

**Рабочая программа по АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (ИН), ТиМНР (вариант 2), по учебному предмету «Человек» (1 – 4 классы)**

**Пояснительная записка**

В основу рабочей программы положены следующие нормативно – правовые документы:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;

- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренная федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию. Протокол от 22.12.2015 г. № 4/15;

- Санитарно - эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26;

- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2). КОУ ВО "Борисоглебская школа-интернат "

**Цель:** формировать представления о себе самом и ближайшем окружении.

**Задачи:**

- 1) формирование представлений о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других; соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; представления о собственном теле;
- 2) формирование умения решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- 3) формирование умения поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- 4) формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье

**Общая характеристика учебного 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.

Содержание обучения в рамках предмета «Человек» включает формирование представлений о себе как «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову и т.д.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

Индивидуальные формы работы на занятиях по курсу «Человек» сочетаются с групповыми.

Дидактический материал подобран в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, с учетом уровня развития представления о себе и речи детей.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Программа рассчитана на 4 года обучения

1 класс – 99 ч в год

2 класс - 102 ч в год

3 класс - 68 ч в год

4 класс - 68 ч в год

Всего - 337 ч в год

Количество часов в неделю

1 класс – 3 ч

2 класс - 3 ч

3 класс - 2 ч

4 класс - 2 ч

Всего - 10 ч

### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Человек»**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

#### **Возможные личностные результаты освоения учебного предмета:**

1. основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
4. формирование уважительного отношения к окружающим;
5. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
6. освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына(дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
7. развитие самостоятельности и лично ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
9. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
10. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
11. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Возможные предметные результаты освоения учебного предмета:**

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.
- Представление о собственном теле.
- Отнесение себя к определенному полу.

- Умение определять «мое» и «не мое», осознавать и выражать свои интересы, желания.
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.
- Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

2) *Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.*

- Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и др.
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) *Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.*

- Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).
- Умение следить за своим внешним видом.

4) *Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.*

- Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

#### **Формирование базовых учебных действий**

1. Подготовку ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

2. Формирование учебного поведения:

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

3. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени,
- от начала до конца,
- с заданными качественными параметрами.

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

### **II. Содержание учебного предмета « Человек »**

Программа включает следующие разделы: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Обращение с одеждой и обувью», «Туалет», «Прием пищи», «Семья».

#### **Представления о себе:**

- узнавание (различение) частей лица - глаза, нос, рот, подбородок, щеки.
- узнавание (различение) частей головы - волосы, лицо, уши, затылок.
- узнавание (различение) частей лица - глаза, нос, рот, подбородок, щеки.
- узнавание (различение) частей лица - глаза, нос, рот, подбородок, щеки.
- узнавание себя в зеркале.

#### **Гигиена тела:**

- узнавание (различение) частей лица - глаза, нос, рот, подбородок, щеки.
- 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, вытирание лица.
- соблюдение последовательности действий при чистке зубов: 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. узнавание (различение) частей лица - глаза, нос, рот, подбородок, щеки.

#### **Обращение с одеждой и обувью:**

-узнавание (различение) предметов одежды - трусы, майка, футболка, штаны, свитер, сарафан, куртка.

-узнавание (различение) деталей предметов одежды - пуговицы, молния, заклепки, липучка, рукав, штанина.

- узнавание (различение) предметов обуви - сандалии, тапки, кроссовки, сапоги, ботинки.

- вытирание от грязи, пыли мокрой тряпочкой.

-надевание (снятие) предметов одежды - футболка, штаны.

-обувание (снятие) предметов обуви - сандалии, тапки, кроссовки, ботинки.

- различение обуви для правой и левой ног.

-различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды.

#### **Туалет:**

- соблюдение последовательности действий в туалете - поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды, сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды, нажатие кнопки слива воды, мытье рук.

#### **Прием пищи:**

- сообщение о желании есть; еда с использованием ложки и вилки.

-правила поведения за столом.

-сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки: захват кружки, поднесение кружки ко рту, наклон кружки, втягивание жидкости в рот, опускание кружки на стол. 3

-знакомство с сервировкой стола к завтраку, назначением посуды для сервировки стола к завтраку

**Семья:** узнавание (различение) детей и взрослых.

#### **1 класс**

Программа представлена следующими разделами

«Представления о себе», «Семья».

