Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Специальная коррекционная общеобразовательная школа для учащихся с ограниченными возможностями здоровья»

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
На заседании ШМО	Зам. директора по УР	Директор МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ»
Протокол № 1	_____ Н.Г. Шамурина	_____ О.В. Новикова
«31» августа 2026 г.	«31» 08 2026 г.	«02» 09 2026 г.
Руководитель ШМО		
_____И.Ю. Максимюк		

Рабочая программа
по предмету «Человек»

для обучающихся с нарушением интеллекта (АООП, вариант 2)

6 т класс

Разработал и реализует
рабочую программу
*Саванкова Тамара Николаевна, учитель
высшей квалификационной категории*

2026 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Человек» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г №273-ФЗ (редакция от 25.04.2026 (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.09.2026))
2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19)
3. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФГОС УО) (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года №1599 (с изменениями от 8 ноября 2022 года))
4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа (ФАООП) для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 года №1026 (с изменениями от 17 июля 2024 года))
5. Учебный план МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ» на 2026 – 2027 учебный год
6. Календарный учебный график МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ» на 2026 – 2027 учебный год.

Цели:

- 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.

Задачи:

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

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. 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.

Описание места учебного предмета в учебном плане:

Класс	**6 класс**
Количество часов в неделю	1 час
Итого в год	34 часа

Характеристика контингента

6т класс состоит из 8 учащихся (3 девочки и 5 мальчиков) в возрасте 11 – 14 лет, которые обучаются по специальным индивидуальным программам развития. У всех учащихся диагностирована умеренная умственная отсталость (F71), что проявляется в значительных особенностях психофизического развития. Преобладает наглядно-действенное мышление, при этом абстрактные понятия и сложные логические связи остаются малодоступными. Речевое развитие характеризуется использованием простых фраз из 2-4 слов с аграмматизмами, а понимание ограничивается знакомыми бытовыми инструкциями.

Внимание учащихся отличается неустойчивостью и требует частой смены видов деятельности, а память основана на многократном повторении эмоционально значимого материала. Эмоционально-волевая сфера характеризуется непосредственностью реакций и низкой способностью к самоконтролю. Учебная деятельность проходит в медленном темпе с высокой утомляемостью, что требует дозирования нагрузки и постоянной организационной помощи педагога.

Индивидуальные различия внутри класса значительны - от способности выполнять простые инструкции до необходимости работы «рука в руке» (1 ученик). Обучение строится на принципах практической направленности, повторяемости материала и тесной связи с жизненными ситуациями с использованием визуальной поддержки и пошагового инструктажа.

Личностные результаты освоения учебного предмета:

Программа направлена на то, чтобы каждый ученик, как субъект учебно–познавательной деятельности, мог проявить свои личностные качества:

- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- обозначать свое понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

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.
- Овладение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;

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 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.

Базовые учебные действия (БУД) по предмету «Человек»

Формирование БУД на уроках по предмету «Человек» направлено на развитие у учащихся способности к осознанной регуляции своего поведения, коммуникации и познавательной активности в повседневных жизненных ситуациях. В силу особенностей психофизического развития обучающихся с умеренной умственной отсталостью, все действия осваиваются на двух уровнях – минимальном (с постоянной помощью взрослого) и достаточном (с элементами самостоятельности).

Коммуникативные БУД обеспечивают развитие умения вступать в контакт, выражать свои потребности и понимать социальные сигналы. На **минимальном уровне** учащиеся учатся реагировать на обращение по имени, показывать на себя и на других людей по просьбе учителя, использовать указательный жест или картинку для выражения базовых нужд («хочу есть», «болит», «помоги»). Они различают членов семьи на фотографиях и показывают их, а также понимают простые инструкции, связанные с гигиеной и самообслуживанием. На **достаточном уровне** ученики уже способны называть себя и членов семьи по имени, сообщать о своём самочувствии простыми фразами («голова болит», «мне холодно»), использовать вежливые слова в бытовых ситуациях, вступать в диалог с педагогом и сверстниками по знакомым темам, а также сопровождать свои действия речью при выполнении гигиенических процедур.

