



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

Московский пр., дом. 203, лит. А

Тел.: 417 32 10

Обсуждена и согласована

Председатель МО
Чернятьева Е.Н.

« » августа 2026 г.

Обсуждена и согласована

Заместитель директора по УР
О.А. Авдоница

« 31 » августа 2026 г.

Принята педагогическим советом

школы № 613
Протокол № от
« 31 » августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы № 613
О.Н. Рябова

Приказ №

« » 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Человек»

1 В КЛАССА

II варианта обучения,

Составлена учителем: Амелькиной Илоны Юрьевны
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

ЧЕЛОВЕК

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

Нормативная основа программы

Программа разработана с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью и сформирована 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 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 молодёжи»;
- 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 другим 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.

Цель обучения по программе: «Человек» - формирование представлений о себе как целостном «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

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.

Количество учебных часов

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

1 четверть –

2 четверть –

3 четверть –

4 четверть –

Используемый учебно-методический комплект: АООП

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

Планируемые предметные результаты освоения курса «Человек» 1 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</i>	<i>Ученики должны использовать</i>

приобретенные навыки и умения в практической деятельности и повседневной жизни -простейшее самообслуживание (туалет, прием пищи, одевание, раздевание)	приобретенные навыки и умения в практической деятельности и повседневной жизни -выполнять действия по инструкции учителя -обогащать пассивный словарный запас
---	---

Содержание учебного предмета

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

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 класса(II вариант обучения) на 2026-2027 учебный год**

1 четверть

№ п/п год	№ п/п четв.	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
1	1	Это – я. Мое отражение в зеркале			
2	2	Мое имя			
3	3	Жесты. Указательный жест			
4	4	Мой возраст			
5	5	Части тела. Голова (глаза, брови, нос, лоб, щеки)			
6	6	Части тела. Руки (локоть, ладонь, пальцы)			
7	7	Где же наши пальчики?			
8	8	Правая и левая рука			
9	9	Части тела. Ноги (колени, ступни, пятки)			
10	10	Правая и левая нога			
11	11	Д/и «Смотри и повторяй за мной»			
12	12	Лицо. Части лица (рот, губы, язык, зубы)			
13	13	Д/и «Смотри и повторяй за мной»			
14	14	Мимика и эмоции			
15	15	Эмоции			
16	16	Повторение			

2 четверть

№ п/п год	№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
----------------------	------------------	-------------------	----------------------	-------------------------	-------------------

	четв.				
17	1	Д/и «Угадай, кто это носит? Мальчик или девочка? »			
18	2	Я и моя семья.			
19	3	Члены моей семьи. Находим по фото			
20	4	Моя мама			
21	5	Что делает моя мама?			
22	6	Гигиена тела			
23	7	Д/и «Кукла чумакая»			
24	8	Предметы личной гигиены. Мыло и полотенце			
25	9	Чистота рук - залог здоровья. Д/и «Моем кукле руки»			
26	10	Волосы. Уход за волосами. Расчесывание			
27	11	Холодная и горячая вода. Смешивание до оптимальной температуры			
28	12	Предметы личной гигиены. Расческа. Д/и «Расчесываем кукле волосы»			
29	13	Мой режим дня			
30	14	Сказка «Мойдодыр»			
31	15	Моем руки			
32	16	Повторение			

3 четверть

№ п/п год	№ п/п четв.	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
33	1	Нос. Гигиена дыхания			
34	2	Одежда. Виды одежды			
35	3	Зимняя одежда			
36	4	Алгоритм одевания и раздевания			
37	5	Верхняя одежда - для улицы. Домашняя одежда. Пижама			
38	6	Аппликация «Одеваем мальчика»			
39	7	Аппликация «Одеваем девочку»			
40	8	Куртка.			
41	9	Д/и «Застегни куртку на молнию»			
42	10	Д/и «Застегни куртку на кнопки (пуговицы)»			

43	11	Головной убор. Шапка.			
44	12	Д/и «Надень шапку на голову»			
45	13	Обувь.			
46	14	Виды обуви по сезонам			
47	15	Правый ботинок, левый ботинок. Липучки на обуви			
48	16	Непослушные шнурки.			
49	17	Одеваемся по погоде			
50	18	Уход за одеждой			
51	19	Лицевая и изнаночная сторона одежды			
52	20	Дом. Разновидности домов			

4 четверть

№ п/п год	№ п/п четв.	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
53	1	Салфетка			
54	2	Посуда			
55	3	Столовые приборы			
56	4	Посуда для приготовления пищи			
57	5	Сковорода			
58	6	Кастрюля			
59	7	Ковш			
60	8	Чайник			
61	9	В гостях у бабушки Федоры			
62	10	Плита			
63	11	Фартук, прихватка			
65	12	Культура поведения за столом			
65	13	Д/и «Кукла в гости к нам пришла»			
66	14	Повторение			

Лист корректировки рабочей программы по предмету «Человек»

Учитель: Амелькина Илона Юрьевна

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			Программа по предмету _____ выполнена полностью за счёт объединения/добавления тем. Учитель: _____		