

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

ПРИНЯТА решением методического объединения <u>учителей</u> <u>классов СИПР</u> 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 ОБУЧАЮЩИХСЯ С
С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЁЛОЙ, ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), С ТЯЖЁЛЫМИ И
МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ - ВАРИАНТ 2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

Человек

6класс-СИПР

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 26.06.2025 г. № 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. 07. 2025г. № 83082);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) – вариант 2 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»

Рабочая программа разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к результатам освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету «Человек».

Место учебного предмета «Человек»

На изучение предмета «Человек» в 6 классе отводится 2 часа в неделю, курс рассчитан на 68 часов (34 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.

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, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях. Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, 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 использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет». В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Цели и задачи изучения учебного предмета «Человек»

Цель обучения- формирование представления о себе самом, ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Задачи:

- формировать представления о себе, осознание общности и различий с другими;
- формировать представления о собственном теле;
- учить распознавать свои ощущения и обогащать сенсорный опыт;
- развивать способность 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;

- формировать умение определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты;
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- формировать умения обслуживать себя, следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности.

Содержание учебного предмета «Человек»

Представления о себе.

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши(девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

Гигиена тела.

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: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.

Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела.

Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).

Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). 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 действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Туалет.

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение 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), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи.

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.

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Человек»

Личностные результаты:

1. Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
2. Представление о безопасном, здоровом образе жизни, наличие мотивации к труду, бережного отношения к материальным и духовным ценностям;
3. Наличие этических чувств, доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
4. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности.
5. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
6. Формирование умения обращаться за помощью к учителю или одноклассника в случае возникновения затруднений при выполнении различных работ. Формирование готовности обращаться к взрослым и сверстникам в бытовых ситуациях.
7. Формирование стремления соблюдать и вести здоровый образ жизни.
8. Овладение социально – бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- Принимать учебную задачу.
- Сохранять учебную задачу.
- Удерживать цель деятельности до получения ее результата.
- Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.
- Контролировать свои эмоции.

Познавательные УУД:

- Использовать по назначению учебные материалы.
- Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.
- Выполнять действия по подражанию.
- Выполнять действия по словесной инструкции.
- Выполнять задание:

в течение определенного периода времени,
от начала до конца,
с заданными качественными параметрами.

Коммуникативные УУД:

- Осуществлять учебное поведение:
направленность взгляда (на говорящего взрослого, задание),
выполнять инструкции учителя.
- Осуществлять учебное сотрудничество с педагогом.
- Осуществлять учебное сотрудничество со сверстниками.
- Стремиться к налаживанию с ними общения.

Предметные результаты:

1) Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- Представление о собственном теле.
- 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, интересы.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

2) Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные удовлетворением первоочередных потребностей.

- Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

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

- Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).
- Умение следить за своим внешним видом.

4) 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1.	Представление о себе	14	Выполнять инструкции учителя Восприятие тела как целого. Узнавание частей тела. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина. Голова. Лицо. Части лица. Называть части лица. Рассматривание изображений мальчиков и девочек. Одежда на них. Сравнение, отличие. Придумывание имён мальчикам и девочкам. Ответы на вопрос Кто ты? Формирование возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой).
2.	Гигиена тела	11	Называние, для чего нужны. Понятие жидкое мыло. Называние предметов санитарии. Умение подстригать ногти ножницами. Умение мыть лицо. Узнавание и называние частей рта: зубы, губы, язычок. Практическое занятие чистка зубов. Когда нужно чистить зубы и полоскать рот.
3.	Семья	6	Как празднуют день рождения. Рассматривание фотографии. Ответ на вопрос: чья? Что мама делает дома? Помогаете ли вы своим мамам? Что делаете? Что

			папа делает дома? Помогаете ли вы своим папам? Что делаете? Что мама делает дома? Помогаете ли вы своим мамам? Что делаете? Называние имён, чем занимаются родители, где работают? Кем работают? Называние своего имени. Какие бывают игры?
4.	Обращение с одеждой и обувью	22	Умение различать виды застежек Умение расстегивать липучку. Умение застегивать липучку. Умение расстегивать молнию. Умение расстегивать кнопку Умение завязывать шнурок Узнавание верхней, нижней, одежда для дома, праздника. Назначение головных уборов Уметь последовательно одеваться
5.	Прием пищи	15	Просмотр презентации. Называние продуктов, полезные и вредные продукты, сравнение, польза, что нельзя есть детям, почему. Виды напитков, называние, сравнение, повторение понятий горячий - холодный. Из чего изготавливаются. Захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки к рту, снятие губами вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Обучение умению очищать фрукты (бананы, мандарины). Правильное держание ложки/вилки.
	Итого	68	

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

ПРИНЯТО решением методического объединения учителей <u>классов СИПР</u> 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**

6 класс-СИПР

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Человек»

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	Представления о собственном теле	1		
2	Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова.	1		
3	Знакомство с частями тела: ноги, голова.	1		
4	Знакомство с собственным телом - голова туловище.	1		
5	Формирование схемы тела.	1		
6	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).	1		
7	Формирование схемы лица. (волосы, уши, зубы).	1		
8	Руки (плечи, пальцы, ногти).	1		
9	Восприятие тела как целого.	1		
10	Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти.	1		
11	Ноги: стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	1		
12	Закрепление названий пальцев рук.	1		
13	Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти).	1		
14	Туловище (спина, живот).	1		
15	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка)	1		
16	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.	1		
17	Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой.	1		

18	Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.	1		
19	Формирование умения мыть лицо.	1		
20	Формирование умения вытирать лицо.	1		
21	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1		
22	Предметы санитарии и гигиены.	1		
23	Зубная паста, зубная щётка.	1		
24	Чистка зубов щёткой.	1		
25	Чистка зубов, полоскание.	1		
26	Мой возраст.	1		
27	Знание своего имени, фамилии и умение давать отклик на имя доступным способом	1		
28	Выделение близких ребёнку людей, формирование эмоциональных и двигательных реакций на их появление.	1		
29	Узнавание близких при появлении.	1		
30	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников.	1		
31	Мама и папа - родители.	1		
32	Представление о досуговой деятельности родителей.	1		
33	«Чем я люблю заниматься».	1		
34	«Чем я люблю заниматься».	1		
35	Знакомство с видами нижней, верхней одежды.	1		
36	Знакомство с видами домашней и школьной одежды.	1		

37	Лицевая, изнаночная сторона одежды.	1		
38	Уход за одеждой.	1		
39	Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями.	1		
40	Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок.	1		
41	Формирование навыка расстегивания липучки.	1		
42	Формирование навыка расстегивания молнии.	1		
43	Формирование навыка застегивания пуговицы.	1		
44	Формирование навыка расстегивания ремня.	1		
45	Формирование навыка развязывания шнурка.	1		
46	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
47	Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды.	1		
48	Знакомство с видами обуви.	1		
49	Правая левая. Виды застёжек.	1		
50	Уход за обувью. Хранение обуви.	1		
51	Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.	1		
52	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1		
53	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1		
54	Культура поведения в столовой.	1		
55	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова.	1		
56	Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	1		

57	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.	1		
58	Уборка посуды со стола. Знакомство с основными видами посуды: кухонная, столовая. Протирание стола после еды.	1		
59	Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса.	1		
60	Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.	1		
61	Полезные и вредные продукты.	1		
62	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название.	1		
63	Название продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко)	1		
64	Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).	1		
65	Вилка. Еда с помощью вилки.	1		
66	Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками	1		
67	Правила приема овощей и фруктов	1		
68	Формирование умения убирать со стола после приёма пищи.	1		

Всего: 68 ч.