Регулятивные БУД направлены на организацию собственной деятельности, развитие самоконтроля и умения действовать по алгоритму. На **минимальном уровне** ученики принимают цель занятия (например, «будем мыть руки») и начинают действие после стимуляции взрослого, переключаются между этапами урока с помощью педагога, выполняют простые шаги алгоритма (например, взяли мыло – намылили – смыли) при пошаговой подсказке. Они ориентируются на визуальное расписание и знаки-символы, регулирующие последовательность действий. На **достаточном уровне** учащиеся удерживают цель в течение выполнения знакомой процедуры (одевание, умывание, приём пищи) с минимальным напоминанием, планируют свои действия по картинкам, контролируют результат (например, проверяют чистоту рук после мытья) и исправляют ошибки при указании на них, а также оценивают своё выполнение простыми словами («я молодец», «получилось»).

Познавательные БУД связаны с развитием сенсорного опыта, формированием представлений о себе, теле, окружающих предметах и социальных нормах. На **минимальном уровне** учащиеся узнают и показывают части тела на себе, кукле или картинке, различают предметы личной гигиены (мыло, щётка, полотенце) и соотносит их с функцией, дифференцируют одежду и обувь по назначению. Они понимают понятия «мой – не мой», «холодно – горячо», «вкусно – невкусно» на уровне простых сенсорных эталонов. На **достаточном уровне** ученики классифицируют предметы по категориям (продукты питания, одежда, средства гигиены), устанавливают причинно-следственные связи в знакомых ситуациях (например, «если не вымыть руки, можно заболеть»), используют несложные схемы и алгоритмы для запоминания последовательности действий, а также применяют

полученные знания в моделируемых бытовых ситуациях, например, при сервировке стола или выборе одежды по погоде.

Содержание учебного предмета:

Раздел	Краткое содержание раздела
«Представления о себе»	«Я – человек». «Моё имя» «Кто я?» «Я- мальчик» «Я- девочка» «Все люди разные» «Светлые и темные» «Нужды человека» «Я хочу есть, пить» «Большой, маленький» «Изучаем своё тело» Нахождение частей тела на себе, другом человеке. «Моё не моё» «Мои не мои» «Голова» «Туловище» «Мои руки» «Уход за руками» «Мои ноги» «Уход за ногами» «Мой рот и язык» «Уход за полостью рта» «Мои глаза» «Уход за глазами» «Мои уши» «Уход за ушами» «Мой нос» «Уход за носом» «Возрастные изменения» «Я малыш» «Я подросток» «Мои данные» «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»
«Семья»	«Моя семья» «Мама, папа» «Братья, сестры» «Наши праздники» «Мой дом» «Мои родственники, друзья» «Как проводить свободное время?» «Мои любимые игры, увлечения»
«Гигиена тела и здоровье»	«Нужды человека» «Я хочу есть, пить» «Ванная комната» «Предметы и средства личной гигиены» «Умывальная комната в школе» «Намачивание и намыливание рук» «Мытьё рук» «Мытьё рук» «Вытирание рук» Предметы и средства личной гигиены. «Водные процедуры, душ». «Режим дня» «Утро» «День» «Вечер» «Моё самочувствие» «У меня болит голова» «Мне плохо» Мне больно. Что делать, если упал, ударился.
«Обращение с одеждой и обувью»	«Виды одежды» (верхняя и нижняя одежда) «Лицевая и изнаночная сторона верхней и нижней одежды» «Виды обуви» «Виды застежек»
«Туалет»	«Туалет» «Оборудование туалетной комнаты. Средства гигиены.». «Изнаночная и лицевая сторона» «Гигиенические процедуры после посещение туалета» «Мытье рук, вытирание рук» «Моё личное полотенце»
«Прием пищи»	«Правильное питание» «Овощи и фрукты в жизни человека» «Культура поведения в столовой» «Добрые слова. Правила этикета при приеме пищи» «Посуда» «Сервировка стола» «К нам пришли гости, накроем на стол» «Овощи и фрукты в жизни человека» Правила мойки овощей и фруктов. Профилактика пищевых отравлений

