

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Министерство образования Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области
«Камышловский гуманитарно-технологический техникум»

структурное подразделение
школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы

Рассмотрено: на заседании ШМО начальных классов протокол № 2 от 16.06.2026 г.	Рассмотрено: на заседании педсовета протокол № 3 от 15.06.2026 г.	Утверждено: приказом директора № 387-од от 22.06.2026 г.
---	--	--

**Рабочая программа
учебного курса «Человек»
для обучающихся 1 класса
(АООП УО 2 вариант)**

Составитель:
Баданина
Елена
Сергеевна,
учитель
высшей кв. категории

Камышлов, 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Человек» для обучающихся класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599, на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2022 г. №1026.

Цель: формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи:

- *формирование представлений о собственном теле;
- *распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
- *соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- *отнесение себя к определенному полу;
- *развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- *формировать представления о возрастных изменениях;
- *формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- *формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- *формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- *формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- *формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- *формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- *формировать умения обслуживать себя;
- *формировать умения следить за своим внешним видом;
- *формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
- *формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- *развитие собственной активности ребенка;
- *формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- *формирование и развитие целенаправленных действий;
- *развитие планирования и контроля деятельности;
- *развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Общая характеристика учебного предмета

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

Направления коррекционной работы

*Налаживание эмоционального контакта с ребенком, на основе которого впоследствии строится взаимодействие педагога с ребенком в процессе совместной деятельности.

*Принимать поставленную задачу и адекватно пользоваться помощью взрослого. Поэтому для каждого ребенка сначала нужно подобрать подходящий для него набор коммуникативных средств (фраза, слово, звук, жест, карточка), а затем обучать его пользоваться ими.

*Постоянно поддерживать собственную активность ребенка, так как развитие социально окружающего мира невозможно без активного и сознательного участия ребенка в процессе.

*Одним из показателей активности ребенка является его положительное отношение к заданию. Если у ребенка быстрая истощаемость, нужно следить за его реакциями, так как иногда такой ребенок не показывает, что он устал, а сразу переходит к деструктивным формам поведения (агрессия, истерика и т. п.). Лучше устроить дополнительную паузу или закончить занятие пораньше.

*У ребёнка может быть свой темп восприятия происходящих событий, поэтому педагог должен стараться взаимодействовать с ним, не навязывая свой темп, а терпеливо дожидаясь ответной реакции.

*Взрослый поддерживает интерес к заданию. Например, помогает в тех ситуациях, когда ребенок не может справиться самостоятельно, но при этом не делает за ребенка то, что он может (пусть и с трудом) сделать сам.

*С поддержанием активности ребенка тесно связана задача развития мотивации деятельности. При неадекватной мотивации ребенок или откажется от деятельности вообще, или его действия будут механическими. Чаще всего такие действия не приводят даже к усвоению ребенком конкретных навыков, тем более не способствуют развитию ребенка. Именно изменением мотивации достигается переход активности из ненаправленной в целенаправленную.

На первых занятиях поддерживается четкая пространственно-временная структура. Каждое занятие должно иметь явно выраженные начало и конец, отдельные задания внутри занятия отделяются друг от друга. Структурировано и пространство помещения – определенные задания связаны с определенным местом или предметом.

Сложные задания чередуются с простыми, а напряжение с расслаблением. Для этого включаются тактильно-ритмические игры (или другие занятия, которые нравятся ребенку).

Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Человек» входит в обязательную часть учебного плана раздела «Окружающий мир». Количество часов в 1 классе: 3 часа в неделю; 99 часов в учебный год (33 учебных недели).

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит **личностным** результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру, овладение ими социо-культурным опытом.

Личностные результаты должны отражать:

- осознание себя как гражданина России;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.

Предметные результаты:

- *понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), жестов;
- *овладение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;
- *умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач;
- *умение использование предметов для выражения путем на них жестом, взглядом;
- *использование доступных жестов для передачи сообщения;
- *понимание слов, обозначающие объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека;
- *умение использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях;
- *обучение глобальному чтению в доступных ребенку пределах;
- *формирование навыка понимания смысла узнаваемого слова; копирование с образца отдельных букв.

