**Государственное бюджетное образовательное учреждение Ленинградской области**

**«Никольская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»**

**Приложение**

к АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФАООП УО

**РАССМОТРЕНО: УТВЕРЖДЕНО:**

**На педагогическом совете ГБОУ ЛО «Никольская школа-интернат»**

№1 от 28.08.2023 №24/17 от 01.09.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «человек»**

**для обучающихся 1-4 классов 2 Вариант**

Нормативно-правовая база

1.Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»).

2.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ».

3.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

4.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

6Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".

7.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 [СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям](https://docs.cntd.ru/document/566085656#6580IP) [воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи",](https://docs.cntd.ru/document/566085656#6580IP) [СанПиН 1.2.3685-21](https://docs.cntd.ru/document/573500115#6560IO) ["Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности](https://docs.cntd.ru/document/573500115#6560IO) [для человека факторов среды обитания"](https://docs.cntd.ru/document/573500115#6560IO) от 28.01.2021 N 2.

8.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации«Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использовании при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего,

основного общего, среднего общего образования» от 21 сентября 2022№858.

9.Устав, лицензия ГБОУ ЛО «Никольская школа-интернат».

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.

Для большинства детей наиболее значимыми являются не академические навыки, а овладение навыками обслуживания, общения, приспособления к ежедневной жизни людей. Программа составлена с учетом психофизических возможностей ребенка, его познавательной активности, уровня знаний, умений.

**Цель курса** – целенаправленная подготовка к взрослой жизни, снижение уровня опеки со стороны близких и окружающих людей, а так же формирования для каждого ребенка максимального уровня самостоятельности. достижение максимально возможных положительных результатов самообслуживании себя, для обеспечения бытовой независимости.

**Задачи обучения**

Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.

Представление о собственном теле, определение половой принадлежности

Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Овладение простейшими навыками самообслуживания; выполнение хозяйственно-бытовых поручений в соответствии с заранее намеченным планом по образцу и по словесной просьбе взрослого; совершенствование трудовых действий учащихся;

Учить детей поддерживать чистоту и порядок в помещении, а также в одежде, обуви, личных вещах, игрушках; пользоваться санитарно-гигиеническими и постельными принадлежностями; закреплять приобретённые навыки.

Расширять навыки применения разнообразных предметов- орудий для выполнения хозяйственно-бытовых поручений в помещении и на прогулке.

Воспитывать желание трудиться, бережно относиться к результатам человеческого труда; формировать умение распределять предстоящую работу по этапам.

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 ситуациях

**Общая характеристика предмета**

Программа направлена на удовлетворение потребностей каждого учащегося в формировании жизненно важных практических навыков, снижает зависимость от окружающих (одновременно облегчает их деятельность).Первоначально дети осваивают базисные операции будущего умения, подражая образу действий педагога. Постепенно действия по образу переходят в выполнения работы по аналогии. Степень самостоятельности возрастает постепенно.

Каждый бытовой навык, которому предстоит обучить учащегося, представляет собой сложный набор последовательно выполняемых действий. Педагогу предварительно необходимо разложить тот или иной навык на составляющие его элементы и сначала обучить ученика выполнению каждого из них отдельно, поэтому, навыки самообслуживания развиваем «по шагам», от показа, выполнения с посторонней помощью, постепенно уменьшая помощь и увеличиваем степень самостоятельности, отличая успех и возможность продвижения.

Основными методами работы являются наглядно-образные (показ) и практико-действенные (отработка) группы методов.

Ученики с глубоким и тяжелым нарушением интеллекта нуждаются в обучении самообслуживанию. Усвоив эти навыки, они смогут приобщаться к более сложным видам трудовой деятельности. На первом этапе работа заключается в привитии ученикам и усвоении ими элементарных правил поведения среди взрослых и сверстников и формировании жизненно необходимых навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков. Помимо самообслуживающего труда, приобщают к более сложным видам трудовой деятельности: хозяйственно-бытовому труду, посильному труду в природе. Кроме того, у учащихся с интеллектуальными проблемами формируется отношение к сверстнику как к партнеру, возникает способность учитывать «программу партнера», происходит развитие коммуникативных умений. Овладение трудовыми навыками, ребенок приобретает навык предметно-орудийных действий, осваивает конкретные операции, но и существенно обогащает собственный морально-этический опыт. У учащихся возникают самые первые реальные мотивы поведения. Участие в посильном труде должно существенно преобразовать личностный облик ребенка с интеллектуальной недостаточностью, сформировав у него уверенность в собственных силах и избавив от чувства отгороженности от среды нормально развивающихся сверстников.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки и др., проводится с детьми младшего возраста, а обучение уходу за кожей лица, мытью в душе и др. проводится с детьми старшего возраста.