#### **«Представления о себе»**

Раздел «Представления о себе» включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях. Навыки, связанные с гигиеной тела. части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, руки, ноги, пальцы);предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, расческа, зубная щетка, зубная паста, ножницы, ванна, полотенце; действия, связанные с гигиеной тела: мыть, вытирать, чистить, полоскать, причесываться.

Закреплять навыки одевания и обувания под присмотром учителя (родителя).

#### **«Семья»**

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок с ТМНР учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлись доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию с ними.

Содержание программы обеспечивает: лично-ориентированный подход во взаимодействии ребенка со взрослым; формирование у ученика комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Основной формой организации процесса обучения является урок. На уроках детально отрабатываются все трудовые операции по санитарно – гигиеническим требованиям и самообслуживанию.

## **2 класс**

Программа представлена следующими разделами  
«Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Прием пищи».

### **«Представления о себе»**

Раздел представление о себе включает следующее содержание: идентификация себя по половой принадлежности, представление о своем теле, его строении и развитии навыков самообслуживания

### **«Гигиена тела»**

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д.

### **Семья»**

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи

### **«Прием пищи»**

Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой.

## **3, 4 класс**

Программа в 3, 4 классе представлена следующими разделами

«Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

### **«Представления о себе»**

Раздел «Представления о себе» включает следующее содержание: представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях.

### **«Семья»**

Освоение содержания раздела «Семья» предполагает формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи

### **«Гигиена тела»**

Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д.

### **«Одевание и раздевание»**

Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

### **«Прием пищи»**

Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой.

Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет».

Содержание программы обеспечивает: личностно-ориентированный подход во взаимодействии ребенка со взрослым; формирование у ученика комплекса личностных качеств и навыков социального поведения (самостоятельность, аккуратность, трудолюбие, умение слушать и слышать, принимать решение и выполнять его и т.д.).

Основной формой организации процесса обучения является урок. На уроках детально отрабатываются все трудовые операции по санитарно – гигиеническим требованиям и самообслуживанию.

### III. Тематическое планирование

Человек

1 класс

3 часа в неделю

Всего 99 часов

№ урока	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Календ. сроки	Фактич. сроки
	<b>Представления о себе</b>			
1.	Знакомьтесь, это я.	1		
2.	Части тела: голова, уши, волосы, шея, лицо	1		
3.	Туловище (спина, живот).	1		
4.	Руки (локоть, ладонь, пальцы)	1		
5.	Ноги (колени, ступни, пальцы, пятка).	1		
6.	Части лица человека (глаза, брови, рот, нос, лоб)	1		
7.	Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста.	1		
8.	Режим дня школьника.	1		
9.	Прогулка и ее значение	1		
10.	Сон и его значение.	1		
11.	Режим питания школьника	1		
12.	Самые полезные овощи и фрукты.	1		
13.	Игра « в мире фруктов и овощей»	1		
14.	Закрепление изученного материала	1		
15.	Закрепление изученного материала	1		
16.	Закрепление изученного материала	1		
	<b>Гигиена тела</b>			
17.	Горячая и холодная вода. Смешивание воды до холодной температуры.	1		
18.	Мытье рук. Вытирание рук полотенцем	1		
19.	Практическое занятие «Чистота рук – залог здоровья»	1		
20.	Уход за руками.	1		
21.	Мытье лица. Последовательность действий	1		
22.	Гигиена полости рта.	1		
23.	Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1		
24.	Гигиена носа.	1		
25.	Уход за волосами. Расчесывание волос.	1		
26.	Уход за волосами. Расчесывание волос.	1		
27.	Уход за ушами: мытье, чистка.	1		
28.	Просмотр мультфильма К. Чуковского «Мойдодыр»	1		
29.	Закрепление изученного.	1		
30.	Закрепление изученного.	1		
31.	Закрепление изученного.	1		

