

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

ПРИНЯТО решением методического объединения учителей классов СИПР Протокол №1 от 28.08.2026г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____ Истепанова С.И. от 28.08.2026г.	Утверждаю И.о. директора ГБОУ «С(К)Ш-И №1» Минпросвещения КБР _____ Понежева М.Ж. Приказ № _____ от 28.08.2026г.
---	---	--

Приложение

К АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЁЛОЙ, ГЛУБОКОЙ
УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), С
ТЯЖЁЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ
(СПЕЦИАЛЬНАЯ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА –СИПР) ВАРИАНТ 2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

ЧЕЛОВЕК

3класс-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 26.06.2025г. № 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" (Зарегистрирован в Минюсте России 28 июля 2025г. № 83082);
- 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);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с 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»

Место учебного предмета «Человек» в учебном плане

Учебный предмет «Человек» входит в образовательную область «Окружающий мир» и является частью учебного плана.

Предмет «Человек» изучается в 3 классе из расчета 3 часа в неделю, общее количество часов – 102(34 учебные недели).

Общая характеристика учебного предмета

«Человек»

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным стандартом «Окружающий социальный мир», «Домоводство».

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

Цели и задачи изучения учебного предмета

«Человек»

Задачи:

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими;
 - Представления о собственном теле;
 - Распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
 - Отнесение себя к определенному полу;
 - Развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
 - Формировать представления о возрастных изменениях;
 - Формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- Формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностями ограничениям здоровья;
- Формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- Формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- Формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета, принимать душ перед сном, соблюдать гигиенические навыки подростка);
- Формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
 - Формировать умения обслуживать себя;
 - Формировать умения следить за своим внешним видом;
- Формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
 - Формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
 - Развитие собственной активности ребенка;

- Формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- Формирование и развитие целенаправленных действий;
- Развитие планирования и контроля деятельности;
- Развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Кроме основных, можно выделить и *методические задачи*:

- Развитие зрительного восприятия;
- Развитие зрительного и слухового внимания;
- Развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- Формирование и развитие координации;
- Развитие пространственных представлений;
- Развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Пропедевтический уровень

1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.
2. Знакомство с собственным телом, его частями.
3. Гигиена тела.
4. Умение пользоваться туалетом.
5. Одевание-раздевание.
6. Прием пищи.

Базовый уровень

1. Представление о себе.
2. Гигиена тела.
3. Туалет.
4. Обращение с одеждой и обувью.
5. Прием пищи.
6. Семья.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№	Раздел программы	Основное содержание раздела
1.	Я- человек.	Знакомство. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела перемещения. Правильная посадка во время занятий.

2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст. Члены моей семьи: мама, папа, брат, сестра.
3.	Все люди разные.	Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена.
3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела.
4.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги) , Ориентация на себе ,другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.
5.	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.
6.	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.
7.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.
8.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.
9.	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.
7.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды–брюк, колготок, трусов,

		сидение на унитазе/горшке.
8.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.
9.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка).
10.	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви.
11.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка.
12.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.
13.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.
14.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.
15.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.
16.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан.

Тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов
Раздел1.Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.			
1.	Я-человек.	Знакомство. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. Правильная посадка во время занятий.	5
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст. Члены моей семьи: мама, папа, брат, сестра.	5
3.	Все люди разные.	Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена.	5
Раздел2.Знакомство с собственным телом, его частями.			
1	Представления частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела.	5

2	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе, другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: Стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	6
3	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	6
Раздел3.Гигиена тела.			
1	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.	5
2	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания.	5
		Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.	
3	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	5
Раздел4.Умение пользоваться туалетом.			
1	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	5

2	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды–брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке.	5
3	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	5
Раздел 5. Одевание-раздевание.			
1	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды.	5
		Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка).	
2	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.	5
3	Практические упражнения в одевании обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка.	5
Раздел 6. Прием пищи.			
1	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.	5
2	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.	5

3	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	5
4	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.	5
5	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан.	5

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

ПРИНЯТО решением методического объединения учителей классов СИПР 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

