



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203

Тел.: 417 32 10

Обсуждена и согласована

Председатель МО

Е.Н. Чернятьева

« 26 » августа 2026 г.

Обсуждена и согласована

Заместитель директора по УР

О.А. Авдоница

« 27 » августа 2026 г.

Принята педагогическим советом

школы № 613

Протокол № 1 от

« 31 » августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № 143

« 31 » августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «человек»

1 - «Б» доп. КЛАССА

2 варианта обучения,

(адаптированная для учащихся с интеллектуальными нарушениями)

Составлена учителем: **Мякишевой Ольгой Викторовной**
высшей квалификационной категории

Учебный год: 2026-2027

Санкт - Петербург

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

Пояснительная записка к рабочей программе по предмету «Человек» 1-«Б» доп. класс (II вариант обучения)

Нормативная основа программы

Программа разработана с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью и сформирован в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации и от 19.12.2014 № 1599 (далее – ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями);
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"
- Приказа О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года N 254;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью интеллектуальными нарушениями (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026);
- Решением педагогического совета ГБОУ школа № 613, Протокол № 3 от 29-12-2021;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613.
- Учебным планом ГБОУ школы №613 Московского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год.

Пояснительная записка

Формирование представлений о себе способствует возникновению взаимодействия с другими людьми, приобщению к социальному миру. С другой стороны, именно в социальном взаимодействии формируются представления о себе как об отдельном существе, с собственной объективной реальностью – телом и субъективной реальностью – психикой как миром эмоций и представлений. Взаимодействуя с другими, ребенок начинает осознавать и понимать себя.

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

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

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

Учебный предмет «Человек» входит в предметную область «Окружающий мир» и рассчитан на 2 часа, 68 часов в год. На основе программы составляется специальная индивидуальная программа развития (СИПР).

Цель программы:

Формирование представлений о себе как целостном «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания.

Задачи:

- формированию гигиенических навыков и умений: умываться, мыться под душем, чистить зубы, причесываться;
- формирование умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды;
- обучение навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов, пользованию салфеткой;
- формированию навыков обслуживания себя в туалете;
- формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

Инструментарий учителя:

- календарно-тематическое планирование;
- предметно-развивающая образовательная среда, организованная с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка (дидактический, иллюстративный, литературный материал, презентации).

Условия реализации программы

Виды и формы организации учебного процесса

Для реализации данной программы используются разнообразные типы уроков, формы и виды работ, а также средства обучения и технологии.

Уроки: традиционные (ознакомления с новым материалом; систематизации и обобщению изученного материала), нетрадиционные (урок-игра, урок-путешествие и т.д.)

Формы работы на уроке: индивидуальная и групповая работа с индивидуальным и дифференцированным подходом.

Методы обучения: словесные, наглядные, практические.

Технологии обучения: здоровьесберегающие, игровые, информационно-коммуникационные, в том числе могут быть использовано дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

Корректировка календарно-тематического планирования может быть осуществлена посредством: укрупнения дидактических единиц.

Количество учебных часов

Программа рассчитана на 2 часа в неделю (согласно учебному плану). При 33 учебных неделях общее количество часов на изучение во 1 доп классе составит 66 часов.

- 1 четверть – 15 часа
- 2 четверть – 16 часа
- 3 четверть – 20 часов
- 4 четверть – 15 часов

Используемый учебно-методический комплект

АООП

Содержание программы по предмету «Человек» 1 доп классе (II вариант обучения)

Планируемые предметные результаты освоения курса «Человек» 1 доп класс (II вариант обучения)

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант II для обучающихся с умственной отсталостью) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Достаточный уровень	Минимальный уровень
<i>Ученики должны знать (понимать)</i> -рабочее место, свои учебные принадлежности -иметь представления о своем теле, гигиене, культуре внешнего вида	<i>Ученики должны знать (понимать)</i> -правила поведения на уроке -дифференцировать свои школьные принадлежности от игрушек -некоторые части тела, предметы гигиены
<i>Ученики должны уметь</i> -надевать и снимать с себя вещи (с минимальной помощью педагога) -самостоятельно ходить в туалет -самостоятельно принимать пищу (под минимальным наблюдением педагога) -называть (показывать) изучаемые предметы, действия -участвовать в коллективном рассказывании (показывании), повторять за педагогом движения	<i>Ученики должны уметь</i> -сосредотачивать внимание на предоставляемом материале -выполнять простейшие инструкции учителя -показывать некоторые изучаемые предметы -выполнять простейшие гигиенические требования с помощью педагога
<i>Ученики должны использовать приобретенные навыки и умения в практической деятельности и повседневной жизни</i>	<i>Ученики должны использовать приобретенные навыки и умения в практической деятельности и повседневной жизни</i>

-простейшее самообслуживание (туалет, прием пищи, одевание, раздевание)	-выполнять действия по инструкции учителя -обогащать пассивный словарный запас
---	---

Содержание учебного предмета

№	Название темы	Кол-во часов
1	Представление о себе	21
2	Гигиена тела	13
3	Обращение с одеждой и обувью	14
4	Туалет	6
5	Прием пищи	12

Основные формы и методы обучения - это практические упражнения, беседы, дидактические игры, работа с зеркалом, чтение пословиц и поговорок, народных примет, стихов, рассказов, рассматривание различных иллюстраций. На всех уроках используются принципы наглядности, доступности, практической направленности.

**Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 1- «Б» доп. класс
(II вариант обучения) на 2026-2027 учебный год**

1 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Планируемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	1	Мое имя и фамилия			Зеркало, кукла
2	2	Мой возраст			Картинки, карточки с именами и фамилиями, презентация
3	3	Я- школьник			Пиктограммы, картинки
4	4	Мои одноклассники.			Картинки, презентация
5	5	Мои увлечения			Пиктограммы, кукла, картинки
6	6	Профессии работников школы: учитель, воспитатель, логопед			Пиктограммы, кукла, картинки
7	7	Тело. Части тела.			Пиктограммы, картинки
8	8	Тело. Части тела. Закрепление. Дидактическая игра «Слушай и показывай»			Пиктограммы, картинки
9	9	Лицо. Части лица.			Картинки, кукла
10	10	Эмоции: радость, грусть, удивление			Картинки, кукла
11	11	Эмоции: страх, злость			Пиктограммы, картинки
12	12	Я и мое настроение.			Презентация
13	13	Человек: мальчики и девочки.			Пиктограммы, картинки
14	14	Мальчики и девочки. Закрепление			Картинки, презентация
15	15	Дом, в котором мы живем			
За 1 четверть по плану -15 ч., по факту-ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					

2 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
16	1.	Брат и сестра			Пиктограммы, картинки
17	2.	Бабушка и дедушка			Пиктограммы, картинки
18	3.	Составление рассказа по картинкам и пиктограммам «Моя семья»			Картинки, презентация.
19	4.	Улица: дорога, дорожные знаки. Я - пешеход			Картинки, презентация.
20	5.	Профессии: водитель, полицейский			Картинки, презентация.
21	6.	Улица: магазин.			Картинки, пиктограммы
22	7.	Улица: поликлиника.			Картинки, презентация
23	8.	Профессии: продавец, врач			Картинки, презентация
24	9.	Одежда.			Картинки, презентация
25	10.	Сезонная одежда.			Картинки, презентация, пиктограммы
26	11.	Дидактическая игра «Одеваем мальчика/девочку на прогулку»			Картинки, кукла
27	12.	Уход за одеждой: стирка, глажение			Картинки, презентация.
28	13.	Личная гигиена: уход за телом			Картинки, презентация.
29	14.	Предметы личной гигиены: мыло, мочалка, полотенце			Картинки, презентация, зубная щетка
30	15.	Предметы личной гигиены: носовой платок, расческа, зеркало, зубная щетка.			Картинки, презентация.
31	16.	Уход за полостью рта. Чистим зубы правильно.			Картинки, презентация
За 2 четверть по плану -16 ч., по факту-ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем					

3 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
32	1	Опрятность и аккуратность			Картинки, презентация
33	2	Уроки Мойдодыра.			Картинки, презентация.
34	3	Продукты питания.			Картинки, презентация
35	4	Продукты питания. Закрепление.			Пиктограммы, картинки, презентация,
36	5	Полезные и вредные продукты.			
37	6	Время суток: утро, день, вечер, ночь.			
38	7	Занятия людей в разное время суток.			Картинки, презентация
39	8	Составление рассказа по картинкам и пиктограммам «Мое утро»			Картинки, готовые формы для аппликации, клей
40	9	Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин.			Картинки, готовые формы для аппликации, клей
41	10	Режим дня школьника. Мой личный режим дня.			Картинки, презентация.
42	11	Составление рассказа по картинкам/пиктограммам «Мой режим дня»			Картинки, готовый образец
43	12	Правила поведения во время еды.			Картинки, готовый образец
44	13	Посуда.			Картинки, презентация.
45	14	Столовые приборы.			Картинки, готовый образец
46	15	Что нужно для мытья посуды?			Картинки, презентация
47	16	Накрываем на стол: скатерть, салфетки.			Картинки, презентация
48	17	Дружба. Мой лучший друг.			Картинки, игра-шнуровка «Ботинок»
49	18	Просмотр мультфильма «Крошка Енот».			Картинки, презентация
50	19	День Рождения, что это за праздник?			

51	20	Какими бывают подарки.			
За 3 четверть по плану -20 ч., по факту-ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.					

4 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
52	1	Вредные и полезные привычки.			Картинки, презентация
53	2	Прогулка и ее значение.			Картинки, презентация
54	3	Сон, его значение			Картинки, презентация, мультфильм
55	4	Если хочешь быть здоровым			Картинки, презентация
56	5	Домашние животные. Уход за домашними животными.			Картинки, презентация
57	6	Безопасность при общении с животными.			Картинки, презентация
58	7	Безопасность дома.			Картинки, презентация
59	8	Пожарная безопасность. Огонь.			Картинки, презентация
60	9	Правила поведения на природе.			Картинки, презентация
61	10	Хорошо быть воспитанным			Картинки, презентация
62	11	Волшебные слова. Вежливость.			Картинки, презентация
63	12	Скоро лето. Занятия людей летом.			Картинки, презентация
64	13	Лето			Картинки, презентация
65	14	Правила поведения летом			Презентация
66	15	Повторение			Книги

За 4 четверть по плану -14ч., по факту-ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.

За год по плану -66 ч., по факту-ч. Программа выполнена полностью\за счёт объединения тем.

Лист корректировки рабочей программы по предмету «Человек».

Учитель: Мякишева Ольга Викторовна

Четверть	Кол-во часов по предмету	Выполнение	Компенсирующие мероприятия/ в случае отставания или лишних часов по предмету	Дата сверки	Подпись председателя МО/ зам. директора по УР
1					
2					
3					
4					
ИТОГО	66		Программа по предмету «Человек» выполнена полностью за счёт объединения/добавления тем. Учитель: Мякишева О.В.		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
 САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,** Рябова Ольга Николаевна, Директор