

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 4 класса
(АООП УО 2 вариант)**

Составитель:
Прозорова
Галина
Николаевна,
учитель
I кв. категории

Камышлов, 2026

Пояснительная записка

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений 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.

Цель учебного курса «Человек» - формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

Место учебного предмета в учебном плане

Предмет «Человек» входит в обязательную часть учебного плана в образовательную область «Окружающий мир». Количество часов в 4 классе: 2 часа в неделю; 68 часов в год.

Личностные и предметные результаты освоения учебного курса

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 (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения программы «Человек» включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки:

*проявление активности в организации совместной деятельности и ситуативном общении; адекватное взаимодействие с объектами окружающего мира; сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

*овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

*овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни; принятие и освоение социальной роли обучающегося.

Предметные результаты

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других. Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей: прием пищи, туалет, гигиена тела, одевание/раздевание. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Представления о своей семье, о взаимоотношениях в семье, адекватное поведение в семье, в школе, на улице в условиях реальной или смоделированной учителем ситуации.

Содержание учебного курса

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

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

Раздел **«Представления о себе»** включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье.

Раздел **«Гигиена тела»** включает задачи по формированию умений мыть руки, чистить зубы, мыть руки, стричь ногти, причёсываться и т.д.

Раздел **«Обращение с одеждой и обувью»** включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, в её застёжках/шнуровках, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды, обуви. Знакомство с одеждой по сезонам и погоде.

Раздел **«Прием пищи»** предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, пользованию салфеткой.

Раздел **«Туалет»** предполагает формирование навыков обслуживания себя в туалете.

В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, их и своём социальном статусе, о взаимоотношениях между родными, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намывать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову и т.д.

Учебно-методическое обеспечение учебного курса:

Н. Б. Матвеева, М. С. Котина, Т. О. Куртова «Живой мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва «Просвещение» 2012г

Дидактические пособия для обучающихся:

Презентации, раздаточный материал, демонстрационный материал

Дидактические и методические пособия для учителя:

- С. В. Кудрина «Окружающий мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва ВЛАДОС, 2012г.
- Н. Б. Матвеева, М. С. Котина, Т. О. Куртова «Живой мир». Учебник для специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. Москва «Просвещение» 2012г.
- Наш выбор – здоровье. Досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации \ Авт.-сост. Н.Н.Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009

Тематическое планирование

Название раздела, темы уроков	Количество часов
Представление о себе как о мальчике (девочке).	1
Представление о себе. Моё имя. Моя фамилия.	1
Внешний облик человека: голова, шея, туловище, руки, ноги.	1
Части тела. Голова. Части лица. Глаза, нос, рот.	1
Рука, локоть, кисть, пальцы. Мытьё и вытирание рук. Практическая работа.	1
Ухаживание за ногтями на руках.	1
Нога, колено, ступня.	1
Человек. Пол, возраст, имя, фамилия.	1
Я- человек.	1

Я и моя семья.	1
Моя семья. Работа с фотографиями и иллюстрациями.	1
Пиктограмма «мама», «папа».	1
Я и моя семья. Пиктограмма «бабушка»	1
Я и моя семья. Пиктограмма «дедушка».	1
Пиктограмма «брат», «сестра».	1
Узнавание детей и взрослых	1
Повторение.	1
Семейный альбом. Узнавание членов семьи.	1
Традиции в семье.	1
Твой режим дня.	1
Что такое безопасность. Какие бывают опасности	1
Опасности у тебя дома. Электроприборы.	1
Огонь - друг. Огонь-враг.	1
Правила поведения при возникновении пожара.	1
Правила поведения на детской площадке.	1
Средства гигиены: зубная паста, зубная щётка. Правила чистки зубов и уход за полостью рта.	1
Средства гигиены: мыло, полотенце.	1
Последовательность действий при умывании лица.	1
Уход за носом и полостью рта.	1
Уход за ушами и глазами.	1
Повторение.	1
Закрепление умения различать предметы одежды.	1
Приучения к навыкам складывания одежды.	1
Закрепление навыков обувания. Шнуровка ботинок.	1
Навыки приема пищи.	1
Умение различать предметы, нужные для приема пищи: ложка, тарелка, салфетка.	1
Умение различать предметы, нужные для приёма пищи: стакан, кружка.	1
Закрепление понятий предметов нужных для приема пищи.	1
Закрепление навыков уборки стола после еды.	1
Режим питания. Закрепление понятий: завтрак, обед.	1
Режим питания. Закрепление понятий: полдник, ужин.	1
Культура приёма пищи. Умение пользоваться салфеткой.	1
Умение правильно держать ложку.	1
Посуда и столовые приборы. Название предметов посуды и их назначение.	1
Столовые приборы. Обучение использованию столовых приборов.	1
Сервировка стола к чаю с помощью учителя.	1
Дидактические и ролевые игры: помоги кукле расставить посуду к завтраку.	1
Дидактические и ролевые игры: помоги кукле расставить посуду к обеду.	1
Дидактические и ролевые игры: помоги кукле расставить посуду к ужину.	1
Называние основных приёмов пищи.	1
Повторение.	1
Игровые и речевые образные действия по правилам поведения.	1
Наша семья дома, помощники по дому.	1

Хобби нашей семьи, развлечения.	1
Кем работают мои родители.	1
Кем работают мои бабушки и дедушки.	1
Дежурство в классе. Отработка алгоритма действий.	1
Игры на различение право -лево.	1
Для чего нужна зарядка.	1
Мой возраст.	1
День рождения.	1
Представление о себе. Чем я люблю заниматься.	2
Повторение. Части тела. Правая рука/нога, левая рука/нога.	1
Повторение. Части суток.	1
Повторение.	3
Итого:	68 часов

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483482145804926787460742969939487588108943585768

Владелец Бочкарева Елена Еварестовна

Действителен с 26.02.2026 по 26.02.2027