

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа № 607  
Пушкинского района Санкт-Петербурга

Принята на заседании педагогического совета ГБОУ ООШ № 607  
Протокол № 1 от 26.08.2025 г.

«Согласовано»	«Утверждаю»
_____ Заместитель директора ГБОУ школы № 607 Дворянкина Е.В.	_____ Директор ГБОУ школы № 607 Шамина Л. Н.
	Приказ № 56/3 от 26.08.2025 г.

**Рабочая программа  
по предмету: «Человек»  
для обучающихся 5 «Б» класса**

Срок реализации 2025-2026 учебный год

Автор-разработчик: Еремеева Ирина Владимировна

Учитель класса «Особый ребенок» высшей квалификационной категории

Санкт-Петербург  
2025

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» в 5 «б» классе составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушениями интеллекта ГБОУ школы № 607 Пушкинского района Санкт - Петербурга, 2 вариант.

Рабочая программа в соответствии с учебным планом ГБОУ школы № 607 на 2025-2026 учебный год рассчитана на 68 часа (исходя из 34 учебных недель в году).

При разработке программы учитывались индивидуальные особенности учащихся (учащиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью), которые в силу своих психофизических особенностей имеют различные дефекты: психоневрологические, речевые, моторные, соматические. У них нарушены психические функции: мышление – конкретное, внимание – рассеянное, крайне неустойчивое, аналитико – синтетическая деятельность нарушена, причинно – следственные связи крайне затруднены. Нарушены: эмоционально – волевая, двигательная сфера, письменная и устная речь. Наблюдаются координационные расстройства письма. Анализ и пересказ – отсутствуют или крайне затруднены. Обучающиеся с трудом переключаются с одного вида деятельности на другой.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределения содержания программы, исходя, из психофизиологических особенностей класса и предполагает индивидуальное психолого-медицинско-педагогическое сопровождение.

Программа может быть реализована, как в очной, так и в дистанционной форме обучения.

Реализация учебной программы обеспечивается УМК, утвержденным приказом по ГБОУ школе № 607 №56/3 от 26 августа 2025 года, в списке учебников, используемых в 2025-2026 учебном году.

### **Краткое содержание разделов программы:**

<b>Разделы программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Содержание</b>
<b>Представления о себе</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки).</li><li>• Узнавание (различение) частей тела (голова ( волосы, уши, шея, лицо), туловище, руки, ноги). Знание назначения частей тела.</li><li>• Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица.</li><li>• Сообщение о состоянии своего здоровья.</li><li>• Называние своего имени и фамилии</li><li>• Знание видов деятельности для организации своего свободного времени.</li></ul>
<b>Гигиена тела</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Различение вентиляй с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры.</li><li>• Вытиранье рук полотенцем.</li></ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирации рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук.</li> <li>• Нанесение крема на руки.</li> <li>• Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытираании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.</li> <li>• Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.</li> <li>• Очищение носового хода.</li> <li>• Нанесение косметического средства на лицо.</li> <li>• Соблюдение последовательности действий при мытье и вытираании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос.</li> <li>• Расчесывание волос.</li> <li>• Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.</li> <li>• Мытье ушей. Чистка ушей.</li> </ul>
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), юбка (платье), брюки). Знание назначения предметов одежды.</li> <li>• Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды.</li> <li>• Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).</li> <li>• Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.</li> <li>• Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.</li> <li>• Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).</li> <li>• Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).</li> <li>• Снятие предмета одежды (например, кофты: захват коф-</li> </ul>

		<p>ты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка).</li> <li>• Соблюдение последовательности действий при раздевании верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог.</li> <li>• Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка).</li> <li>• Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк).</li> <li>• Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог).</li> <li>• Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.</li> </ul>
<b>Туалет</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сообщение о желании сходить в туалет.</li> <li>• Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой.</li> <li>• Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе (горшке), оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусы, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.</li> </ul>
<b>Приём пищи</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сообщение о желании пить.</li> <li>• Питье через соломинку.</li> <li>• Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол.</li> <li>• Наливание жидкости в кружку.</li> <li>• Сообщение о желании есть.</li> <li>• Еда руками.</li> <li>• Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку.</li> <li>• Использование салфетки во время приема пищи.</li> <li>• Накладывание пищи в тарелку.</li> </ul>
<b>Семья</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Узнавание (различение) членов семьи.</li> <li>• Узнавание (различение) обучающихся и взрослых.</li> <li>• Определение своей социальной роли в семье.</li> <li>• Различение социальных ролей членов семьи.</li> <li>• Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.</li> <li>• Представление о профессиональной деятельности членов</li> </ul>