3класс-СИПР

КАЛЕНДАРНО-ТЕММАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Я-человек. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе.	1		
2	Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.	1		
3	Моё имя.	1		
4	Соотнесение себя со своим именем.	1		
5	Соотнесение себя со своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.	1		
6	Все люди разные.	1		
7	Отнесение себя к определенному полу.	1		
8	Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.	1		
9	Моя половая принадлежность.	1		
10	Моё имя.	1		
11	Представления о частях тела. Знакомство с собственным телом, его частями.	1		
12	Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.	1		
13	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги).	1		
14	Ориентация на картинке.	1		
15	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела.	1		
16	Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	1		
17	Части лица.	1		
18	Ориентация на картинке.	1		
19	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.	1		
20	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	1		
21	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	1		
22	Уход за руками. Уход за ногами.	1		
23	Умывальная комната.	1		
24	Атрибуты в умывальной комнате.	1		
25	Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног.	1		
26	Вытирание рук, ног.	1		
27	Умывание.	1		
28	Нос, глаза, уши. Уход за ними.	1		
29	Принятие процесса умывания.	1		
30	Умывание с поддержкой.	1		
31	Умывание самостоятельно.	1		
32	Уход за полостью рта. Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение.	1		

33	Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов.	1		
34	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1		
35	Чистка зубов с поддержкой.	1		
36	Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	1		
37	Туалетная комната. Знакомство с атрибутами туалетной комнаты.	1		
38	Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	1		
39	Нужды человека. Восприятие процессов выделения.	1		
40	Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет.	1		
41	Умение пользоваться туалетом с поддержкой.	1		
42	Умение пользоваться туалетом самостоятельно.	1		
43	Гигиена после посещения туалета. Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья.	1		
44	Гигиенические процедуры после посещения туалета: мытьё рук, вытирание рук.	1		
45	Виды одежды. Знакомство с видами нижней, верхней одежды.	1		
46	Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки.	1		
47	Виды обуви. Знакомство с видами обуви.	1		
48	Виды застёжек.	1		
49	Практические упражнения в одевании и обувании.	1		
50	Принятие процесса одевания-раздевания.	1		
51	Принятие процесса одевания-раздевания.	1		
52	Участие в процессе одевания-раздевания.	1		
53	Самостоятельное одевание-раздевание.	1		
54	Режим дня.	1		
55	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка.	1		
56	Правильное питание.	1		
57	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ.	1		
58	Культура поведения в столовой.	1		
59	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	1		
60	Столовые приборы.	1		
61	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.	1		
62	Сервировка стола.	1		
63	Прием пищи.	1		
64	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Прием жидкости.	1		
65	Прием пищи с поддержкой.	1		
66	Прием пищи самостоятельно.	1		
67	Глотание. Жевание	1		

68	Выражение предпочтений	1		
69	Соотнесение себя со своим именем.	1		
70	Соотнесение себя со своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.	1		
71	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела.	1		
72	Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	1		
73	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	1		
74	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	1		
75	Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов.	1		
76	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1		
77	Гигиена после посещения туалета. Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья.	1		
78	Гигиенические процедуры после посещения туалета: мытьё рук, вытирание рук.	1		
79	Практические упражнения в одевании и обувании.	1		
80	Режим дня.	1		
81	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка.	1		
82	Туалетная комната. Знакомство с атрибутами туалетной комнаты.	1		
83	Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	1		
84	Виды одежды. Знакомство с видами нижней, верхней одежды.	1		
85	Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки.	1		
86	Виды обуви. Знакомство с видами обуви.	1		
87	Виды застёжек.	1		
88	Практические упражнения в одевании и обувании.	1		
89	Соотнесение себя со своим именем.	1		
90	Соотнесение себя со своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.	1		
91	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги).	1		
92	Ориентация на картинке.	1		
93	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела.	1		
94	Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	1		
94	Части лица.	1		
96	Ориентация на картинке.	1		
97	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.	1		
98	Умывальная комната.	1		
99	Атрибуты в умывальной комнате.	1		

100	Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног.	1		
101	Вытирание рук, ног.	1		
102	Сервировка стола.	1		

Всего 102ч.