

**Общеобразовательное частное учреждение  
«Школа-интернат «Абсолют»**

142250, д. Райсеменовское, г.о. Серпухов, Московская область  
Телефон-факс: 8(4967) 12-83-63, 14-18-96 ОГРН 1135000006195, ИНН/КПП 5032999345/507701001  
e-mail: school@absolute-school.ru

---

**«СОГЛАСОВАНО»**

Заместитель директора по УР

 /Московская Д.С./

«27» августа 2025г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор образовательной организации

 /Ильина Н.П./



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету «Человек» для 5-11-х классов

Срок реализации – 7 лет

Рабочую программу составили:

Дуденко Валерия Алексовна

Красивова Анастасия Сергеевна

2025 год

## **Аннотация к а рабочей программе основной школы учебного предмета «Человек»**

Место в учебном плане/недельная нагрузка	<p>Учебный предмет «Человек» относится к обязательной части учебного плана.</p> <p>Количество часов 5 класс 2 часа в неделю, 68 ч. в год.</p> <p>Количество часов 6 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p> <p>Количество часов 7 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p> <p>Количество часов 8 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p> <p>Количество часов 9 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p> <p>Количество часов 10 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p> <p>Количество часов 11 класс 1 час в неделю, 34 ч. в год.</p>
Обоснование выбора курса Базовый/профильный/углубленный курс	Программа отражает базовый уровень подготовки школьников.
Документы в основе Составления рабочей программы	<ol style="list-style-type: none"><li>1. ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.</li><li>2. ФАОП ИН (УО) (вариант 2).</li></ol>
Учебники	-
Другие пособия (если используются)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Подготовка к школе детей с синдромом Дауна: методическое пособие/ под общ. ред. Н.А.Урядницкой.- М.: Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2012.</li><li>2. Кудрина С.В. Окружающий мир. Учебник для 4 кл. специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида / С.В. Кудрина. — М.: ВЛАДОС,2014. — 110 с. : ил. — (Специальная</li></ol>

## **Содержание учебного предмета "Человек"**

94.2. Содержание учебного предмета "Человек" представлено следующими разделами: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

### **94.2.1. Раздел "Представления о себе".**

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова ( волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колено, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

### **94.2.2. Раздел "Гигиена тела".**

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытиранье рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытиранье рук. Нанесение крема на руки.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытиранье лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытиранье лица.

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.

Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытиранье волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.

Мытье ушей. Чистка ушей. Вытиранье ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытиранье ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытиранье тела.

Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

#### 94.2.3. Обращение с одеждой и обувью.

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. 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). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

#### 94.2.4. Раздел "Туалет".

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. 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 (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

#### 94.2.5. Раздел "Прием пищи".

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. 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. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда ложкой: захват ложки,

зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

#### 94.2.6. Раздел "Семья".

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек"**

#### **Предметные результаты:**

Минимальный уровень:

- соотносить себя со своим именем, изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- ориентироваться в схеме тела;
- относить себя к определённому полу;
- обслуживать себя;
- соблюдать режим дня школьника;
- аккуратно соблюдать приём пищи.

Достаточный уровень:

- соотносить себя со своим именем, изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- ориентироваться в схеме тела;
- относить себя к определённому полу;
- определять своё самочувствие;
- прослеживать возрастные изменения;
- обслуживать себя;
- следить за своим внешним видом;
- соблюдать режим дня школьника;
- аккуратно соблюдать приём пищи.

#### **Личностные результаты:**

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### Тематическое планирование 5 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Представления о себе	6	<a href="#">"Мальчики и девочки", презентация для детей - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
2	Семья	6	<a href="#">Музыкальная семья   Моя семья   Развивающее видео для детей 1-3 года - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
3	Гигиена тела	10	<a href="#">Руки мыть. Мульт-песенка, видео для детей. Наше всё! - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
4	Туалет	7	<a href="#">Влог Обзор детского унитаза   Настоящий игрушечный унитаз-горшок для кукол   Детский санузел - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
5	Одевание и раздевание	26	<a href="#">Карточки Домана Часть 22   Одежда и Обувь - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
6	Прием пищи	13	<a href="#">Этикет для детей: как вести себя за столом [ Супердети ] - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>

		<a href="#">Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
--	--	--

### Тематическое планирование 6 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Представления о себе	3	<a href="#">Учим части тела для детей</a> <a href="#">Развивающие мультики для малышей - YouTube</a>
2	Семья	3	<a href="#">My family   Моя семья   Развивающее видео для детей 1-3 года - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
3	Гигиена тела	5	<a href="#">Руки мыть. Мульт-песенка, видео для детей. Наше всё! - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
4	Туалет	3	<a href="#">Влог Обзор детского унитаза</a> <a href="#">Настоящий игрушечный унитаз-горшок для кукол</a> <a href="#">Детский санузел - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
5	Одевание и раздевание	14	<a href="#">Карточки Домана Часть 22</a> <a href="#">Одежда и Обувь - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
6	Прием пищи	6	<a href="#">Этикет для Детей: как вести себя за столом [ Супердети ] - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>

### Тематическое планирование 7 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Представления о себе	3	<a href="#">Учим части тела для детей</a> <a href="#">Развивающие мультики для малышей - YouTube</a>
2	Семья	3	<a href="#">My family   Моя семья   Развивающее видео для детей 1-3 года - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>

			<a href="#">(yandex.ru)</a>
3	Гигиена тела	5	<a href="#">Руки мыть. Мульт-песенка, видео для детей. Наше всё! - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
4	Туалет	3	<a href="#">Влог Обзор детского унитаза Настоящий игрушечный унитаз-горшок для кукол Детский санузел - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
5	Одевание и раздевание	14	<a href="#">Карточки Домана Часть 22 Одежда и Обувь - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>
6	Прием пищи	6	<a href="#">Этикет ДЛЯ Детей: как вести себя за столом [ Супердети ] - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)</a>

#### Тематическое планирование 8 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Представление о себе	11	Личная презентация
2.	Семья	8	Личная презентация
3.	Гигиена тела	5	Личная презентация
4.	Обращение с одеждой и обувью	5	Личная презентация
5.	Приём пищи	5	Личная презентация

#### Тематическое планирование 9 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Представление о себе	11	Личная презентация

2.	Семья	8	Личная презентация
3.	Гигиена тела	5	Личная презентация
4.	Обращение с одеждой и обувью	5	Личная презентация
5.	Приём пищи	5	Личная презентация

#### Тематическое планирование 10 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Представление о себе	11	Личная презентация
2.	Семья	8	Личная презентация
3.	Гигиена тела	5	Личная презентация
4.	Обращение с одеждой и обувью	5	Личная презентация
5.	Приём пищи	5	Личная презентация

#### Тематическое планирование 11 класс

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Представление о себе	11	Личная презентация
2.	Семья	8	Личная презентация
3.	Гигиена тела	5	Личная презентация

4.	Обращение с одеждой и обувью	5	Личная презентация
5.	Приём пищи	5	Личная презентация