

Рассмотрена на заседании МО
учителей - дефектологов
протокол от 27.08.2026 № 1
Руководитель МО учителей -
дефектологов
_____ /Е.Л.Литовская/

Согласована со старшим методистом
_____ /Т. Ф. Кибальчич/

Утверждена приказом директора
МКОУ
«Основная школа № 4 имени Ю. А.
Гагарина» городского округа город
Фролово от 01.09.2026 г. № 143
Директор: _____ /Г. В. Лебедева/

Рассмотрена на заседании
педагогического совета протокол от
27.08.2026 №2
Секретарь педагогического совета
_____ /Т. Ф. Кибальчич/

МКОУ «Основная школа № 4 имени Ю.А.Гагарина»

Рабочая программа
по учебному курсу (дисциплине) «Окружающий мир» учебному предмету **«Человек»**
по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)
для Пугачева Ефима, ученика 5 «к-2» класса, находящегося на индивидуальном обучении на дому.

Учитель: Пономарева Т.И.

городской округ
г. Фролово
2026-2027 учебный год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат: 00C66F57B6D74C45F9585C36E6CEFB7B79 Владелец: Лебедева Галина Васильевна Действителен: с 21.07.2026 по 14.10.2027
Подписано с помощью цифрового сервиса «На-Подписи»

ЧЕЛОВЕК

Пояснительная записка Данная рабочая программа по предмету «Человек» предназначена для обучения Пугачева Ефима, учащегося 5 «к-2» класса, находящегося на индивидуальном обучении на дому по адаптированной основной образовательной программе образования учащихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)

При разработке адаптированной индивидуальной программы учитывались: особенности состояния здоровья учащегося, рекомендации по обучению, составленные специалистами ТПМПК.

Рабочая программа ориентировка разработана в соответствии:

- С Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г;
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования учащихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)
- ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1599).
- Учебный план МКОУ «Основная школа № 4 имени Ю.А.Гагарина» городского округа город Фролово на 2026-2027 учебный год.
- Приказ № 858 от 21 сентября 2022г. «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».(с изменениями № 347 от 21.05.2024г)
- Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 г. № 1025 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"

Индивидуальная программа для Пугачева Ефим разработана в облегченном варианте, т.к. учебная мотивация не сформирована. Проявляет интерес к заданию, но справляется с выполняемым только при индивидуальном подходе взрослого. Темп работоспособности низкий, что связано с рассеянным вниманием и очень быстрой утомляемостью. Движения пальцев рук почти отсутствуют. Нарушен мышечный тонус по типу спастичности. Речь отсутствует.

Целью обучения является формирование представления у обучающихся о частях собственного тела, их назначении, расположении; о собственных возможностях и умениях; о способности выражать свои потребности социально-приемлемыми способами вербально или используя средства альтернативной коммуникации.

Задачи:

1. Продолжать формировать представления детей о частях собственного тела, их назначении, расположении.
2. Обучать правилам поведения на уроке, выполнению санитарно–гигиенических требований при использовании различных материалов.
3. Продолжать развивать самостоятельность в выполнении навыков самообслуживания.
4. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении процессов самообслуживания.

Общая характеристика обучающего предмета

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представлений 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" обучающиеся с умеренной умственной отсталостью и ТМНР приобретают и совершенствуют представления о себе, собственном теле, происходит обогащение сенсорного опыта ребенка. Ребенок учится соотносить себя со своим именем, начинает относить себя к определенному полу. Формируются представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Так же совершенствуется умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, свои интересы и др.

Программа по учебному предмету «Человек» представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Навыки, связанные с личной гигиеной», «Одежда и обувь», «Питание», «Семья», «Культура поведения», «Прием пищи», «Туалет».

В учебном плане по предмету «Человек» 1 час в неделю.

Формирование базовых учебных действий

Базовые учебные действия

Подготовка обучающихся к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

13. Формирование учебного поведения:

- | | |
|--|--|
| ☐ направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание); | ☐ умение выполнять действия по образцу и по подражанию; |
| ☐ умение выполнять инструкции педагога; | |
| ☐ использование по назначению учебных материалов; | |

14. Формирование умения выполнять задание:

- | | |
|---|---|
| ☐ выполняет задание в течение определённого периода времени; | ☐ выполняет задание с заданными качественными параметрами. |
| ☐ выполняет задание от начала до конца; | |

15. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием уроков, алгоритмом действия и т. д.:

- | |
|--|
| ☐ умеет самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому; |
| ☐ умеет самостоятельно переходить от одного задания к другому в соответствии с расписанием занятий. |