**Личностные и предметные результаты освоения предмета**

Программа обеспечивает достижение следующих личностных и предметных результатов.

У обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

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 «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. сообщать о своих потребностях и желаниях

Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет,

выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться.

Общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы. Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные судовлетворением первоочередных потребностей

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

**Содержание предмета**

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

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.

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

Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию уменийориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. 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». В рамках раздела «Семья» предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

**Планируемые результаты:**

Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других.

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

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

Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.

**Основные требования к знаниям, умениям и навыкам**

**Требования к уровню подготовки учащихся**

Обучащиеся могут **знать:**

- свое имя, своё изображение на фотографии, отражение в зеркале;

- собственное тело, части тела, части лица;

-отнесение себя к определенному полу;

- свои потребности и желания, сообщать о них ;

-«моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;

-названия предметов одежды и назначения ( пальто, шапка, шарф, варежки, свитер, рубашка, майка, трусы, юбка, брюки, носки) предметов одежды

- названия предметов обуви, правила ухода;

- правила приема пищи;

- гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);

- предметы гигиены, назначение.

Обучащиеся могут **уметь:**

- ходить в туалет, пользоваться туалетной бумагой,

- выполнять гигиенические процедуры

- одеваться и раздеваться, снимать головной убор:

- различать вентили с горячей и холодной водой, регулирование напора струи воды, смешивать воду до комфортной температуры;

- вытирать руки полотенцем, сушить с помощью автоматической сушилки.

-соблюдать последовательность 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.);

- ухаживать за волосами;

-расстегивать липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка);

- обувать и снимать обувь

**1 класс**

***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. Называние своего имени и фамилии.

***Гигиена тела.***

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. Нанесение крема на руки. Уход за волосами. Расчесывание волос.

***Обращение с одеждой и обувью.*** Узнавание предметов одежды: пальто, шапка, шарф, варежки, свитер, рубашка, майка, трусы, юбка, брюки, носки. Знание назначения предметов одежды. Знание предметов обуви. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог. 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).

***Туалет.*** Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой.

***Прием пищи.*** Сообщение о желании пить. Питье из кружки: захват кружки, поднесение кружки ко рту, наклон кружки, втягивание жидкости в рот, опускание кружки 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

***Семья.*** Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье.

**Календарно-тематическое планирование «Человек» (99 ч.)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата |
|  | 1 четверть |  |  |
| 1 | Знакомьтесь, это я. | 1 |  |
| 2 | Части тела (голова (волосы, уши, шея, лицо) | 1 |  |
| 3 | Туловище (спина, живот) | 1 |  |
| 4 | Руки (локоть, ладонь, пальцы) | 1 |  |
| 5 | Ноги (колено, ступня, пальцы, пятка). | 1 |  |
| 6 | Части лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). | 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 |  |
| 14-16 | Закрепление изученного | 3 |  |
| 17 | Горячая и холодная вода. Смешивание воды до комфортной 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. |  |  |
| 23 | Чистка зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта. | 1 |  |
| 24 | Гигиена носа. | 1 |  |
| 25-26 | Уход за волосами. Расчесывание волос. | 2 |  |
| 27 | Уход за ушами: мытье, чистка . | 1 |  |
|  | **2 четверть** |  |  |
| 28 | Просмотр мультфильма К.И. Чуковского « Мойдодыр» | 1 |  |
| 29-31 | Предметы одежды: пальто, куртка | 2 |  |
| 32-33 | Предметы одежды: плащ, шуба | 2 |  |
| 34 | Шапка, шарф, варежки (перчатки) | 1 |  |
| 35 | Предметы одежды: свитер, кофта, жилет. | 1 |  |
| 36 | Предметы одежды: 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 |  |
| 40-41 | Назначение предметов одежды. | 2 |  |
| 42-43 | Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки) | 2 |  |
| 44 | Детали предметов одежды: воротник, манжеты. | 1 |  |
| 45 | Обувь: сапоги, ботинки, кроссовки, туфли, тапки. | 1 |  |
| 46 | Закрепление изученного «Моя одежда» | 1 |  |
| 47 | Ирга «Одежда» | 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 |  |
| 51-53 | Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). | 3 |  |
|  | 3 четверть |  |  |
| 54-55 | Одевание предметов одежды: кофты, рубашки, блузки. | 2 |  |
| 56-57 | Снятие предмета одежды: кофты, рубашки, блузки. | 2 |  |
| 58-59 | Снятие и обувание  обуви: ботинок, сандалий. | 2 |  |
| 60-61 | Контроль своего внешнего вида. | 2 |  |
| 62-63 | Закрепление изученного «Одежда» | 2 |  |
| 64 | Игра «Моя одежда» | 1 |  |
| 65-66 | Правила посещения туалета. | 2 |  |
| 67 | Пользование туалетной бумагой. | 1 |  |
| 68-69 | Соблюдение последовательности действий в туалете  мытье рук. | 2 |  |
| 70 | Закрепление изученного | 1 |  |
| 71 | Наливание жидкости в кружку. | 1 |  |
| 72 | Правила питья жидкостей из кружки, стакана. | 1 |  |
| 73 | Практическое занятие «Питье жидкостей» | 1 |  |
| 74-75 | Соблюдение правил этикета за столом. | 2 |  |
| 76-77 | Правильное использование ложки во время еды. | 2 |  |
| 78-79 | Правильное использование вилки во время еды. | 2 |  |
| 80-81 | Использование ножа и вилки во время приема пищи. | 2 |  |
|  | 4 четверть |  |  |
| 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 |  |
| 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 моей семьи | 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 |  |
| 98-99 | Закрепление изученного | 2 |  |