Содержание учебного предмета состоит из следующих разделов

**Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими*

- Представления о собственном теле.
- Распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта.
- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Отнесение себя к определенному полу.
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

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

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

**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.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) /мин-во образования и науки РФ. - М.: Просвещение, 2019
2. Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. – М.: ТЦ Сфера, 2023.
3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) \Мин-во просвещения РФ. – М.: Просвещение, 2023

4. Примерные рабочие программы по учебным предметам и коррекционным курсам образования обучающихся с умственной отсталостью. Вариант ы 1,2. 1 дополнительный, 1 классы/ М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2023
5. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра / мин-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2018
6. Никольская О.С. Дети с расстройствами аутистического спектра /О.С. Никольская, С.А. Розенблюм. – М.: Просвещение, 2020
7. Ключник Л.В. Тело человека: энциклопедия для детского сада/Л.В.Ключник. - М.: Росмэн,2022
8. Иванова В.В. Как устроен человек? /В.В.Иванова. – М.: АСТ,2020
9. Безруких, М.М. Разговор о правильном питании: рабочая тетрадь для школьников/ М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001
10. Моя первая энциклопедия. - М.: Росмен,2007
11. Алямовская В.Г. Ребенок за столом: методическое пособие. – М.: Сфера, 2005

- Дидактические игры по лексическим темам.
- Шнуровки, липучки.
- Посуда - вставления (стаканчики одинаковой величины).
- Виды одежды и обуви.
- Принадлежности для ухода за своим телом- оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам.
- Пазлы, лото, разрезные картинки.
- Доска большая универсальная (с возможностью магнитного крепления).
- Ноутбук, интерактивная панель.
- Предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины).
- Звучащие предметы для встряхивания.
- Предметы для сжимания (фактуры разного диаметра).
- Различные по форме, величине, цвету наборы материала (в т.ч. природного).
- Мозаики.

Тематическое планирование

Тема урока	Количество часов
Я – человек.	3 ч.
Моё имя	2 ч.
Кто я?	2 ч.

Все люди разные	2 ч.
Мои руки	1 ч.
Уход за руками	2 ч.
Мои ноги	1 ч.
Уход за ногами	2 ч.
Мой рот и язычок	1 ч.
Уход за полостью рта	1 ч.
Мои зубки	1 ч.
Уход за зубами	1 ч.
Мои глаза	1 ч.
Уход за глазами	1 ч.
Мои уши	1 ч.
Уход за ушами	1 ч.
Повторение	1 ч.
Мой нос	1 ч.
Уход за носом	1 ч.
Умывальная комната	1 ч.
Атрибуты в умывальной комнате	1 ч.
Намачивание и намыливание рук	1 ч.
Мытьё рук	1 ч.
Смывание мыла с рук	1 ч.
Вытирание рук	1 ч.
Туалет	1 ч.
Раковина	1 ч.
Унитаз	1 ч.
Кнопка слива	1 ч.
Смывание унитаза	1 ч.
Нужды человека	1 ч.
Я хочу есть, пить	1 ч.
Снятие нижнего белья	1 ч.
Туалетная бумага. Отматывание бумаги	1 ч.
Одевание нижнего белья	1 ч.
Изнаночная и лицевая сторона	1 ч.
Гигиенические процедуры после посещения туалета	1 ч.
Мытьё рук, вытирание рук	1 ч.
Моё личное полотенце	1 ч.
Моя метка	1 ч.
Повторение	1 ч.
Водные процедуры, душ	1 ч.
Изучаем своё тело	1 ч.
Голова. Туловище	1 ч.
Моё не моё	1 ч.
Мои не мои	1 ч.
Я малыш	1 ч.
Я подросток	1 ч.
Нижняя одежда. Лицевая и изнаночная сторона	2 ч.
Верхняя одежда. Лицевая и изнаночная сторона	3 ч.
Виды обуви	2 ч.
Виды застежек	1 ч.

Утро	1 ч.
День	1 ч.
Вечер	1 ч.
Правильное питание	1 ч.
Овощи и фрукты в жизни человека	2 ч.
Культура поведения в столовой	2 ч.
Добрые слова	1 ч.
Посуда	1 ч.
Сервировка стола	1 ч.
К нам пришли гости, накроем на стол	1 ч.
Моё самочувствие	1ч
У меня болит голова	1ч
Мне плохо	1ч
Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?	2ч
Мама, папа, братья, сестры	2ч
Наши праздники	1ч
Новый год	2ч
8 марта	1ч
Мой дом	1ч
Мои учителя	1ч
Игра, хобби	1ч
Мои части тела	2ч
Овощи и фрукты в жизни человека	2ч
Нужды человека	2ч
Моё самочувствие	2ч
Повторение	2ч

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483482145804926787460742969939487588108943585768

Владелец Бочкарева Елена Еварестовна

Действителен с 26.02.2026 по 26.02.2027