

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 18.06.2025 г.	Рассмотрено: на заседании педсовета протокол № 4 от 19.06.2025 г.	Утверждено: приказом директора № 339-од от 26.06.2025 г.
---	--	--

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

Составитель:  
Прозорова  
Татьяна  
Ивановна,  
учитель,  
в. кв. категории

## **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;
- \*распознание 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), локализировать 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. Примерные рабочие программы по учебным предметам и коррекционным курсам образования обучающихся с умственной отсталостью. Вариант 2. 1 дополнительный, 1 классы/ М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2018

- Невербальные средства общения (жест, мимика, голос).
- Электронные презентации.
- Дидактические игры по лексическим темам.
- Шнурочки, 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).
- Персональный компьютер.
- 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

Название раздела, темы урока	Количество часов
<i>Представления о себе</i>	
Я – человек.	3 ч.
Моё имя	2 ч.
Кто я?	2 ч.
Все люди разные	2 ч.
<i>Представления о частях тела</i>	
Мои руки	1 ч.
Уход за руками	2 ч.
Мои ноги	1 ч.
Уход за ногами	2 ч.
<i>Представления о себе</i>	
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.
<i>Гигиена тела</i>	
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.

Вытиранье 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 посещение туалета	1 ч.
Мытье рук, вытиранье рук	1 ч.
Моё личное полотенце	1 ч.
Моя метка	1 ч.
Повторение	1 ч.
<b>Гигиена тела</b>	
Водные процедуры, душ	1 ч.
Изучаем своё тело	1 ч.
Голова. Туловище	1 ч.
Моё не моё	1 ч.
Мои не мои	1 ч.
<b>Возрастные изменения</b>	
Я малыш	1 ч.
Я подросток	1 ч.
<b>Виды одежды</b>	
Нижняя одежда. Лицевая и изнаночная сторона	2 ч.
Верхняя одежда. Лицевая и изнаночная сторона	3 ч.
<b>Виды обуви</b>	
Виды обуви	2 ч.
Виды застежек	1 ч.
<b>Режим дня</b>	
Утро	1 ч.
День	1 ч.
Вечер	1 ч.
<b>Правильное питание</b>	
Правильное питание	1 ч.
Овощи и фрукты в жизни человека	2 ч.
<b>Культура поведения в столовой</b>	
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.
<b>Моё самочувствие</b>	
Моё самочувствие	1
У меня болит голова	1
Мне плохо	1

<i>Мои данные</i>	
Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?	2
<i>Моя семья</i>	
Мама, папа, братья, сестры	2
<i>Наши праздники</i>	
Наши праздники	1
Новый год	2
8 марта	1
<i>Мой дом</i>	
Мой дом	1
Мои учителя	1
Игра, хобби	1
<i>Закрепление пройденного материала</i>	
Мои части тела	2
Овощи и фрукты в жизни человека	2
Нужды человека	2
Моё самочувствие	2
Повторение	2
<b>Итого:</b>	<b>99 ч.</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459965

Владелец Бочкарёва Елена Евarestовна

Действителен С 26.02.2025 по 26.02.2026