<b>Обращение с одеждой и обувью</b>				
32.	Предметы одежды: пальто, куртка.	1		
33.	Предметы одежды: плащ, шуба	1		
34.	Зимняя одежда: шапка, шарф, варежки	1		
35.	Предметы одежды: свитер, кофта, жилет.	1		
36.	Предметы одежда: рубашка, блузка, футболка.	1		
37.	Нижнее белье: майка, трусы, носки, колготки	1		
38.	Одежда девочек: юбка, платье, сарафан.	1		
39.	Одежда мальчиков: брюки, джинсы, шорты.	1		
40.	Назначение предметов одежды.	1		
41.	Назначение предметов одежды.	1		
42.	Детали предметов одежды: пуговицы, молнии, заклепки.	1		
43.	Детали предметов одежды: пуговицы, молнии, заклепки.	1		
44.	Детали предметов одежды: воротник, манжеты.	1		
45.	Обувь: сапоги, кроссовки, ботинки, туфли, тапки.	1		
46.	Закрепление изученного. «Моя одежда»	1		
47.	Игра : «Одень куклу»	1		
48.	Сезонная обувь (зимняя, летняя).	1		
49.	Головные уборы (шапка, кепка, платок). Сезонные головные уборы.	1		
50.	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1		
51.	Расстегивание ( развязывание) липучки (молнии, шнурка, пуговицы, ремня).	1		
52.	Расстегивание ( развязывание) липучки (молнии, шнурка, пуговицы, ремня).	1		
53.	Расстегивание ( развязывание) липучки (молнии, шнурка, пуговицы, ремня).	1		
54.	Одевание предметов одежды: кофты, рубашки, блузки	1		
55.	Одевание предметов одежды: кофты, рубашки, блузки	1		
56.	Снятие предметов одежды: кофты, рубашки, блузки	1		
57.	Снятие предметов одежды: кофты, рубашки, блузки	1		
58.	Снятие предметов обуви: ботинок, сандалий	1		
59.	Снятие предметов обуви: ботинок, сандалий	1		
60.	Контроль своего внешнего вида	1		
61.	Контроль своего внешнего вида	1		
62.	Закрепление изученного «Одежда»	1		
63.	Закрепление изученного «Одежда»	1		
64.	Игра «Моя одежда»	1		
<b>Туалет</b>				
65.	Правила посещения туалета	1		
66.	Правила посещения туалета	1		
67.	Пользование туалетной бумагой	1		
68.	Соблюдение последовательности действий в туалете. Мытье рук.	1		
69.	Соблюдение последовательности действий в туалете. Мытье рук.	1		
70.	Закрепление изученного.	1		

<b>Прием пищи</b>				
71.	Наливание жидкости в кружку.	1		
72.	Правила пить жидкостей из кружки, стакана.	1		
73.	Практическое занятие «Питье жидкостей».	1		
74.	Соблюдение правил этикета за столом.	1		
75.	Соблюдение правил этикета за столом.	1		
76.	Правильное использование ложки во время еды.	1		
77.	Правильное использование ложки во время еды.	1		
78.	Правильное использование вилки во время еды.	1		
79.	Правильное использование вилки во время еды.	1		
80.	Использование ножа и вилки во время приема пищи	1		
81.	Использование ножа и вилки во время приема пищи	1		
82.	Накладывание пищи в тарелку.	1		
83.	Использование салфетки во время приема пищи.	1		
84.	Практическое занятие «Мы за столом»	1		
85.	Игра «Мы в гостях»	1		
<b>Семья</b>				
86.	Моя семья	1		
87.	Семья: мама, папа, брат, сестра.	1		
88.	Семья: бабушка, дедушка	1		
89.	Выходные дни в моей семье.	1		
90.	Любимые занятия в моей семье.	1		
91.	Профессии в моей семье.	1		
92.	Безопасность в доме. Электроприборы.	1		
93.	Безопасность в доме. Пожарная безопасность	1		
94.	Безопасность при общении с животными.	1		
95.	Правила поведения в лесу.	1		
96.	Игра «Прогулка в лес»	1		
97.	Правила поведения на воде.	1		
98.	Закрепление изученного материала.	1		
99.	Закрепление изученного материала.	1		

