

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ «ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ П. СОСНОВКА»

Рабочая программа  
начального общего образования  
для обучающихся с РАС (вариант 8.4)  
человек  
(3Д класс)

Составитель: Гугенгеймер Л.В.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» для обучающихся 3 класса с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС) составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г. № 1598);
3. Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с расстройствами аутистического спектра вариант 8.4. ГБУ КО ОО «школа-интернат п. Сосновка» (Приказ от 24 июня 2022 г. № 57д.)

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. Учебный предмет «Человек» является специфическим для обучения детей со сложной структурой дефекта. Занятия по учебному предмету имеют интегративный характер. Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся.

### **Общая характеристика учебного предмета**

**Цель** обучения – формирование представлений о себе и своем ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

#### **Задачи:**

- Расширить представления о влиянии сезонных изменений на жизнь и деятельность человека.
- Формировать понятия об изменении дня и ночи в разное время года и влиянии на жизнь человека.
- Формировать представления о гигиене, правильном образе жизни, пищеварительной системе человека, а также основах здорового питания.

#### **Коррекционно-развивающие задачи:**

- Увеличение объема внимания;
- Коррекция и развитие связной устной речи (или коммуникации альтернативными средствами);
  - коррекция и развитие памяти;
  - коррекция и развитие зрительных восприятий;
  - развитие слухового восприятия;
  - коррекция и развитие тактильного восприятия;
  - коррекция и развитие мелкой моторики рук;
  - развитие самоконтроля, усидчивости и выдержки, умение выражать свои чувства.

У учащихся формируются элементарные представления и понятия, необходимые при обучении другим учебным предметам, расширяется и обогащается представление о непосредственно окружающем мире, они получают некоторые представления о мире, который находится вне поля их чувственного опыта.

Обучение способности видеть, сравнивать, обобщать, конкретизировать, делать элементарные выводы, устанавливать несложные причинно-следственные связи и закономерности способствует развитию аналитико-синтетической деятельности учащихся, коррекции их мышления.

### **Местопредмета в учебном плане**

Учебная программа по предмету «Человек» разработана для 3 класса обучающихся с РАС, составлена на основе АООП НОО обучающихся с РАС (вариант 8.4), соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

На изучение предмета «Человек» в 3 классе отводится 3 часа в неделю, продолжительность учебного года в 3 классе – 34 недели, всего — 102 часа, в том числе 40 часов на внутрипредметный модуль «Охрана здоровья».

### **Содержание предмета**

Идентификация себя со своим именем, своей половой принадлежности (как мальчика или девочки, юноши или девушки). Представление о частях тела. Представление о лице человека. Представление о строении человека.

Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены. Называние своего возраста, даты рождения. Представление о возрастных изменениях человека. Называние своего имени и фамилии. Представление о занятиях в свободное время. Рассказ о себе. Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание 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, вытирание рук). Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. Надевание предмета одежды. Обувание обуви. Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, колготки, юбка, футболка, кофта). Застегивание (завязывание): липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка. Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды, верха и низа одежды. Различение правого и левого ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды. Расстегивание липучки, молнии, пуговицы, ремня, кнопки, развязывание шнурков. 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 при раздевании (например, верхней одежды, снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог).

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение правил 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, использование бумажных полотенец, электросушилки.

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 руками. Еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки спицей ко рту, снятие 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.

Представление о членах семьи, о родственниках, о родственных отношениях в семье. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

#### Тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся	Формы контроля
1.	Части тела человека.	1	Учатся называть и узнавать части тела, узнавать части тела на иллюстрациях, фотографиях, рисунках. Учатся показывать части тела на себе. Учатся ухаживать за собой. Беседа Игра	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
2.	Голова. Уход за головой.	1	Учатся называть и узнавать части тела, узнавать части тела на иллюстрациях, фотографиях, рисунках. Учатся показывать части тела на себе.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
3.	Шея. Уход за шеей.	1	Учатся меть ухаживать за	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.

