

**Министерство просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №1»**

ПРИНЯТА решением методического объединения учителей классов СИПР Протокол №1 от 28.08.2025г.	СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по УВР _____ Истепанова С.И. от 29.08.2025г.	Утверждаю И.о. директора ГБОУ «С(К)Ш-И №1» Минпросвещения КБР _____ Понежева М.Ж. Приказ №_____ от 29.08.2025г.
---	---	--

ПРИЛОЖЕНИЕ

К АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА С
УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЕЛОЙ, ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЕЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ
НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (ВАРИАНТ 8.4)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
ЧЕЛОВЕК
1доп-класс

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 № 955 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрирован 06.02.2023 № 72264)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрирован 30.12.2022 № 71930);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 26 июня. 2025г.№495 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий» (Зарегистрировано в Минюсте России 28 июля 2025г.№83082);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра – вариант 8.4 ГБОУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №1»;
- Учебный план ГБОУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №1»;
- «Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)» ГБОУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №1»

Место учебного предмета «Человек» в учебном плане

На изучение предмета «Человек» в 1 классе отводится 3 часа в неделю, курс рассчитан на 99 часов (33 учебные недели).

Общая характеристика учебного предмета « Человек »

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.

Обучение предмету «Человек» направлено на формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания. В процессе занятий в рамках предмета "Человек" ученики приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Ребенок учится определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы, хобби и др.

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи». Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей.

Цели и задачи изучения учебного предмета « Человек »

Цель реализации программы: формирование представления о себе самом и ближайшем окружении: осознание общности и различий с другими людьми; развитие способности выражать свои потребности социально-приемлемыми способами вербально или используя средства альтернативной коммуникации.

Достижение цели планируется через реализацию следующих **задач**:

- формировать представления о возрастных изменениях человека;
- формировать умение жить по режиму дня;
- 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 обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

Содержание учебного предмета « Человек »

Представления о себе (25 часов).

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о строении человека. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего возраста, даты рождения. Представление о возрастных изменениях человека. Называние своего имени и фамилии. Представление о занятиях в свободное время. Рассказ о себе.

Гигиена тела(25 часов).

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук (открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук). Нанесение крема на руки. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Одевание и раздевание(10 часов).

Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Застегивание (завязывание): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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 при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).

Туалет(18 часов).

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение правил последовательности действий в туалете: поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов; сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды – трусов, колготок, брюк; нажатие кнопки слива воды, мытье рук, использование бумажных полотенец, электросушилки.

Прием пищи(10 часов).

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки/стакана (захват кружки/стакана, поднесение кружки/стакана ко рту, наклон кружки/стакана, втягивание / вливание жидкости в рот, опускание кружки/стакана на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку). Еда вилкой (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку). Использование ножа и вилки во время приема пищи (отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа). Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

Семья(11 часов).

Представление о членах семьи, о родственных отношениях в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Человек»

- Понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических 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 вербальным или невербальным способом.

-Обучение глобальному чтению в доступных ребенку пределах.

-Формирование навыка понимания смысла узнаваемого слова; копирование с образца отдельных букв.

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

Дидактические пособия для учащихся:

1. Графические средства для альтернативной коммуникации: карточки с изображениями объектов, людей, действий (фотографии, пиктограммы, графические знаки, символы) с напечатанными словами.
2. Сюжетные и предметные картинки.
3. Интернет-ресурсы и печатные материалы.
4. Карточки ПЭКС.
5. Игровой уголок.
6. Видеоматериалы.

Дидактически методические пособия для педагога:

1. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4).
2. «Обучение и социальная адаптация детей с тяжелыми формами аутизма». Манелис Н.Г., Хаустов А.В., Григорян О.О. Методическое пособие.
3. «Поддержка аутичных и отстающих в развитии детей», Сборник упражнений для специалистов и родителей. Шоплер Э., Ланзинд М., Ватерс Л.: Издательство БелАПДИ – «Открытые двери», Минск 1997г.
4. Шипицина Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе». Социализация детей с нарушением интеллекта. С-Петербург, «Речь», 2005 г
5. Л.Б.Баряева, И.М.Бгажнокова, Д.И.Бойков «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта». М.«Владос», 2009г.
6. Л.Б. Баряева, Е.Т. Логинова, Л.В. Лопатина, Серия рабочих тетрадей «Я ребенок!» Упражнения с пиктограммами: Издательство «Дрофа», 2007г.
7. Методические рекомендации. Пособие для учителя. Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А. Попова М.А. Москва «Просвещение», 2016г.