Календарно-тематическое планирование

№	Урок	Кол-во часов	Кол-во контрольных и практических работ
1	Я – человек. Моё имя.	1	
2	Мои данные. Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?	1	
3	Все люди разные. Светлые и темные. Мальчик-мужчина. Девочка-женщина.	1	
4	Кто я? Я- мальчик. Я- девочка.	1	
5	Части тела человека. Строение тела.	1	
6	Для чего мы ухаживаем за телом. Упр. «Повтори за мной»	1	
7	Ванная комната. Мыло, шампунь, предметы личной гигиены.	1	
8	Руки. Уход за руками.	1	
9	Умывальная комната в школе. Правила пользования умывальной комнатой в школе.	1	
10	Мытьё рук. Алгоритм мытья рук. Практическое занятие.		1
11	Бумажные и тканевые полотенца. Практическое занятие "Я мою руки сам".		1
12	Мои ноги. Уход за ногами. Практическое занятие.		1
13	Лицо человека.	1	
14	Мой рот. Уход за полостью рта.	1	
15	Мой язык. Что чувствует язык. Уход за языком.	1	
16	Мой язык. Что чувствует мой язык. Практическая работа.		1
17	Мои глаза. Глаза – орган зрения.	1	
18	Мои глаза. Уход за глазами.	1	
19	Мои глаза. Гимнастика для глаз.	1	
20	Мои уши. Уши – орган слуха.	1	
21	Мои уши. Уход за ушами.	1	
22	У кого ещё есть уши.	1	
23	Мой нос. Для чего он нужен?	1	
24	Мой нос. Уход за носом.	1	
25	Кожа.	1	
26	Правила первой помощи при порезах и ожогах.	1	
27	Опасности, которые нас подстерегают.	1	
28	Осанка. Скелет и мышцы человека.	1	
29	Дыхание человека.	1	
30	Профилактика простудных заболеваний.	1	
31	Закаливание	1	
32	Кровь	1	
33	Обобщающее занятие. Окружающая среда и здоровье человека.	1	
34	Повторение	1	

Воспитательный потенциал предмета «Человек»

Центральное место занимает **формирование позитивной идентичности и самоуважения**: знакомство с телом, принятие себя, осознание пола и возраста укрепляют чувство собственного достоинства.

Важнейшее направление – **воспитание здорового образа жизни и ответственного отношения к здоровью**. Практические занятия по гигиене, режиму дня, питанию и закаливанию формируют осознанное отношение к чистоте и безопасности; умение сообщать о плохом самочувствии и обращаться за помощью воспитывает бережное отношение к жизни.

Предмет активно способствует **социально-бытовой самостоятельности**. Навыки самообслуживания (умывание, одевание, приём пищи) повышают независимость, снижают зависимость от взрослых, приучают к аккуратности и трудолюбию через практические задания (сервировка, выбор одежды).

Не менее значимо **воспитание семейных ценностей**. Изучение темы «Семья» закрепляет знания о членах семьи, их ролях, учит заботе, благодарности и вниманию к близким, развивает эмоциональную привязанность.

Также закладываются **основы безопасного поведения и социальной ответственности**: правила безопасности в быту, этикет, культура общения воспитывают дисциплину и уважение к другим.

Таким образом, каждый урок «Человека» помогает ученику осознать себя частью общества, адаптироваться к жизни и обрести уверенность. Воспитательный эффект достигается через практическую деятельность, эмоциональное подкрепление и связь с реальным опытом ребёнка.