**Человек**  
**2 класс**  
**3 часа в неделю**  
**Всего 102 часа**

<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол -во часов</b>	<b>Кал енд срок и</b>	<b>Факт ич. сроки</b>
	<b>Представления о себе</b>			
1.	Я – человек	1		
2.	Мое имя.	1		
3.	Все люди разные	1		
4.	Части тела человека	1		
5.	Части тела человека: туловище	1		
6.	Правильная осанка.	1		
7.	Части тела человека: руки	1		
8.	Движения рук.	1		
9.	Строение кисти (ладошка, пальчики)	1		
10.	Движения ног.	1		
11.	Части лица человека: рот	1		



12.	Голова человека (лицо, волосы, уши)	1		
13.	Части головы человека: уши	1		
14.	Лицо человека: лоб, щеки, подбородок	1		
15.	Лицо человека: глаза, нос, рот.	1		
16.	Части лица человека: глаза	1		
17.	Гигиена зрения	1		
18.	Части лица человека: нос			
19.	Закрепление изученного материала			
<b>Гигиена тела</b>				
20.	Регулирование напора струи воды	1		
21.	Горячая и холодная вода в кране.	1		
22.	Правила мытья рук	1		
23.	Последовательность мытья рук	1		
24.	Уход за ушами	1		
25.	Уход за волосами	1		
26.	Уход за полостью рта.	1		
27.	Гигиена носовой полости	1		
28.	Уход за ногами	1		
29.	Наше здоровье	1		
30.	Режим дня	1		
31.	Мое самочувствие	1		
32.	У меня болит голова	1		
33.	У меня болит живот	1		
34.	Гигиена. Предметы личной гигиены.	1		
35.	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Прием пищи</b>				
36.	Правильное питание. Полезные продукты	1		
37.	Сообщение о желании есть.	1		
38.	Сообщение о желании пить	1		
39.	Правила поведения за столом.	1		
40.	Закрепление изученного материала	1		
<b>Туалет</b>				
41.	Утренний и вечерний туалет.	1		
42.	Правила посещения туалета	1		
<b>Одевание и раздевание</b>				
43.	Понятие «одежда», ее назначение	1		
44.	Повседневная одежда. Назначение, хранение, уход.	1		
45.	Предметы повседневной одежды: колготки, трико.	1		
46.	Последовательность действий при одевании повседневной одежды	1		
47.	Хранение повседневной одежды	1		
48.	Изнаночная и лицевая сторона одежды	1		
49.	Одеваем колготки, трико. Последовательность действий	1		
50.	Одеваем носки. Последовательность действий.	1		
51.	Выворачивание предмета одежды: колготки, трико, носки	1		
52.	Назначение пуговиц.	1		
53.	Школьная одежда. Назначение, хранение, уход.	1		

54.	Школьная одежда: рубашка, брюки, платье	1		
55.	Одеваем рубашку, платье. Последовательность действий	1		
56.	Одеваем и снимаем брюки. Последовательность действий	1		
57.	Использования плечиков для хранения одежды.	1		
58.	Праздничная одежда. Назначение.	1		
59.	Хранение и уход за праздничной одеждой	1		
60.	Последовательность действий при одевании утром.	1		
61.	Последовательность действий при раздевании перед сном	1		
62.	Одежда для прогулки. Сезонная одежда.	1		
63.	Зимняя одежда.	1		
64.	Последовательность одевания варежек.	1		
65.	Летняя одежда.	1		
66.	Демисезонная одежда.	1		
67.	Одеваем куртку. Последовательность действий	1		
68.	Застежка-молния.	1		
69.	Обувь. Её назначение.	1		
70.	Обувь для дома.	1		
71.	Застежка-липучка.	1		
72.	Обувь для улицы. Сезонная обувь.	1		
73.	Зимняя обувь	1		
74.	Одеваем зимние сапоги и ботинки. Последовательность действий.	1		
75.	Летняя обувь (туфли, сандалии)	1		
76.	Одеваем туфли, сандалии. Последовательность действий.	1		
77.	Демисезонная обувь.(сапоги, кроссовки)	1		
78.	Хранение и уход за обувью.	1		
79.	Шнуровка обуви	1		
80.	Головные уборы. Их назначение.	1		
81.	Одеваем шапку, кепку. Последовательность действий.	1		
82.	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1		
83.	Последовательность действий при надевании комплекта одежды на прогулку	1		
84.	Последовательность действий при раздевании после прогулки.	1		
85.	Наш внешний вид.	1		
86.	Закрепление изученного материала	1		
<b>Семья</b>				
87.	Семья (на основе сюжета одной из сказок «Три медведя», «Репка» и др.)	1		
88.	Дети и взрослые (на основе сюжета одной из сказок «Три медведя», «Репка» и др.)	1		
89.	Семейные роли (на основе сюжета одной из сказок «Три медведя», «Репка» и др.)	1		
90.	Семейные праздники (День Рождения).	1		
91.	Семейные праздники. К нам пришли гости.	1		

