

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 4 класса  
(АООП УО 2 вариант)**

**Составитель:**  
Баданина  
Елена  
Сергеевна,  
учитель,  
в. кв. категории

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Человек» для обучающихся 4 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 19.12.2014 г. №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.

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.

**Основными задачами** программы по предмету «Человек» являются:

Формирование представлений о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни.

Формирование гигиенических умений.

Формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

Формированию умений использовать во время еды столовые приборы, питью из кружки, пользоваться салфеткой.

Формирование навыков обслуживания себя в туалете.

Формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

Формированию умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

Формированию умений понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

## **Общая характеристика учебного предмета**

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

Образовательные задачи раздела «Представления о себе» направлены на формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений: умываться, причесываться и т.д.

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

Раздел «Прием пищи» предполагает обучение навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов.

Раздел «Туалет» включает задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете.

Образцом культуры общения для ребенка должно являться доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон.

При формировании навыков самообслуживания необходимо объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков.

Программа предполагает следующие виды уроков: комбинированный и урок отработки умения обучающихся. Независимо от вида урока, основную часть составляет индивидуальная работа с каждым учеником.

## **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 наименее 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 умываться, чистить зубы, мыть руки, стричь ногти, причесываться и т.д.

Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, в её застёжках/шнурках, 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 своим 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, намыливать 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:**

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) /мин-во образования и науки РФ.- М.: Просвещение, 2019

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:

- Моё здоровье. Формирование ценностного отношения к здоровью и профилактика ВИЧ/СПИДа у подростков в школе /Авт.-сост. П.П. Кучегашева. – М.: Глобус, 2010
- 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.

## 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.	1
Мытьё и вытиранье рук. Практическая работа.	
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 «брать», «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.	1
Правила чистки зубов и уход за полостью рта.	
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. Шнурковка 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 42050279359779253213008452138721925187139459965

Владелец Бочкарёва Елена Евarestовна

Действителен С 26.02.2025 по 26.02.2026