		семьи.
<b>Итого</b>	<b>68</b>	

### **Требования к уровню подготовки учащихся.**

#### **Личностные результаты.**

- Осознание себя (в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определённому полу, как «Я»);
- Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- Владение правилами поведения в учебной ситуации.
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

#### **Предметные результаты.**

##### **Минимальный уровень**

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;
2. представление о собственном теле (голова ( волосы, уши, шея, лицо), туловище, руки, ноги);
3. различение частей собственного лица (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)), представление о назначении частей лица;
4. отнесение себя к определенному полу;
5. умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
6. умение сообщать о своих потребностях и желаниях, обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет;
7. узнавание (различение) предметов одежды, обуви, головных уборов;
8. умение различать одежду по сезонам (зимняя, летняя, демисезонная);
9. узнавание (различение) членов семьи (мама, папа, ребёнок, брат, сестра, бабушка, дедушка), представления о своей социальной роли в семье и о социальной роли других членов семьи;
10. представление о профессиональной деятельности членов семьи.

##### **Достаточный уровень**

1. идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки);
2. умение сообщить о состоянии своего здоровья, назвать своё имя и фамилию;
3. ориентация в собственном теле, различение частей собственного лица (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)), представление о назначении частей лица;
4. умение соблюдать последовательность при снятии (надевании) верхней одежды;
5. умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет;
6. умение сообщать о своих потребностях и желаниях;
7. умение соблюдать гигиенические правила при мытье рук, лица, волос, шеи, при чистке зубов, ушей, при посещении туалета;
8. узнавание (различение) предметов одежды, обуви, головных уборов, различие одежды, обуви, головных уборов по сезонам (зимняя, летняя, демисезонная), умение выбирать одежду для прогулки в зависимости от погодных условий;
9. узнавание (различение) членов семьи (мама, папа, дети, брат, сестра, тётя, дядя), представления о своей социальной роли в семье и о социальной роли других членов семьи;

## 10. представление о профессиональной деятельности членов семьи.

Предмет «Человек» интегрируется с предметами «Домоводство», «Окружающий социальный мир», «Математические представления», «Окружающий природный мир», коррекционными курсами «Нравственное развитие», «Альтернативная коммуникация».

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Коли- чество часов	Номер урока	Дата проведе- ния	Примеча- ние

				<b>По плану</b>	<b>По факту</b>	
1.	Я - человек. Что это значит?	1	1	02.09		
2.	Что находится в туалетной комнате?	1	2	05.09		
3.	Соблюдение последовательности действий в туалете	1	3	09.09		
4.	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирации (сушке) рук, лица	1	4	12.09		
5.	Сообщение о своих потребностях, о желании пить, есть	1	5	16.09		
6.	Сообщение о состоянии своего здоровья	1	6	19.09		
7.	Соблюдение последовательности действий при питье из кружки (стакана)	1	7	23.09		
8.	Соблюдение последовательности действий при еде ложкой.	1	8	26.09		
9.	Последовательность действий при еде вилкой	1	9	30.09		
10.	Захват вилки	1	10	03.10		
11.	Накалывание кусочка пищи	1	11	07.10		
12.	Поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку	1	12	10.10		
13.	Соблюдение последовательности действий при еде вилкой	1	13	14.10		
14.	Что едят на завтрак, обед, полдник, ужин?	1	14	17.10		
15.	Полезные продукты	1	15	21.10		
16.	Различение полезных и вредных продуктов	1	16	24.10		
17.	Узнавание (различение) мальчика (девочки), мужчины (женщины), бабушки (дедушки) по внешним признакам	1	17	07.11		
18.	Ориентация в расположении частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище, руки, ноги). Узнавание (различение) частей лица	1	18	11.11		
19.	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирации рук. Нанесение	1	19	14.11		