4.	Туловище. Уход за туловищем.	1	собой.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
5.	Руки. Уход за руками.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
6.	Рука и рука правая и левая.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
7.	Диагностическая работа. Входной срез.	1		Диагностическая работа
8.	Охрана здоровья.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
9.	Глаза. Уход за глазами.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
10.	Уши. Уход за ушами.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
11.	Зубы. Уход за зубами.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
12.	Нос. Уход за носом.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
13.	Семья. Беседа о членах семьи.	1	Беседа о членах семьи. Знакомятся с представлениями о родственных отношениях в семье, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи. Беседа Игра	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
14.	Мама.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.

15.	Папа.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
16.	Бабушка.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
17.	Дедушка.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
18.	Братья.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
19.	Сестры.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
20.	Отношение к близким людям.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
21.	Охрана здоровья. Занятия спортом.	1	Знакомятся с элементарными правилами безопасного поведения.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
22.	Мальчик, девочка.	1	Учатся различать людей по полу.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
23.	Возрастные группы.	1	Знакомятся с возрастными изменениями человека. Формируют адекватное отношение к своим возрастным изменениям. Беседа Игра	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
24.	Младенец.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
25.	Ребенок.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
26.	Диагностическая работа.	1		Диагностическая работа.
27.	Пожилой человек.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.

				работы.
28.	Режим дня и гигиена.	1	Учатся соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытьё рук перед едой и после посещения туалета).	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
29.	Уход за собой.	1	Учатся следить за своим внешним видом.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
30.	Режим дня в школе.	1	Знакомятся с режимом школьного дня и правилами поведения в школе.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
31.	«Хочу в туалет».	1	Учатся сообщить о желании сходить в туалет или других желаниях.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
32.	«Хочу пить».	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
33.	Туалет. Повторение алгоритма посещения туалета	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности действий в туалете.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
34.	Колготки, юбка, футболка, кофта – надевание.	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности надевания одежды.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
35.	Застегивание (завязывание): липучки, молнии.	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила застёгивания и завязывания: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнура.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
36.	Застегивание (завязывание): пуговицы, кнопки.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
37.	Застегивание (завязывание): ремня, шнура.	1		Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
38.	Одежда зимой.	1	Знакомятся с сезонностью одежды. Учатся одеваться по погоде.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.

				работы.
39.	Различение лицевой и изнаночной, передней и задней стороны одежды	1	Знакомятся и учатся различать лицевую и изнаночную, переднюю и заднюю стороны одежды, верх и низ одежды. Учатся следить за своим внешним видом.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
40.	Различение верха и низа одежды	1		Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
41.	Правый и левый ботинок(сапог, тапок).Различение	1	Знакомятся и учатся различать правый и левый ботинок (сапог, тапок). Знакомятсяиучатся следить за своим внешним видом.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
42.	Снятие обуви. Тренировка	1	Учатсясниматьобувь.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
43.	Идентификация себя со своим именем.	1	Учатся называть свое имя. Учатсянаходитькарточку со своим именем.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
44.	Идентификация себя со своей половой принадлежностью	1	Знакомятся и учатся называть свой пол.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
45.	Называние своего возраста.	1	Знакомятся и учатся называть свойвозраст.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
46.	Называние своего имени.	1	Знакомятся и учатся называть свое имя.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
47.	Называние своей фамилии.	1	Знакомятся и учатся называть свою фамилию.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
48.	Узнавание себя на фотографии.	1	Учатся узнавать и показывать себя на фотографии.	Устныйопрос, наблюдение, творческие работы.
49.	Диагностическая работа.	1	Диагностическаяработа.	Диагностическая работа.
50.	Профилактика	1	Знакомятся с правилами	Устныйопрос,



	простудных заболеваний		поведения в период частой заболеваемости простудными заболеваниями	наблюдение, творческие работы.
51.	«Я заболел». Дифференциация своего состояния здоровья	1	Учатся дифференцировать свое состояние и сообщать о своем состоянии здоровья	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
52.	«Болят голова». Как сообщить о головной боли	1	Учатся сообщать о головной боли	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
53.	«Закаливание»	1	Знакомятся с правилами и способами закаливания.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
54.	Алгоритм действий в туалете	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности действий в туалете	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
55.	Алгоритм действий при умывании	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности действий при умывании	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
56.	Алгоритм действий на завтрак	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности действий при приеме пищи. Различают завтрак, обед, ужин	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
57.	Алгоритм действий на обеде	1	Заучивание алгоритма.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
58.	Алгоритм действий на ужине	1	Заучивание алгоритма.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
59.	Алгоритм действий при питье	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила последовательности действий при питье	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
60.	Использование ножа и вилки во время приема пищи	1	Знакомятся и учатся соблюдать правила этикета во время приема пищи. Учатся пользоваться салфеткой	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
61.	Использование Салфетки во время	1	Игра	Устный опрос, наблюдение,

