.

### **Раздел "Аппликация".**

Узнавание (различение) разных видов бумаги: цветная бумага, картон, фольга, салфетка. Узнавание (различение) инструментов и приспособлений, используемых для изготовления аппликации: ножницы, трафарет, бумага. Отрывание бумаги заданной формы (размера). Стигание листа бумаги пополам ,четверо. Скручивание листа бумаги. Намазывание всей (части) поверхности клеем. Разрезание бумаги ножницами: выполнение надреза, разрезание листа бумаги. Вырезание по контуру. Сборка изображения объекта из нескольких деталей. Соблюдение последовательности действий при изготовлении предметной аппликации: заготовка деталей, сборка изображения объекта, намазывание деталей клеем, приклеивание деталей к фону. Соблюдение последовательности действий при изготовлении декоративной аппликации: заготовка деталей, сборка орнамента способом чередования объектов, намазывание деталей клеем, приклеивание деталей к фону.

### **Раздел "Рисование".**

Узнавание (различение) материалов и инструментов, используемых для рисования: краски, мелки, карандаши, фломастеры, палитра, мольберт, кисти, емкость для воды. Освоение приемов рисования карандашом. Соблюдение последовательности действий при работе с красками: опускание кисти в баночку с водой, снятие лишней воды с кисти, обмакивание ворса кисти в краску, снятие лишней краски о край баночки, рисование на листе бумаги, опускание кисти в воду. Освоение приемов рисования кистью: прием касания, прием примакивания. Выбор цвета для рисования.

Рисование точек. Рисование вертикальных (горизонтальных, наклонных) линий. Соединение точек. Рисование геометрической фигуры (круг, овал, квадрат, прямоугольник, треугольник). Закрашивание внутри контура (заполнение всей поверхности внутри контура). Заполнение контура точками. Штриховка слева направо (сверху вниз, по диагонали), двойная штриховка. Рисование контура предмета по контурным линиям (по опорным точкам, по трафарету, по шаблону, по представлению).

### **Предметные результаты освоения учебного предмета "Изобразительная деятельность".**

1) Освоение доступных средств изобразительной деятельности: лепка, аппликация, рисование; использование различных изобразительных технологий:

интерес к доступным видам изобразительной деятельности;

умение использовать инструменты и материалы в процессе доступной изобразительной деятельности (лепка, рисование, аппликация);

умение использовать различные изобразительные технологии в процессе рисования, лепки, аппликации.

2) Способность к самостоятельной изобразительной деятельности:

положительные эмоциональные реакции (удовольствие, радость) в процессе изобразительной деятельности;  
стремление к собственной творческой деятельности и умение демонстрировать результаты работы;  
умение выражать свое отношение к результатам собственной и чужой творческой деятельности.

3) Готовность к участию в совместных мероприятиях:  
готовность к взаимодействию в творческой деятельности совместно со сверстниками, взрослыми;  
умение использовать полученные навыки для изготовления творческих работ, для участия в, конкурсах рисунков, поделок.

## **Рабочая программа по учебному предмету "Адаптивная физическая культура"**

### **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа рассчитана на обучающихся 3 класса. На её усвоение отведено 3 часа в неделю (2 часа из обязательной части и 1 час из части, формируемой участниками образовательных отношений) , всего 102 часа за год.

Программа составлена на основании следующих нормативных правовых документов и программ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержден приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026
- Образовательная программа ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Целью занятий** по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

**Основные задачи:** формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Содержание материала по предмету даёт возможность проводить работу в соответствии с основными направлениями **Программы воспитания** ГБОУ Псковской области «Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» и обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов, определенных ФГОС для умственно отсталых детей:

- формировать у обучающихся основы российской идентичности;
- готовность к саморазвитию;
- мотивацию к познанию и обучению;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности школы.

В воспитании *детей младшего школьного возраста на уроке*, целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- формирование нравственных представлений о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо» и установки на хорошие поступки,
- формирование первоначальных представлений о некоторых общечеловеческих (базовых) ценностях,
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца, активно участвовать в делах класса, школы, семьи,
- знать и любить свою малую Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания; получить первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,

- приобретают первоначальные навыки трудового сотрудничества со сверстниками, старшими детьми и взрослыми,
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- проявлять уважение к защитникам Родины, иметь элементарные представления о национальных героях, важнейших исторических событиях,
- опыт ролевого взаимодействия в классе, школе, семье,
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду;
- стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми;
- уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья.

Программа по адаптивной физической культуре включает 2 раздела: "Коррекционные подвижные игры", "Физическая подготовка". Раздел «Лыжная подготовка» вводится с 4 класса, «Туризм» с 5 класса; раздел «Плавание» не включён в программу, так, как отсутствует бассейн. Часы с данных разделов добавлены в разделы : "Коррекционные подвижные игры", "Физическая подготовка".

**Содержание учебного предмета "Адаптивная физическая культура"** представлено следующими разделами:

### **Раздел "Коррекционные подвижные игры".**

Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Подвижные игры. Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". Соблюдение правил игры "Болото". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Полоса препятствий": ходьба по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры "Пятнашки". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Собери пирамидку": бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты.

### **Раздел "Физическая подготовка".**

Построения и перестроения. Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка "ноги на ширине плеч". Построение в колонну по одному, в одну шеренгу. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с

одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях "стоя", "сидя", "лежа" (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении "руки к плечам". Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении "лежа на животе". Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения "лежа" в положение "сидя" (из положения "сидя" в положение "лежа"). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

Ходьба и бег. Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

Ползание, подлезание, лазание, перелезание. Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.

Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через препятствия.

Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

### **Предметные результаты освоения учебного предмета "Адаптивная физическая культура".**

1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (с использованием технических средств);

освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;

умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал.

2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм, плавание:

интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание, спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка;

умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры.