92.	Всегда ли вы вежливы?	1		
93.	Как правильно обратиться с просьбой	1		
94.	Почему мы конфликтуем?	1		
95.	По каким правилам мы живем.	1		
96.	Любимые занятия в моей семье.	1		
97.	Выходные дни в моей семье.			
98.	Закрепление изученного материала	1		
<b>Повторение</b>				
99.	Части тела.	1		
100.	Части лица.	1		
101.	Предметы гигиены.	1		
102.	Наше здоровье	1		

**Человек**  
**3 класс**  
**2 часа в неделю**  
**Всего 68 часов**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Календ сроки	Фактич сроки
<b>Представления о себе</b>				
1.	Узнавание (различение) мальчика и девочки	1		
2.	Идентификация себя как мальчика (девочки)	1		
3	Узнавание себя и своих одноклассников на фотографии.	1		
4.	Узнавание частей тела.	1		
5.	Назначение частей тела	1		
6.	Узнавание частей лица.	1		
7.	Самостоятельно или с помощью учителя с использованием зеркала узнавание частей лица (глаза, нос, рот, брови, лоб)	1		
8.	Назначение частей лица	1		
9.	Называние своего имени	1		
10.	Правила здорового образа жизни.	1		
11	Режим дня.	1		
12	Режим дня. Составление предложений по картинкам. Правила здорового образа жизни.	1		
13.	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Гигиена тела.</b>				
14.	Различение вентиля с горячей и холодной водой	1		
15.	Регулирование напора струи воды	1		
16.	Смешивание воды до комфортной температуры	1		
17.	Вытирание рук полотенцем	1		
18.	Сушка рук с помощью автоматической сушилки 1	1		
19	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук	1		
20.	Нанесение крема на руки	1		
21.	Уход за ногтями. Подстригание ногтей ножницами	1		
22.	Уход за зубами. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта	1		

23.	Уход за лицом. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица:	1		
24.	Выполнение действий по подражанию, использование по назначению предметов личной гигиены , выполнение действий самостоятельно.	1		
25.	Уход за волосами .Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос	1		
26.	Выполнение действий по подражанию, использование по назначению предметов личной гигиены , выполнение действий самостоятельно	1		
27.	Уход за ушами. Выполнение действий по подражанию, использование по назначению предметов личной гигиены , выполнение действий самостоятельно.	1		
28.	Уход за ногами. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног	1		
29	Уход за телом. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела	1		
30.	Выполнение действий по подражанию, использование по назначению предметов личной гигиены , выполнение действий самостоятельно	1		
31.	Использование по назначению предметов личной гигиены , выполнение действий самостоятельно.	1		
32	Проветривание комнаты. Прогулка	1		
33.	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>				
34.	Формирование представления о видах одежды	1		
35.	Различение видов одежды	1		
36.	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Игра «Наряди куклу на праздник»	1		
37.	Различение сезонной одежды	1		
38.	Одевание: Контроль внешнего вида.	1		
39.	Лото. Одежда для прогулки.	1		
40.	Формирование навыка расстегивания молнии	1		
41.	Формирование навыка расстегивания пуговицы.	1		
42.	Формирование навыка застегивания пуговицы.	1		
43.	Формирование навыка расстегивания кнопки.	1		
44.	Формирование навыка застегивания кнопки.	1		
45.	Формирование навыка расстегивания ремня.	1		
46.	Формирование навыка застегивания ремня.	1		
47.	Формирование навыка развязывания шнурка.	1		
48.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
49.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
50	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
51	Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды.	1		
52.	Закрепление пройденного материала.	1		
<b>Прием пищи</b>				
53.	Правильная посадка во время приема пищи	1		
54.	Еда ложкой	1		
55.	Еда вилкой	1		