Материально – техническое обеспечение:

1. Ноутбук – 1 шт.
2. Колонки - 2 шт.
3. Мышь -1 шт

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение по предмету «Человек»

ображениями объектов, людей, действий (фотографии, пиктограммы, графические знаки, символы) с напечатанными словами.

2. Сюжетные и предметные картинки.

3. Интернет-ресурсы и печатные материалы.

4. Карточки ПЭКС.
5. Игровой уголок.
6. Видеоматериалы.

Дидактически методические пособия для педагога:

1. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4).
2. «Обучение и социальная адаптация детей с тяжелыми формами аутизма». Манелис Н.Г., Хаустов А.В., Григорян О.О. Методическое пособие.
3. «Поддержка аутичных и отстающих в развитии детей», Сборник упражнений для специалистов и родителей. Шоплер Э., Ланзинд М., Ватерс Л.: Издательство БелАПДИ – «Открытые двери», Минск 1997г.
4. Шипицина Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе». Социализация детей с нарушением интеллекта. С-Петербург, «Речь», 2005 г
5. Л.Б.Баряева, И.М.Бгажнокова, Д.И.Бойков «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта». М.«Владос», 2009г.
6. Л.Б. Баряева, Е.Т. Логинова, Л.В. Лопатина, Серия рабочих тетрадей «Я ребенок!» Упражнения с пиктограммами: Издательство «Дрофа», 2007г.
7. Методические рекомендации. Пособие для учителя. Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А. Попова М.А. Москва «Просвещение», 2016г.

Материально – техническое обеспечение:

1. Ноутбук – 1 шт.
2. Колонки - 2 шт.
3. Мышь -1 шт.

Тематическое распределение часов:

№ п\п	Разделы	Количество часов
1.	Представление о себе	25
2.	Семья	11
3.	Гигиена тела	25
4.	Туалет	18
5.	Одевание и раздевание	10
6.	Прием пищи	10
	Всего:	99

**Министерство просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №1»**

ПРИНЯТО решением методического объединения учителей классов СИПР Протокол №1 от 28.08.2025г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____ Истепанова С.И. от 29.08.2025г.	Утверждаю И.о. директора ГБОУ «С(К)Ш-И №1» Минпросвещения КБР _____ Понежева М.Ж. Приказ №_____ от 29.08.2025г.
---	---	---

Приложение к рабочей программе
учебного предмета «Человек»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

учебного предмета
ЧЕЛОВЕК

1доп-класс

Календарно – тематическое планирование

№	Тема урока	Кол - во часов	План	Факт
1	«Я – человек». «Моё имя»			
2	«Я – человек». «Моё имя»			
3	«Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»			
4	«Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»			
5	«Кто я?» «Я - мальчик» «Я - девочка»			
6	«Все люди разные» «Светлые и темные» «Большой, маленький человек»			
7	«Все люди разные» «Светлые и темные» «Большой, маленький человек»			
8	«Кто я?» «Я - мальчик» «Я - девочка»			
9	«Все люди разные» «Светлые и темные» «Большой, маленький человек»			
10	«Все люди разные» «Светлые и темные» «Большой, маленький человек»			
11	«Кто я?» «Я - мальчик» «Я - девочка»			
12	«Части тела человека. Основные части тела»			
13	Для чего мы ухаживаем за телом.			
14	Ванная комната. Мыло, шампунь, предметы личной гигиены.			
15	«Мои руки». «Уход за руками»			
16	«Мои руки». «Уход за руками»			
17	«Мои ноги»			
18	«Мой рот и язык»			
19	«Уход за полостью рта»			
20	«Мои зубы»			
21	«Уход за зубами»			
22	«Мои глаза»			
23	«Уход за глазами»			
24	« Мои уши»			
25	«Уход за ушами»			
26	«Мой нос»			
27	«Уход за носом»			
28	«Умывальная комната в школе»			
29	Правила пользования умывальной комнатой в школе.			
30	«Мытьё рук» Алгоритм мытья рук.			