	Приема пищи			творческие работы.
62.	Гигиена до и после приема пищи	1	Уметь соблюдать гигиенические правила после и до приема пищи	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
63.	«Приготовим завтрак»-развивающая игра	1	Повторение пройденного материала по теме «Прием пищи»	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
64.	Я зимой	1	Уметь дифференцировать свое состояние и сообщать о нем	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
65.	Зимние игры	1	Иметь представления о зимних играх	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
66.	Одевание по погоде	1	Уметь одеваться по погоде	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
67.	Алгоритм одевания в домашнюю одежду после сна	1	Знать и соблюдать правила последовательности действий при одевании (переодевании) в различных ситуациях. Уметь действовать соответственно сложившейся ситуации и поставленной цели	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
68.	Алгоритм одевания в школу	1	Беседа. Заучивание алгоритма.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
69.	Алгоритм одевания на прогулку зимой	1	Беседа. Заучивание алгоритма.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
70.	Переодевание после возвращения домой	1	Беседа. Заучивание алгоритма.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
71.	Повторение пройденного материала	1	Повторение и закрепление пройденного материала	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
72.	Алгоритм одевания на Прогулку весной	1	Знать и соблюдать правила последовательности	Устный опрос, наблюдение,

			действий при одевании (переодевании) в различных ситуациях	творческие работы.
73.	Охрана здоровья	1	Учатся действовать соответственно сложившейся ситуации поставленной цели	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
74.	Безопасное поведение на прогулке	1	Знать правила поведения на прогулке	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
75.	Весенние работы в саду	1	Иметь представления о весенних работах в саду	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
76.	«Чистые руки»- изучение правил гигиены	1	Повторить правила гигиены	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
77.	Уборка дома–чистота	1	Иметь представления о последовательности уборки дома	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
78.	Пылесос	1	Познакомиться с правилами уборки пылесосом	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
79.	Чистота на кухне	1	Познакомиться с правилами уборки на кухне. Беседа о безопасном поведении.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
80.	«Моя семья»	1	Повторить представления о семье	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
81.	Профессия мамы	1	Иметь представления о профессиональной деятельности членов семьи	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
82.	Профессия папы	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
83.	Диагностическая работа.	1	Диагностическая работа.	Диагностическая работа.
84.	Профессия дедушки	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение,

				творческие работы.
85.	Любимое занятие	1	Знать необходимую информацию о себе. Уметь рассказывать себе	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
86.	Кем я хочу стать	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
87.	Мой день рождения	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
88.	Моя фамилия	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
89.	Мое имя	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
90.	Мое отчество	1	Беседа	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
91.	Моя одежда	1	Иметь представления о сезонности одежды. Уметь одеваться по погоде	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
92.	Игры дома	1	Иметь представления о занятиях в свободное время. Уметь рассказывать о любимых играх и занятиях в свободное время средствами альтернативной коммуникации	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
93.	Игры на свежем воздухе	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
94.	Развивающие игры	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
95.	Мои любимые игры	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение,

				творческие работы.
96.	Спортивные игры	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
97.	Настольные игры	1	Игра.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
98.	Повторение «Представления о себе»	1	Повторить необходимую информацию о себе. Уметь рассказывать о себе	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
99.	Рассказ о себе	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
100.	Промежуточная аттестация. Творческая работа	1		Творческая работа.
101.	Правила поведения на море	1	Знать правила поведения на море. Иметь представления о безопасном поведении в летний период	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.
102.	Безопасное поведение летом	1	Беседа.	Устный опрос, наблюдение, творческие работы.