	крема на руки.				
20.	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирации лица и шеи. Нанесение косметического средства на лицо.	1	20	18.11	
21.	Уход за ушами (мытьё, чистка), глазами. носом. Очищение носового хода	1	21	21.11	
22.	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирации волос. Расчёсывание волос	1	22	25.11	
23.	Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном	1	23	28.11	
24.	Рабочая одежда. Различие видов одежды	1	24	02.12	
25.	Кем работает моя мама? Какую одежду носит на работе?	1	25	05.12	
26.	Кем работает мой папа? Какую одежду носит на работе?	1	26	09.12	
27.	Кем работает мои бабушка и дедушка?	1	27	12.12	
28.	Домашняя одежда. Различие видов одежды	1	28	16.12	
29.	Спортивная одежда. Различие видов одежды	1	29	19.12	
30.	Различие повседневной и праздничной одежды	1	30	23.12	
31.	Различие видов обуви (прогулочная, домашняя, праздничная, спортивная)	1	31	26.12	
32.	«Собираюсь на праздник (стадион)» Выбор одежды и обуви в зависимости от предстоящего мероприятия	1	32	30.12	
33.	Различие сезонной одежды, обуви, головных уборов (зимняя, летняя, демисезонная)	1	33	13.01	
34.	«Собираюсь на прогулку. Что надеть?» Сюжетно-ролевая игра	1	34	16.01	
35.	«Что надеть на ручки (ножки, голову)?» Сюжетно-ролевая игра	1	35	20.01	
36.	Узнавание (различение) нижней одежды: майка, трусы, носки (колготки).	1	36	23.01	
37.	Узнавание (различение) верхней одежды: пальто, куртка, шуба, плащ	1	37	27.01	

38.	Узнавание (различение) деталей предметов одежды. Пуговицы (молния, заклёпки)	1	38	30.01		
39.	Расстегивание (застёгивание) молнии	1	39	03.02		
40.	Расстегивание (застёгивание) молнии	1	40	06.02		
41.	Расстегивание (застёгивание) пуговиц	1	41	10.02		
42.	Расстегивание (застёгивание) пуговиц	1	42	13.02		
43.	Расстегивание (застёгивание) пуговиц	1	43	17.02		
44.	Узнавание (различение) предметов обуви	1	44	20.02		
45.	Расстегивание (застёгивание) молнии	1	45	24.02		
46.	Расстегивание (застёгивание) липучки	1	46	27.02		
47.	Соблюдение последовательности действий при снятии ботинок	1	47	03.03		
48.	Последовательность действий при обувании	1	48	06.03		
49.	Захват двумя руками голенища правого ботинка, вставление правой ноги в ботинок	1	49	10.03		
50.	Захват двумя руками голенища левого ботинка, вставление левой ноги в ботинок	1	50	13.03		
51.	Соблюдение последовательности действий при обувании	1	51	17.03		
52.	«Одеваюсь и раздеваюсь сам» (верхняя одежда). Сюжетно-ролевая игра	1	52	20.03		
53.	«Правильно ли я оделся?» Контроль своего внешнего вида	1	53	24.03		
54.	«Чистая и грязная одежда» Контроль своего внешнего вида	1	54	27.03		
55.	«Собираюсь на прогулку. Что надеть?» Сюжетно-ролевая игра	1	55	07.04		
56.	Узнавание (различение) членов семьи.	1	56	10.04		
57.	«Мой альбом». Соотнесение напечатанных слов с именами и названиями родственных связей с фотографиями членов семьи	1	57	14.04		