**2 класс**

***Представления о себе.*** Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

***Гигиена тела.*** Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Вытирание 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, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Уход за волосами. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.

***Обращение с одеждой и обувью.*** Узнавание 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. 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). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог. Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка).

***Туалет.*** Сообщение о желании сходить в туалет. 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.

***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 руками. 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.

***Семья.*** Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи.

**Календарно-тематическое планирование «Человек»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Кол-во часов** | **По плану** |
| **Идентификация себя** | | | |
| 1 | Идентификация себя как мальчика (девочки). | 1 |  |
| 2 | Что такое волшебные слова? | 1 |  |
| 3-4 | Как вести себя в гостях? | 2 |  |
| 5 | Взрослые и дети. | 1 |  |
| 6-7 | Что такое режим дня? | 2 |  |
| 8-9 | Как мы едим? Правила поведения за столом. | 2 |  |
| 10-11 | Сюжетно-ролевая игра «В магазине» | 2 |  |
| 12 | Поведение в общественном транспорте | 1 |  |
| 13-14 | Соблюдение последовательности действий в туалете. | 2 |  |
| 15 | Что значит быть здоровым? | 1 |  |
| 16 | Моя семья. | 1 |  |
| 17-18 | Игровые задания. | 2 |  |
| 19 | Привычки человека: вредные и полезные. | 1 |  |
| 20-21 | Почему мы болеем? | 2 |  |
| 22-23 | Строение тела человека | 2 |  |
| 24 | Зрение. Глаза человека. | 1 |  |
| 25 | Уши и слух. | 1 |  |
| 26 | Нос и обоняние. | 1 |  |
| 27-28 | Язык. Речь человека. Артикуляционная гимнастика | 2 |  |
| 29-30 | Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела. | 2 |  |
| 31-32 | Наша одежда. | 2 |  |
| 33-34 | Виды одежды. | 2 |  |
| 35-36 | Игровые задания. | 2 |  |
| **Обращение с одеждой и обувью** | | | |
| 37-38 | Уход за одеждой. Хранение одежды. | 2 |  |
| 39 | Сезонная одежда. | 1 |  |
| 40-41 | Виды обуви. Её назначение. Уход за обувью, хранение. | 2 |  |
| 42-43 | Практикум: уход за одеждой и обувью. | 2 |  |
| 44 | Узнавание деталей предметов одежды: пуговица, молния, заклепки. | 1 |  |
| 45 | Узнавание деталей предметов одежды: рукав, воротник. Назначение деталей предметов одежды. | 1 |  |
| 46-47 | Здоровье человека в его руках. | 2 |  |
| 48 | Отдых. Для чего он нужен человеку? | 1 |  |
| 49 | Сон и его значение для человека. | 1 |  |
| 50-51 | Питание человека | 2 |  |
| 52-53 | Продукты питания. Игра «Съедобное-несъедобное» | 2 |  |
| 54 | Овощи и х польза для организма человека. | 1 |  |
| 55-56 | Что такое витамины? | 2 |  |
| 57-58 | Рацион человека | 2 |  |
| 59 | Моё отражение в зеркале. | 1 |  |
| 60-61 | Что такое личная гигиена? Предметы личной гигиены, их хранение и использование. | 2 |  |
| 62 | Утренний и вечерний туалет. | 1 |  |
| 63 | Содержи своё место в порядке (шкаф, письменный стол, парта) | 1 |  |
| 64-65 | Я и моё настроение. Эмоции. | 2 |  |
| 66-67 | Мои игрушки. Шнуровка. | 2 |  |
| 68 | Повторение за год. | 1 |  |