Учебно-методическое обеспечение учебного курса:

Основной учебник:

1. Мир природы и человека ч.1, 1 класс. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих АООП в 2 частях. М.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина, Москва, Просвещение, 2017
2. Мир природы и человека ч.2, 3 класс. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих АООП в 2 частях. М.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина, Москва, Просвещение, 2017

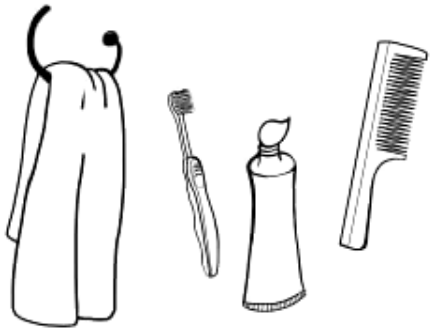
Дидактические пособия для учащихся:

Раздаточный материал, демонстрационный материал

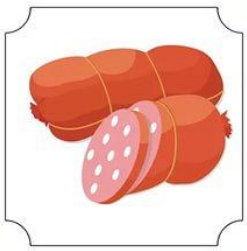
Дидактические и методические пособия для учителя:

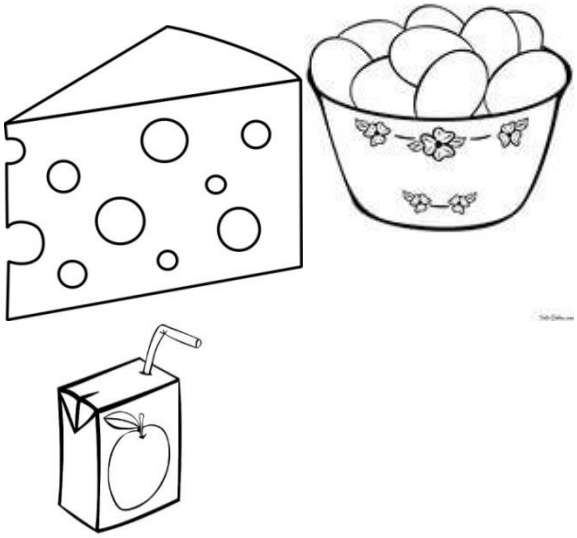
1. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя/В. В. Воронкова, С. А. Казакова. - М.: ВЛАДОС, 2014.
2. Игра-лото «Семья».
3. Игра «Наведём порядок в доме».
4. Лото «Мой дом».
5. Упражнения «Найди пару», «Дорисуй лицо».

Контрольно-измерительные материалы

Человек		
I четверть	*Уровни освоения (выполнения) действий / операций*	
Практические задания	**Пассивное участие / соучастие.**	**Активное участие.**
1.Покажи на картинке человека. 		
2.Покажи на картинке: голову, туловище, руки, ноги.		
3. Покажи на картинке: части лица рот, нос, глаза, щеки.		
4. Покажи на картинке мальчика и девочку		
II четверть	**Пассивное участие / соучастие.**	**Активное участие.**
1.Покажи (назови) на картинке средства личной гигиены: зубная щетка, мыло, зубная паста, полотенце. 		
2. Вымой руки. Вытри полотенцем руки, лицо. (практические задания) 3. Выдели и покажи (назови) на картинке только продукты питания		

		
III четверть	**Пассивное участие / соучастие.**	**Активное участие.**
1.Практическое задание: Накорми куклу.		
2.Покажи (назови) на картинке предметы домашней одежды: халат, платье, тапки, спортивный костюм.   		
IV четверть	**Пассивное участие / соучастие.**	**Активное участие.**
1. Покажи предметы, которые можно носить мальчикам в школу    		

2. Покажи (назови) продукты питания: макароны, сыр, колбаса, хлеб, сок, яйца, молоко, конфеты, печенье.  КОНФЕТА  МАСЛО 		
<u>Итоговое тестирование</u>	**Пассивное участие / соучастие.**	**Активное участие.**
1.Выдели и покажи (назови) на картинке предметы домашней одежды: халат, платье, тапки, спортивный костюм.    		

2. Выдели и покажи продукты питания: макароны, сыр, колбаса, хлеб, сок, яйца, молоко, конфеты, печенье 		
3.Сюжетно-ролевая игра: Семья. - Рассматривание иллюстраций с изображением членов семьи. Покажи маму, папу, брат		
4. Части тела. Покажи на примере куклы где: голова, ноги, руки, спина, живот, шея. 		