

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от "29" августа 2025 г.

Введено

в действие приказом
№ 115-О от "1" сентября 2025 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»
Л.Р. Мартынова



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 009B8F2ED4AABF29319CBFF737774DF79D
Владелец: Мартынова Лилия Равиловна
Действителен с 24.02.2025 до 20.05.2026

Рабочая программа
по учебному предмету «Человек»
для 1(гин) класса
(обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 2))
(надомное обучение В. Р)
0,5 часов в неделю; 17 часов в год
Составитель: Шаброва М.Н., учитель

Согласовано

Зам. директора по УР И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено

На заседании ШМО, протокол № от «28» августа 2025г.

Руководитель ШМО Л.Ю.Сайфутдинова

Альметьевск, 2025г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598 (далее – ФГОС ОВЗ);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённой 24.11.2022 г. приказом Минпросвещения РФ под № 1023;
- Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» (6.4);
- Учебного плана Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания Альметьевской школы-интерната;

Адаптированная рабочая программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей обучающегося (В..., Р...)

Общие сведения о ребёнке: Мальчик находится на надомном обучении.

В течение урока ведёт себя активно, средняя познавательная мотивация. Учебная мотивация не сформирована: занятия с учителем девочка воспринимает, как смену обстановки, развлечение. Учителя слушает, но не выполняет инструкции учителя, не умеет выполнять действия по подражанию и образцу.

Наглядно-образное и логическое мышление слабо развито. Причинно-следственные связи не устанавливает. окружающем мире
Внимание устойчивое, повышена утомляемость.

Навыками самообслуживания не владеет. Мальчик всегда выглядит опрятно, ухожено

Общая характеристика учебного предмета

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося происходит при условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «я» ребёнок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими.

Целью обучения данному предмету является освоение учащимися системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

Перед учителем стоят важные **задачи** – научить детей с пониманием относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, привить навыки гигиены, рационального питания, двигательной активности; научить предвидеть опасность и избегать её. В процессе

изучения предмета «Человек» учащиеся должны: уточнить и закрепить понятийный аппарат (названия предметов, действий с ними); чётко представлять последовательность операций, при этом знать правила безопасности.

Связь с рабочей программой воспитания школы

Программа воспитания школы-интерната призвана создать организационно-педагогические условия для достижения личностных образовательных результатов, указанных в ФГОС (ИН) и ФАОП (ИН).

На уроках необходимо применять такие методы и формы работы, которые помогут в реализации программы воспитания также и через урочную систему. Тем самым у ребёнка с НОДА и интеллектуальными нарушениями формируются и развиваются:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как "Я";
 - социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- происходит: -формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
 - овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
 - освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
 - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
 - овладение доступными средствами коммуникации и общения - вербальными и невербальными;
 - умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач;
 - глобальное чтение в доступных ребёнку пределах, понимание смысла узнаваемого слова;
- развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Место учебного курса. Согласно учебному плану «Альметьевской школы-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» на 2025-2026 учебный год, на надомное обучение отводится 17 учебных часа - из расчёта 1 час в неделю. Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов.

Планируемые результаты (личностные и предметные) освоения учебного предмета

Возможные личностные результаты:

1. осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определённому полу;
 2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
 3. развитие адекватных представлений о социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться в школьные дела и др.;
 4. понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
 5. владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
 6. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его ограниченном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
 7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
 8. формирование уважительного отношения к окружающим;
 9. освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

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 определённому 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.

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

Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться.

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 своё 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.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Учащиеся должны уметь:

- соблюдать элементарные правила безопасности в повседневной жизнедеятельности;
- соблюдать правила гигиены;
- ухаживать за лицом и руками;
- различать и применять средства для уборки помещений;
- правильно пользоваться ложкой во время еды;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

Учащиеся должны знать:

- знать предметы личной гигиены;
- знать правила безопасного использования столовых приборов;
- знать правила поведения за столом;
- знать и соблюдать основные правила безопасности на дороге и дома;
- знать правила поведения в общественном транспорте;
- знать сигналы светофора.

Содержание рабочей программы

№	Тема разделов	Кол-во часов
1.	Представления о себе	3ч.
2.	Гигиена тела	4ч.
3.	Одевание и раздевание	3ч.
4.	Туалет	3ч.
5.	Прием пищи	2ч.
6.	Семья	2ч.

Календарно – тематическое (поурочное) планирование по предмету «Человек»

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные ресурсы	Дата проведения	
				план	факт
1.	Представления о себе Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела Назначения частей тела Заучивание названий частей лица.	Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки). Работа с иллюстративным материалом. Представление о частях тела: голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Узнавание, показ и номинация учащих частей тела, соотнесение их с картинками и фотографиями. Представление о строении человека. Заучивание с учащимися названий частей лица, показ частей лица на себе, на кукле, на фотографии. Называние частей лица учащимися с помощью учителя или самостоятельно: <i>глаза, уши, рот, нос, щеки.</i>	https://resh.edu.ru/		