**3 класс**

***Представления о себе.***

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.

***Гигиена тела.*** Чистка зубов. 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.

***Обращение с одеждой и обувью.*** Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манто) 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.

***Туалет*** Соблюдение последовательности действий в туалете: поднимание крышки, спускание одежды, пользование туалетной бумагой, одевание одежд, нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

***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 руками. 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.

***Семья.***  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.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Тема урока** | **Формируемые представления** | **Материалы и оборудование** | **Часы** | **По плану** |
| 1 | Я | Идентификация себя со своим именем. |  | 1 |  |
| 2-3 | Я- мальчик | Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду. Идентификация себя как мальчика. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 4-5 | Здоровье человека | Представление о состоянии своего здоровья. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 6-7 | Личная гигиена | Важность соблюдения режима дня и правил личной гигиены | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 8-10 | Части тела. | Называние и различение частей тела: руки, ноги, голова, туловище. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 11-13 | Части тела. (волосы, нос, рот, зубы, уши, глаза). | Называние и различение частей тела: голова (волосы, нос, рот, зубы, уши, глаза). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 14-16 | Части тела (плечи, пальцы, ногти). | Называние и различение частей тела: руки (плечи, пальцы, ногти). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 17-19 | Части тела (колени, пятки, пальцы, ногти). | Называние и различение частей тела: ноги (колени, пятки, пальцы, ногти). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 20-22 | Части тела(спина, живот). | Называние и различение частей тела: туловище (спина, живот). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 23-24 | Лицо человека | Называние и показывание глаз, бровей | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 25-26 | Части лица (нос, лоб, рот) | Называние и показывание нос, лоб, рот | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 27-28 | Части лица (губы, язык, зубы) | Называние и показывание рта (губы, язык, зубы) | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 29-30 | Части лица | Называние и различение частей лица | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 31-32 | Гигиена тела (мыло, полотенце, туалетная бумага.) | Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 33-34 | Действия, связанные с гигиеной тела. Мытье рук мылом | Действия, связанные с гигиеной тела. Мытье рук мылом. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 35-36 | Гигиена тела. Вытирание рук полотенцем | Вытирание рук полотенцем. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 37-38 | Гигиена тела (зубная паста, зубная щетка.) | Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щетка. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 39-40 | Чистка зубов щеткой, полоскание рта водой | Чистка зубов щеткой, полоскание рта водой. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 41-42 | Расчесывание волос расческой | Расчесывание волос расческой. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 2 |  |
| 43 | Навыки культурного поведения | Умение вовремя сходить в туалет и вымыть руки. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 1 |  |
| 44-45 | Навыки культурного поведения | Формирование умения сообщать о желании сходить в туалет. |  | 2 |  |
| 46-47 | Навыки культурного поведения | Формирование умения сидеть на унитазе и справлять нужду. |  | 2 |  |
| 48-49 | Навыки культурного поведения | Формирование умения пользоваться туалетной бумагой. |  | 2 |  |
| 50-51 | Навыки культурного поведения | Формирование умения соблюдать последовательность действий в туалете. |  | 2 |  |
| 52-61 | Одежда (варежки,кофта, футболка, майка, трусы, брюки, носки) | Узнавание (различение) предметов одежды: куртка, шапка, шарф, варежки,кофта, футболка, майка, трусы, брюки, носки . | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 10 |  |
| 62-69 | Одежда (варежки,кофта, футболка, майка, трусы, брюки, носки | Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 8 |  |
| 70-73 | Одежда | Знание назначения предметов одежды. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 4 |  |
| 74-81 | Обувь (сапоги (валенки), ботинки, сандалии, тапки( | Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, сандалии, тапки | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 8 |  |
| 82-85 | Обувь | Снятие обуви | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 4 |  |
| 86 | Пища (ложка, тарелка, стакан, кружка, блюдце). | Называние и различение предметов для приема пищи (ложка, тарелка, стакан, кружка, блюдце). | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 1 |  |
| 87-89 | Пища (яблоко, банан, кусочек мяса) | Сообщение о желании пить. Сообщение о желании есть. Еда руками (яблоко, банан, кусочек мяса) | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |
| 90-94 | Пища | Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Использование салфетки во время приема пищи. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 5 |  |
| 95-99 | Семья. Узнавание (различение) членов семьи. | Узнавание (различение) членов семьи. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 5 |  |
| 100-102 | Семья, (различение) детей и взрослых | Узнавание (различение) детей и взрослых. | Картинки, презентации, игрушки, мнемокартинки, пиктограммы, символы. | 3 |  |