ПЛАНИРУЕМЫЕ (ВОЗМОЖНЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ

РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- | | |
|--|---|
| 1. Умение определять свою половую принадлежность (без обоснования). | 4. Умение проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым. |
| 2. Умение устанавливать и поддерживать контакты. | |
| 3. Умение контролировать свое поведение во время урока и на переменах. | |

Предметные результаты:

1. Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

Представления о себе:

- | | |
|---|---|
| ☐ | ☐ Умеет сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы. |
| Соотносит себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. | ☐ Вступает в контакт, поддерживает и завершает его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения. |
| ☐ Имеет представление о собственном теле. | |
| ☐ Относит себя к определенному полу. | |
| ☐ Умеет определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. | |
| 2. Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей. | |

- ☐ Умеет обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.
- ☐ Умеет сообщать о своих потребностях и желаниях.
- 3. Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- 4. Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.
- ☐ Имеет представление о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.
- ☐ Умеет определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- ☐ Умеет соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).
- ☐ Умеет следить за своим внешним видом.

Учебно-тематический план

№	Название темы	Кол-во часов
1.	Представления о себе.	11 часов
2.	Навыки, связанные с личной гигиеной.	7 часов
3.	Одежда и обувь.	4 часа
4.	Питание.	2 часа
5.	Семья.	2 часа
6.	Культура поведения.	1 час
7.	Прием пищи.	1 час
8.	Туалет.	1 час
9.	Повторение.	5 часов

Содержание учебного предмета

Представления о себе. Я – человек. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста, даты рождения. Называние своего домашнего адреса: название города, название улицы, номер дома, номер квартиры. Представление о состоянии своего здоровья. Представления о возрастных изменениях человека. Строение тела человека (части тела). Строение тела человека (органы чувств: глаза, уши, нос, язык, кожа) Строение тела человека (внутренние органы: сердце, легкие). Строение тела человека (внутренние органы: желудок, кишечник). Строение тела человека (внутренние органы: печень, почки) Органы опоры и движения (скелет, череп, грудная клетка, мышцы). Строение тела человека. Назначение внутренних органов. Вредные привычки.

Навыки, связанные с личной гигиеной. Навыки, связанные с личной гигиеной. Предметы личной гигиены. Зачем они нужны? Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Сохранение и укрепление зрения. Закрепление умения показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Косметические средства (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой). Использование косметических средств.

Одежда и обувь. Виды одежды (верхняя и нижняя одежда), ее назначение. Различение по сезонам предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки). Повседневный уход за одеждой. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Выворачивание одежды. Формирование умения развешивать одежду на вешалку. Обувь. Виды обуви, ее назначение. Различение по сезонам предметов обуви. Уход за обувью. Различение обуви правой и левой ноги. Шнуровка ботинок. Головные уборы. Виды головных уборов и их назначение. Различение по сезонам предметов головных уборов. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Внешний вид.

Питание. Основные продукты питания. Содержание полезных веществ в продуктах питания (витамины). Овощи и фрукты в жизни человека. Группы продуктов по происхождению (растительная, животная). Хлеб всему голова. Полезные и вредные продукты. Режим питания.

Семья. Члены семьи. Родственные отношения в семье. Социальные роли в семье. Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь. Рассказ о членах своей семьи. Традиции (праздники) семьи. Режим дня.

Культура поведения. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Утренняя гимнастика. Обращение к старшим и сверстникам при встрече и расставании, мимика и жесты. Правила поведения за столом, вежливые слова.

Прием пищи. Различение (узнавание) основных предметов питания (суп, каша, картофель, хлеб, чай и т. д). Различение (узнавание) предметов нужных для приема пищи. Культура приёма пищи. Этикет.

Туалет. Оборудование туалетной комнаты: Раковина. Части раковины. Унитаз. Кнопка слива. Закрепление умения сидеть на унитазе и оправления малой/большой нужды. Соблюдение последовательности действий в туалете. Правила личной гигиены.