2.	Строение человека Заучивание своего имени и фамилии.	Узнавание, показ и номинация учащихся частей тела, соотнесение их с картинками и фотографиями. Называние строения человека учащимися с помощью учителя или самостоятельно: скелет, мышцы, кожа. Заучивание с учащимися своего имени, фамилии, своего возраста, даты рождения.	https://resh.edu.ru/		
3.	Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Ознакомление с правилом поведения в ванной комнате.	Называние сведений о себе учащимися с помощью учителя или самостоятельно. Уточнение знаний учащимися правил поведения в ванной комнате. Правила пользования водопроводными кранами. Практические, игровые и имитационные действия по выполнению этих правил. Упражнения со специальными тренажёрами (настенный модуль с кранами).	https://resh.edu.ru/		
4.	Гигиена тела . Ознакомление последовательных действий по одновременному уходу за руками и лицом. Имитационные и речевые упражнения для формирования представлений о последовательности действий.	Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование алгоритма последовательных действий учащихся по одновременному уходу за руками и лицом. Чтение учащимися потешек, стихов и сказок о последовательности, необходимости, значении умывания («Водичка, водичка, умой моё личико...», «...Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!...» др.). Имитационные и речевые упражнения для формирования представлений о последовательности действий, сопряжённое или самостоятельное проговаривание последовательности действий. Выбор и показ предметов для ванной комнаты: ванна, кран.	https://resh.edu.ru/		
5.	Части лица. Способ ухода за глазами. Последовательность ухода за полостью рта.	Узнавание, показ и номинация учащихся частей тела, соотнесение их с картинками и фотографиями: брови, ресницы, веки, глаза, уши, рот, щеки. Знакомство учащихся со способами ухода за глазами (вытирание слез, мытьё глаз) в ходе упражнений и имитационных действий. Сопряжённое или самостоятельное проговаривание учащимися потешек, стихов об уходе за полостью рта, глазами.	https://resh.edu.ru/		

6.	Чтение стихов, рассказов, пение песенок о процедуре умывания, об уходе за глазами и ушами. Узнавание (различение) предметов одежды	Чтение стихов, рассказов, пение песенок о процедуре умывания, об уходе за глазами и ушами. Сопряженное или самостоятельное проговаривание коротких стихов, потешек учащимися. Знакомство учащихся с различными видами одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Работа с иллюстративным материалом.	https://resh.edu.ru/		
7.	Гигиена и уход за полостью рта	Формирование последовательных 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 щетка, закрывание тюбика с зубной пастой. Показ как правильно чистить зубы, Игра-упражнение: «Чистим зубы»			
8	Одевание и раздевание Назначения предметов одежды Узнавание (различение) предметов обуви	Узнавание назначения предметов одежды соотнесение их с картинками и фотографиями. Знакомство учащихся с различными видами обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки.	https://resh.edu.ru/		
9	Назначения видов обуви Различение сезонной обуви	Знакомство учащихся с назначениями обуви: спортивная, домашняя, выходная, рабочая. Работа с иллюстративным материалом. Знакомство учащихся с сезонной обувью: зимняя, летняя, демисезонная. Работа с иллюстративным материалом.	https://resh.edu.ru/		
10	Узнавание (различение) головных уборов Различение видов одежды	Знакомство учащихся с различными видами головных уборов: шапка, шляпа, кепка, панама, платок. Работа с иллюстративным материалом. Знание назначения головных уборов. Знакомство учащихся с различными видами одежды: (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	https://resh.edu.ru/		

11	Туалет Пользование туалетом и соблюдение последовательности действий	Знакомство учащихся с последовательностью действий в туалете. 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), нажатие кнопки слива воды, мытье рук.	https://resh.edu.ru/		
12	Последовательность действий в туалете.	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), нажатие кнопки слива воды, мытье рук. Уметь соблюдать последовательность действий в туалете	https://resh.edu.ru/		
13	Мытье рук.	Формирование последовательных 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. Чтение потешек, стихов и сказок о последовательности, необходимости, значении мытья рук. Уметь соблюдать последовательность действий при мытье рук; Пользоваться средствами личной гигиены	https://resh.edu.ru/		
14	Приём пищи. Столовые приборы. Члены семьи.	Упражнения в сервировке стола для обеда. Обучение учащихся пользоваться ложкой и вилок. Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся и взрослых. Обучение учащихся называнию собственного имени и фамилии, имен близких родственников (матери, отца, бабушки, дедушки, брата, сестры). Рассматривание семейных фотографий и называние <i>(это я, это</i>	https://resh.edu.ru/		

		<i>мама, это папа</i> и пр.).			
15	Накладывание пищи в тарелку	Показ накладывания пищи в тарелку. Игра-упражнение по накладыванию пищи в тарелку . Просмотр презентации : « Мы обедаем». Накладывание пищи в тарелку.			
16	Семья. Семья и обязанности в ней.	Пользоваться пиктограммами для называния и обобщения понятием «семья». Соотносить в карточках-словах и пиктограммы с фотографиями членов семьи. Совместное рассматривание с учащимися семейных фотографий, беседа о семье (папа, мама, бабушка, дедушка, брат, сестра). Отраженное и сопряженное называние членов семьи вместе с их именами: «мама Ольга» и т.д. Игра на тему семья и обязанности в ней Использовать пиктограммы, фотографии при определении членов своей семьи.			
17	Социальная роль в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	Определение своей социальной роли в семье (сын, дочь, брат, сестра и т д). Различение социальных ролей членов семьи (Мама, папа, брат, сестра и т.д.) Представление о бытовой и досуговой деятельности членов Семьи (хобби, чем занимаются в свободное время). Представление о профессиональной деятельности членов семьи (Профессии, кем работают родители). Рассказ о своей семье.	https://resh.edu.ru/		

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Текущий контроль осуществляется по безотметочной системе. В конце каждой четверти на основании промежуточных результатов успеваемости заполняется лист индивидуальных достижений по предметам. Ведётся мониторинг развития универсальных учебных действий по классам.

Лист корректировки рабочей программы

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

--	--	--	--	--	--

Лист согласования к документу № 1 ГИН Человек от 01.09.2025
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 14.10.2025 10:17

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 14.10.2025 - 10:17	-