31	Бумажные и тканевые полотенца.			
32	Практическое занятие "Я мою руки сам".			
33	«Нужды человека» Как сообщить о своих желаниях. «Я хочу есть ,пить, в туалет»			
34	«Нужды человека» Как сообщить о своих желаниях. «Я хочу есть ,пить, в туалет»			
35	«Моё самочувствие»«У меня болит голова»« Мне плохо»			
36	«Моё самочувствие»«У меня болит голова» « Мне плохо»			
37	«Туалет» «Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены».			
38	«Туалет» «Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены».			
39	Алгоритм пользования туалетом.			
40	Алгоритм пользования туалетом.			
41	«Унитаз. Части унитаза»			
42	«Кнопка слива» «Смывание унитаза»			
43	«Туалетная бумага. Виды бумаги Правила пользования»			
44	Практическое занятие: «Отматывание, отрывание бумаги»			
45	Закрепление по теме: "Пользование туалетом".			
46	Закрепление по теме: "Пользование туалетом".			
47	«Гигиенические процедуры после посещения туалета»			
48	«Раковина. Части раковины.			
49	«Мытье рук, вытирание рук»			
50	«Мытье рук, вытирание рук»			
51	«Моё личное полотенце»			
52	«Моё личное полотенце»			
53	Повторение: "Для чего мы ухаживаем за телом"			
54	«Водные процедуры, душ».			
55	«Водные процедуры, душ».			
56	«Изучаем своё тело». «Голова» «Туловище»			
57	«Изучаем своё тело». «Голова» «Туловище»			
58	Нахождение частей тела на себе, другом человеке. «Моё не моё» «Мои не мои»			
59	Нахождение частей тела на себе, другом человеке. «Моё не моё» «Мои не мои»			
60	Представление о лице человека. «Моё			

	не моё» «Мои не мои»			
61	Представление о лице человека. «Моё не моё» «Мои не мои»			
62	«Виды одежды» (нижняя одежда)			
63	«Лицевая и изнаночная сторона нижней одежды»			
64	«Виды одежды» (верхняя одежда)			
65	«Лицевая и изнаночная сторона верхней одежды»			
66	«Виды обуви» «Виды застежек»			
67	Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка).			
68	Практическое занятие: "Застежки на одежде и обуви"			
69	Практическое занятие: "Застежки на одежде и обуви"			
70	«Последовательность одевание одежды при раздевании»			
71	«Последовательность одевание одежды при одевании»			
72	«Режим дня. Части суток»			
73	Для чего нужен режим дня			
74	Сообщение о желании пить с помощью различных средств общения (жест, символ, слово).			
75	Сообщение о желании пить с помощью различных средств общения (жест, символ, слово).			
76	Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку).			
77	Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку).			
78	Еда вилок (захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку).			
79	«Культура поведения в столовой» (Использование салфетки во время приема пищи)			
80	«Культура поведения в столовой» (Использование салфетки во время приема пищи)			
81	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья, сестры»			
82	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья,			

	сестры»			
83	«Мой дом» «Мои родственники, друзья»			
84	«Мой дом» «Мои родственники, друзья»			
85	«Как проводить свободное время»			
86	«Как проводить свободное время»			
87	«Мои любимые игры, увлечения»			
88	«Мои любимые игры, увлечения»			
89	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.			
90	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.			
91	Работа с карточками ПЭКС			
92	Работа с карточками ПЭКС			
93	Работа с карточками ПЭКС			
94	Работа с пиктограммами «Я человек»			
95	Работа с пиктограммами «Я человек»			
96	Работа с пиктограммами «Я человек»			
97	Работа с пиктограммами «Я человек»			
98	Работа с карточками ПЭКС			
99	Работа с карточками ПЭКС			

