



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**ФЕДЕРАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР**  
**ПО ОРГАНИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**  
ул. Кашенкин Луг, д. 7, г. Москва, 127427 тел.: +7 (495) 619-21-88  
ул. Архитектора Власова д.19, стр.2, г. Москва, 117335; тел: +7 (499) 128-98-83

**ОДОБРЕНО:**

Педагогическим советом ФРЦ РАС МГППУ  
от «28» августа 2025 г.  
(протокол №2)

**УТВЕРЖДЕНО:**

Председатель педагогического совета,  
директор ФРЦ РАС МГППУ  
\_\_\_\_\_ А.В. Хаустов

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету «Человек»**  
**для 1 класса**  
**(АООП НОО вариант 8.4 – первый класс второго года обучения)**

Срок реализации: 1 год

Составитель программы: Ветров А.О.

Москва 2025 г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» для 1 класса (второго года обучения) составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФАОП НОО), в соответствии с Адаптированной основной образовательной программой начального общего образования (АООП НОО) ФРЦ МГППУ, учебным планом АООП НОО для обучающихся с РАС ШДО ФРЦ (Вариант программы 8.4), календарным учебным графиком и календарным планом воспитательной работы ШДО ФРЦ МГППУ.

### **Цели и задачи**

**Цель** изучения учебного предмета – формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

**Задачи** обучения по предмету «Человек»:

- формировать представления о себе и о своем теле,
- формировать первичные представления о ближайшем социальном окружении,
- сформировать навыки личной гигиены,
- развивать умение подражать другому человеку,
- формировать осознание своих желаний,
- учить выражать свои желания социально приемлемыми способами.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Человек» включен в образовательную область «Окружающий мир».

Изучение предмета направлено на формирование у учащихся представлений о себе, о своем теле, о своих физических возможностях и коммуникативных возможностях, развитие самоидентификации, формирование представлений о своих эмоциях, чувствах и интересах; на формирование представлений о своей семье. В ходе предметно-практических уроков обучаемые осваивают навыки личной гигиены и самообслуживания и учатся поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту.

Содержание обучения в рамках предмета «Человек» ориентировано на повышение уровня самостоятельности в ежедневном быту и в жизни.

Рабочая программа направлена на достижение единства учебной и воспитательной деятельности ШДО ФРЦ МГППУ по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и с учетом специфических особенностей и возможностей

обучающихся с РАС, осложненными умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития).

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Человек» изучается в рамках предметной области «Окружающий мир» обязательной части учебного плана АООП НОО для обучающихся с РАС ШДО ФРЦ (Вариант программы 8.4) в объёме 3 часа в неделю (99 часов в год).

**Форма проведения занятий** по программе: очная, возможно с применением электронных средств обучения и дистанционных технологий.

### **Планируемые результаты изучения курса**

Освоение обучающимися АООП НОО вариант 8.4 по предмету «Человек», которая создана на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, предполагает достижение ими личностных и предметных результатов.

#### ***Личностные результаты***

Личностные результаты освоения АООП 8.4 обучающимися с РАС зависят от индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся. Личностные результаты отражаются в СИПР с учетом требований ФГОС НОО ОВЗ:

- 1) осознание себя, своего "Я"; осознание своей принадлежности к определенному полу;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) развитие адекватных представлений о окружающем социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться школьные дела;
- 4) умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.
- 5) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
- 6) первоначальное осмысление социального окружения;
- 7) развитие самостоятельности;
- 8) владение общепринятыми правилами поведения;
- 9) наличие интереса к практической деятельности.

#### ***Предметные результаты***

Программа определяет итоговые предметные результаты. Вместе с тем, рекомендует определять планируемые предметные результаты строго индивидуально с учетом особенностей психического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

## 1 класс второго года обучения

- умение проситься в туалет с помощью альтернативных средств коммуникации,
- умение вытирать нос, рот, руки салфеткой,
- умение тереть руки во время мытья,
- умение вытирать руки о полотенце,
- умение показывать части тела и лица по подражанию на себе и на кукле,
- спокойное поведение при проведении медицинского осмотра
- умение сообщать о своем желании, когда коммуникативный партнер и средство АДСК находятся на расстоянии

Сформированность базовых учебных действий определяется по завершении обучения с учетом индивидуально-личностных особенностей каждого обучающегося.