**4 класс**

***Представления о себе.***

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.

***Гигиена тела.*** Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).

***Обращение с одеждой и обувью.*** 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). 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). 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.

***Прием пищи.*** Сообщение о желании пить. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. 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.

***Семья.*** Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **План** | **Домашнее задание** |
|  | **Представление о себе.** |  |  |  |
| 1 | Мальчики и девочки. | 1 |  | Не задано. |
| 2 | Имя, фамилия. | 2 |  |  |
| 3 | Называние (узнавание) своего имени, фамилии. Обращение по имени к одноклассникам. | 2 |  |  |
| 4 | Возраст человека. Называние своего возраста, даты рождения. | 1 |  | Не задано. |
| 5 | Понятие «здоровье». Состояние здоровья. Сообщение о состоянии своего здоровья. | 2 |  | Не задано. |
| 6 | Режим дня. Понятие о здоровом образе жизни. | 2 |  | Не задано. |
| 7 | Профилактика простудных заболеваний. | 2 |  | Не задано. |
| 8 | Досуг. Виды деятельности в свободное время. Спортивный досуг. | 1 |  | Не задано. |
|  | **Гигиена тела.** |  |  |  |
| 9 | Предметы гигиены. Правила пользования туалетом. | 1 |  | Не задано. |
| 10 | Умывание. Гигиена чистка зубов. | 2 |  | Не задано. |
| 11 | Очищение носового хода. | 2 |  | Не задано. |
| 12 | Мытьё головы. Расчесывание волос. | 1 |  | Не задано. |
| 13 | Мытьё, чистка ушей. | 2 |  | Не задано. |
| 14 | Мытьё и вытирание тела. | 2 |  | Не задано. |
| 15 | Уход за ногтями. | 1 |  | Не задано. |
|  | **Представления о себе.** |  |  |  |
|  | Части тела: голова, туловища (спина, живот), Назначение частей тела человека. | 1 |  | Не задано. |
|  | Части тела: руки (локоть, ладонь, пальцы) | 1 |  |  |
|  | Части тела: ноги (колено, ступня, пальцы, пятка) | 1 |  |  |
|  | Части головы (волосы, уши, шея, лицо). Назначение частей лица. | 1 |  |  |
|  | Части головы. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб. Назначение частей лица. | 1 |  |  |
|  | Части головы. Узнавание (различение) частей лица человека, рот (губы, язык, зубы). Назначение частей лица. | 1 |  | Не задано. |
|  | Зеркало. Рассматривание себя в зеркале. | 2 |  | Не задано. |
|  | **Прием пищи.** |  |  |  |
|  | Сообщение о желании пить. Наливание напитка в кружку. Питьё из соломинки, кружки. | 1 |  | Не задано. |
|  | Вода. Значения употребления воды для человека. | 2 |  | Не задано. |
|  | Сообщение о желании есть. Правила поведения в столовой. Время завтрака, обеда, ужина. | 1 |  | Не задано. |
|  | Основные предметы питания: суп, борщ, каша, хлеб, салат, мясо. Значение питания для человека. | 2 |  | Не задано. |
|  | Пользование ложкой и вилкой при еде. | 1 |  | Не задано. |
|  | Накладывание пищи в тарелку. | 1 |  | Не задано. |
|  | Культура поведения за столом. Использование салфетки во время приема пищи. | 2 |  | Не задано. |
|  | Здоровье человека. Полезные и вредные продукты. | 1 |  | Не задано. |
|  | Правила хранения продуктов. | 2 |  | Не задано. |
|  | **Обращение с одеждой и обувью.** |  |  |  |
|  | Досуговая деятельность зимой. Зимние виды спорта. | 1 |  | Не задано. |