56.	Использование салфетки во время приема пищи	1		
57.	Уборка стола после еды.	1		
58.	Мытье посуды.	1		
59.	Сервировка стола к празднику. Игра «В гости к кукле»	1		
60.	Закрепление изученного материала.	1		
	<b>Семья</b>			
61.	Работа с пиктограммами «Моя семья»	1		
62.	Брат, сестра, члены семьи.	1		
63.	Обязанности членов семьи.	1		
64.	Семейные праздники	1		
65.	Профессии членов семьи.	1		
67.	Беседа-рассказ. «Моя семья»			
68.	Чаепитие: «Папа, мама, я – дружная семья».			

**Человек**

**4 класс**

**2 часа в неделю**

**Всего 68 часов**

№ уро ка	Тема урока	Кол -во часов	Кал енд сро к и	Факт ич. сроки
	<b>Представления о себе</b>			
1	Представления о собственном теле	1		
2.	Знакомство с собственным телом.	1		
3.	Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова	1		
4.	Знакомство с собственным телом, его частями: руки, ноги, голова, туловище	1		
5.	Формирование схемы тела.	1		
6.	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза)	1		
7.	Формирование схемы лица (волосы, уши, зубы).	1		
8.	Руки (плечи, пальцы, ногти)	1		
9.	Закрепление названий пальцев рук.	1		
10.	Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти)	1		
11	Туловище (спина, живот)	1		
12.	Мальчики, девочки	1		
13.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка)	1		
	<b>Гигиена тела</b>			
14.	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.	1		
15.	Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой.	1		
16.	Формирование умения регулировать напор струи воды.	1		
17.	Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.	1		
18.	Формирование умения подстригать ногти ножницами.	1		
19.	Формирование умения мыть лицо	1		
20.	Формирование умения вытирать лицо	1		
21.	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1		
22.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка.	1		

23.	Чистка зубов щёткой.	1		
24.	Чистка зубов, полоскание.	1		
<b>Семья</b>				
25.	Мой возраст.	1		
26.	День рождения.	1		
27.	Мама. Рассматривание фотографии, название имени.	1		
28.	Представление о деятельности мамы дома.	1		
29.	Моя семья. Папа.	1		
30.	Представление о бытовой деятельности папы.	1		
31.	Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей.	1		
32.	«Чем я люблю заниматься».	1		
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>				
33.	Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок.	1		
34.	Формирование навыка расстегивания липучки.	1		
35.	Формирование навыка застегивания липучки.	1		
36.	Формирование навыка расстегивания молнии.	1		
37.	Формирование навыка застегивания молнии.	1		
38.	Формирование навыка застегивания пуговицы.	1		
39.	Формирование навыка расстегивания пуговицы.	1		
40.	Формирование навыка расстегивания кнопки.	1		
41.	Формирование навыка застегивания кнопки.	1		
42.	Формирование навыка расстегивания ремня.	1		
43.	Формирование навыка застегивания ремня.	1		
44.	Формирование навыка развязывания шнурка.	1		
45.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
46.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
47.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1		
48.	Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды.	1		
49.	Различение предметов одежды	1		
50.	Различение предметов обуви	1		
51.	Различение предметов обуви	1		
52.	Различение головных уборов	1		
53.	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1		
54.	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1		
55.	Выворачивание одежды	1		
<b>Прием пищи</b>				
56.	Полезные и вредные продукты.	1		
57.	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название.	1		
58.	Напитки. Называние видов напитков (кефир, сок, лимонад).	1		
59.	Называние продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко)	1		
60.	Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).	1		
61.	Вилка.	1		
62.	Еда с помощью вилки.	1		
63.	Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками	1		

64.	Правила приема овощей и фруктов	1		
65.	Формирование умения убирать со стола после приёма лищи.	1		
<b>Туалет</b>				
66.	Последовательность действий в туалете	1		
67.	Пользование туалетной бумагой.	1		
68.	Правила пользования туалетом.	1		