Повторение. Представления о себе. Я – человек. Называние своего имени и фамилии, своего возраста, даты рождения. Называние своего домашнего адреса: название города, название улицы, номер дома, номер квартиры. Строение тела человека (органы чувств: глаза, уши, нос, язык, кожа). Строение тела человека. Назначение внутренних органов. Навыки, связанные с личной гигиеной. Предметы личной гигиены. Зачем они нужны? Закрепление умения показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу. Косметические средства (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой). Использование косметических средств. Одежда и обувь. Виды одежды (верхняя и нижняя одежда), ее назначение. Виды одежды (верхняя и нижняя одежда), ее назначение. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки). Обувь. Виды обуви, ее назначение. Различение обуви правой и левой ноги. Шнуровка ботинок. Питание. Основные продукты питания. Семья. Родственные отношения в семье.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
1	Представления о себе. Я – человек.	1		
	Называние своего имени и фамилии.			
2	Называние своего возраста, даты рождения.	1		
3	Называние своего домашнего адреса: название города, название улицы, номер дома, номер квартиры.	1		
4	Представление о состоянии своего здоровья.	1		
5	Представления о возрастных изменениях человека.	1		
6	Строение тела человека (части тела).	1		
7	Строение тела человека (органы чувств: глаза, уши, нос, язык, кожа)	1		
8	Строение тела человека (внутренние органы: сердце, легкие)	1		
9	Строение тела человека (внутренние органы: желудок, кишечник)	1		
	Строение тела человека (внутренние органы: печень, почки)			
10	Органы опоры и движения (скелет, череп, грудная клетка, мышцы).	1		
	Строение тела человека. Назначение внутренних органов.			
11	Вредные привычки.	1		
	Здоровый образ жизни.			
12	Навыки, связанные с личной гигиеной. Правила личной гигиены	1		

№	Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
13	Навыки, связанные с личной гигиеной. Предметы личной гигиены. Зачем они нужны?	1		
14	Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	1		
15	Уход за полостью рта.	1		
16	Сохранение и укрепление зрения.	1		
17	Мытье и вытирание тела. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела.	1		
18	Косметические средства (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой). Использование косметических средств.	1		
19	Одежда и обувь. Виды одежды (верхняя и нижняя одежда), ее назначение. Различение по сезонам предметов одежды.	1		
	Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки).			
20	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Выворачивание одежды.	1		
	Повседневный уход за одеждой. Формирование умения развешивать одежду на вешалку.			
21	Обувь. Виды обуви, ее назначение. Различение по сезонам предметов обуви.	1		
	Различение обуви правой и левой ноги. Шнуровка ботинок.			
22	Уход за обувью.	1		
	Головные уборы. Виды головных уборов и их назначение. Различение по сезонам предметов головных уборов.			
	Внешний вид. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.			

23	Питание. Основные продукты питания.	1		
	Содержание полезных веществ в продуктах питания (витамины).			
	Овощи и фрукты в жизни человека.			
	Группы продуктов по происхождению (растительная, животная).			
24	Хлеб всему голова.	1		
	Полезные и вредные продукты.			
	Режим питания.			
25	Семья. Члены семьи.	1		
	Родственные отношения в семье.			
	Социальные роли в семье.			

	Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь.			
	Рассказ о членах своей семьи.			
26	Традиции (праздники) семьи.	1		
	Режим дня.			
	Культура поведения. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.			
27	Утренняя гимнастика.	1		
	Обращение к старшим и сверстникам при встрече и расставании, мимика и жесты.			
	Правила поведения за столом, вежливые слова.			
28	Прием пищи. Различение (узнавание) основных продуктов питания (суп, каша, картофель, хлеб, чай и т.д).	1		
	<u>Различение (узнавание)</u> предметов нужных для приема пищи. Культура приёма пищи. Этикет.			

№				
29	Туалет. Оборудование туалетной комнаты: Раковина. Части раковины. Унитаз. Кнопка слива.	1		
	Закрепление умения сидеть на унитазе и оправления малой/большой нужды.			
30	Повторение. Представления о себе. Я – человек.	1		
	Называние своего имени и фамилии, своего возраста, даты рождения.			
	Называние своего домашнего адреса: название города, название улицы, номер дома, номер квартиры.			
31	Строение тела человека (органы чувств: глаза, уши, нос, язык, кожа) Назначение внутренних органов.	1		
	Навыки, связанные с личной гигиеной. Предметы личной гигиены. Зачем они нужны?			
	Закрепление умения показывать и называть правую и левую руку, правую и левую ногу.			
32	Косметические средства (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой). Использование косметических средств.	1		
	Одежда и обувь. Виды одежды (верхняя и нижняя одежда), ее назначение. Различение по сезонам предметов одежды.			
33	Повседневный уход за одеждой. Формирование умения развешивать одежду на вешалку.	1		
	Обувь. Виды обуви, ее назначение. Различение по сезонам предметов обуви.			
	Обувь. Уход за обувью.			
	Головные уборы. Виды головных уборов и их назначение. Различение по сезонам предметов головных уборов.			
34	Питание. Основные продукты питания. Овощи и фрукты в жизни человека.	1		