### Базовые учебные действия

Группа БУД	Учебные действия и умения
<b>Личностные учебные действия</b>	сознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга  способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей  положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней
<b>Коммуникативные учебные действия</b>	целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей  понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе  готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе  умение вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)

	<p>умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем</p> <p>договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации</p>
<b>Регулятивные учебные действия</b>	<p>входить и выходить из учебного помещения со звонком</p> <p>ориентироваться в пространстве класса</p> <p>пользоваться гигиеническими принадлежностями</p> <p>адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.)</p> <p>работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место</p> <p>принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе</p> <p>активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников</p> <p>соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов</p>
<b>Познавательные учебные действия</b>	<p>выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов</p> <p>устанавливать видо-родовые отношения предметов</p> <p>делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале</p> <p>пользоваться знаками, символами</p> <p>наблюдать; работать с информацией (понимать изображение, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях)</p>

## Основное содержание учебного предмета

Диагностика: 8 часов.

Представления о себе: 20 часов.

Гигиена тела: 15 часов.

Одевание и раздевание 16 часов.

Туалет: 21 час.

Семья: 21 час.

### Тематическое планирование

№ урока	Название раздела, темы	Количество часов
Диагностика		
1.	Части тела и лица	8
2.	Гигиенические навыки. Туалет	
3.	Гигиенические навыки во время приема пищи	
4.	Мытье рук	
5.	Самоидентификация	
6.	Посещение врача. Реакция на ситуацию осмотра и манипуляций	
7.	Управление своим телом. Выполнение действий по подражанию	
8.	Представления о своей семье	
Представления о себе		
9.	Мое имя.	20
10.	Я в зеркале и на фото.	
11.	Мое тело. Нахожу части тела по подражанию.	

12.	Мое лицо. Нахожу части лица по подражанию.	
13.	У меня болит. Клею пластырь по подражанию.	
14.	Возможности тела. Выполнение действий конечностями и головой по подражанию.	
15.	Здоровье. Посещение врача. Прохождение осмотра врача	
16.	Гигиена носа, рта. Использование салфетки в гигиенических целях	15
17.	Я вытираю рот салфеткой.	
18.	Я вытираю нос салфеткой.	
19.	Гигиена рук. Я мою руки.	
20.	Я вытираю руки.	
21.	Снятие элементов верхней одежды.	16
22.	Снятие обуви.	
23.	Надевание верхней одежды. Застегивание молнии.	
24.	Надевание обуви. Использование ложки для обуви. Застегивание липучек.	
25.	Я хочу в туалет. Просьба о посещении туалета с помощью средств альтернативной коммуникации.	21
26.	Я сам в туалете. Самообслуживание в туалете.	
27.	Прием пищи	
28.	Использование столовых приборов за столом	
29.	Использование салфетки	
30.	Использование планшета «Жди» для ожидания пищи	
31.	Использование средств альтернативной коммуникации для выражения просьбы и отказа во время приема пищи	

Семья		
32.	Моя семья. Мама. Папа.	21
33.	Братья, сестры.	
34.	Бабушка. Дедушка.	
35.	Различение демонстрируемой фотографии без предоставления выбора	
36.	Различение демонстрируемой фотографии. Выбор из 2 стимулов. Выбор из 3 стимулов	
37.	Сопоставление идентичных фотографий методом сортировки	
38.	Сопоставление идентичных фотографий методом сортировки с предварительным указыванием на эталон и идентичный предмет	
39.	Сопоставление идентичных фотографий на плоскости методом наложения	
40.	Сопоставление идентичных фигур на плоскости методом наложения с предварительным указыванием на эталон и идентичный предмет	
41.	Сопоставление фотографий методом подкладывания	
	<b>Всего часов</b>	<b>99</b>



## Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Для реализации рабочей программы по учебному предмету используются:

Обязательные учебные материалы для ученика (Учебники, учебные пособия)	
1.	Лыкова-Унковская Е.С.: Социально-бытовая ориентировка. 1 дополнительный и 1 класс. Дидактический материал - - М.: ООО «Издательский центр ВЛАДОС», 2021.
2.	
Методические материалы для учителя	
1.	Лиф Р. Макэкен Дж. Идет работа. Стратегии работы с поведением. Учебный план интенсивной поведенческой работы при аутизме - М.: ИП Толкачев, 2016.
2.	Фрост Л., Бонди Э. Система альтернативной коммуникации с помощью карточек (PECS): руководство для педагогов. Москва: Теревинф, 2011.
Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет	
1.	
2.	
Дополнительные средства	
1.	объекты быта: раковина, туалет, мыло, полотенце, салфетки, туалетная бумага
2.	наглядный изобразительный материал (видео, фотографии, рисунки для демонстрации обучающимся)
3.	фотографии с изображением учащихся и их членов семьи
4.	пособие на липучках «У меня болит»
5.	карточки для обмена изображениями (АДСК)
6.	кукла
7.	медицинский халат и аптечка