58.	«Мой альбом». Соотнесение напечатанных слов с именами и названиями родственных связей с фотографиями членов семьи	1	58	17.04		
59.	«Наша фамилия». Называние своего имени и фамилии	1	59	21.04		
60.	«Что умеет делать мама, папа? Я, мой брат, моя сестра?» Различение социальных ролей членов семьи.	1	60	24.04		
61.	Как отдыхает мама?	1	61	28.04		
62.	Как отдыхает папа?	1	62	01.05		
63.	Как отдохну я, мои братья и сёстры?	1	63	05.05		
64.	Как отдохивают мои бабушка и дедушка?	1	64	08.05		
65.	«Кто самый старший (младший)?» Возрастные изменения человека	1	65	12.05		
66.	«Кто самый старший (младший)?» Возрастные изменения человека	1	66	15.05		
67.	«Семейный пикник». Моделирование ситуации проведения совместного досуга членов семьи	1	67	19.05		
68.	«Лето моей мечты». Виды деятельности для организации своего свободного времени	1	68	22.05		

## Учебно-методический комплекс

<b>Название предмета</b>	<b>Уровень обучения</b>	<b>Название учебной программы</b>	<b>Вид учебной программы</b>	<b>Используемые учебники</b>	<b>Используемые пособия для учителя, для учащихся</b>	<b>Соответствие УМК</b>
<b>Человек</b>	Коррекционный.	АООП УО ГБОУ школы – интерната № 16 Пушкинского района Санкт - Петербурга	Государственная	Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А., Попова М.А. и др. Мир природы и человека. 1 класс. Учебник. В 2 ч. (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями) - М.: Просвещение 2021 г.- УМК Живой мир, 1 кл.  Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А., Попова М.А. и др. Мир природы и человека. 1 класс. Учебник. В 2 ч. (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями) - М.: Просвещение 2024 г.- УМК	<b>Пособия для учителя:</b>  1.«Дидактические игры на уроках 1-4 классы» Москва «Просвещение» 1991 год. 2.С.Е.Гаврина «Учимся читать и рассказывать» Ярославль «Академия развития» 2006 год. 3 В.А.Ковшиков «Азбука в картинках» СПб «Лист» 1993 год. 4 Е.Н.Леонович «Учимся говорить и писать» Москва «Дидакт» 1994 год. 5 С.А.Левина «Обучение грамоте, поурочные планы» Волгоград 2002 год. 6. А.Моисеев «Звуки и буквы» Ленинград «Просвещение» 1969 год. 7. В.Г.Петрова «Обучение учащихся в 1-4 классах вспомогательной школы» Москва «Просвещение» 1982 год. 8. Н.В.Дурова «От слова к звуку» Москва «Школьная Пресса» 2001 год. 9.В.А.Кирюшин, М.Д.Шевелева «Разрезные слоги для классной работы» Москва «Просвещение» 1990 год. 10.Плакаты «Азбука от А до Я» Минск «Асар» 1996 год. 11.В.Бурдина «Читаем предложения», «Слова и звуки»	Соответствует

			<p>Мир природы и человека (1-4) (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)</p> <p>Матвеева Н.Б., Ярочкина И.А., Попова М.А. и др. Мир природы и человека. 1 класс. Учебник. В 2 ч. (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями) - М.: Просвещение 2025 г.- УМК Мир природы и человека (1-4) (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)</p>	<p>Киров «Дом печати – Вятка» 2011 год.</p> <p>12. Серия «Раскраски малышам»: разноцветные странички» Минск ООО «Сказ» 2010 год.</p> <p>Раздаточные карточки для составления предложений, конструктор «Умный коврик» (веселые буквы).</p> <p><b>Пособия для учащихся:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Букварь, Аксенова А. К. 1 класс в 2-х ч. – М.: Просвещение, 2016</li> <li>2. Букварь, Жукова Н. С. – Екатеринбург; 2013</li> <li>3. Ткаченко Т. А. Читаем после букваря; М.: Эксмо, 2012</li> <li>4. Я – говорю! Упражнения с пиктограммами; Баряева Л. Б. – М.: Дрофа, 2007</li> <li>5. Азбука. Нечаева Н. В. Обучение грамоте – Самара изд. «Учебная литература» 2013</li> <li>6. Память, Логика, Внимание - М.: Стрекоза 2013</li> <li>7. Пальчиковые игры – М.: Стрекоза, 2013</li> <li>8. Почемучка; Игры на развитие памяти, внимания, логики; Дружинина М. – М.: Планета детства, 2013</li> </ol>	
--	--	--	---	--	--