|  | Предметы одежды: пальто, куртка, шуба, шапка, шарф, варежки (перчатки). | 2 |  | Не задано. |
|  | Предметы одежды: свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка),. юбка (платье), брюки (джинсы, шорты). | 1 |  | Не задано. |
|  | Предметы одежды: свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка),. юбка (платье), брюки (джинсы, шорты). | 1 |  | Не задано. |
|  | Предметы одежды: майка, трусы, носки (колготки). | 1 |  | Не задано. |
|  | Детали предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). | 2 |  | Не задано. |
|  | Одежда зимняя, летняя, демисезонная. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. |  |  | Не задано. |
| 33 | Одежда повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная. Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. | 1 |  | Не задано. |
| 34 | Закрепление навыков одевания и раздевания. Различение лицевой и изнаночной сторон одежды. | 1 |  | Не задано. |
| 35 | Различение передней и задней сторон одежды. Выворачивание одежды. | 1 |  | Не задано. |
| 36 | Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). | 1 |  | Не задано. |
| 37 | Уход за одеждой. Предметы ухода. | 1 |  | Не задано. |
| 38 | Последовательность одевания, раздевания. | 1 |  | Не задано. |
| 39 | Упражнения в одевании, раздевании. | 1 |  | Не задано. |
| 40 | Предметы обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Назначение видов обуви: спортивная, домашняя, выходная, рабочая. | 1 |  | Не задано. |
| 41 | Обувь зимняя, летняя, демисезонная. | 1 |  | Не задано. |
| 42 | Выбор обуви в зависимости от погоды, сезона, предстоящего мероприятия. | 1 |  | Не задано. |
| 43 | Упражнение в обувании и снятии обуви. Шнуровка обуви. | 1 |  | Не задано. |
| 44 | Уход за обувью. Предметы ухода. | 1 |  | Не задано. |
| 45 | Головные уборы: шапка, шляпа, кепка, панама, платок. Различение по сезонам головных уборов. | 1 |  | Не задано. |
| 46 | Контроль своего внешнего вида. Зеркало. | 1 |  | Не задано. |
|  | **Семья.** |  |  | Не задано. |
| 47 | Семья. Члены семьи. | 1 |  |  |
| 48 | Называние по имени членов семьи. | 1 |  | Не задано. |
| 49 | Дети и взрослые в семье. | 1 |  | Не задано. |
| 50 | Права и обязанности ребёнка в семье. | 1 |  | Не задано. |
| 51 | Социальная роль в семье. Сын (дочь), брат (сестра), внук (внучка). | 1 |  | Не задано. |
| 52 | Социальные роли членов семьи. Мама, папа, бабушка, дедушка, брат, сестра. | 1 |  | Не задано. |
| 53 | Бытовая деятельность семьи. | 1 |  | Не задано. |
| 54 | Посильная помощь в домашнем хозяйстве. | 1 |  | Не задано. |
| 55 | Поведение в семье. | 1 |  | Не задано. |
| 56 | Семейный досуг. | 1 |  | Не задано. |
| 57 | Безопасное поведение во время прогулки. | 1 |  | Не задано. |
| 58 | Спортивные игры в теплое время года. | 1 |  | Не задано. |
| 59 | Игрушки. Уборка (складывание) игрушек в специально отведённое место. | 1 |  | Не задано. |
| 60 | Профессиональная деятельность членов семьи. | 1 |  | Не задано. |
| 61 | Дни недели. Выходные и рабочие дни. | 1 |  | Не задано. |
| 62 | Семейные праздники, традиции. | 1 |  | Не задано. |
| 63 | Безопасное поведение дома. | 1 |  | Не задано. |
| 64 | Составление рассказа о своей семье. | 1 |  | Не задано. |
| 65 | Домашний адрес. | 1 |  | Не задано. |
| 66 | Называние своих действий: играю, пишу, читаю, гуляю, бегаю, сижу и т.д. | 1 |  | Не задано. |
| 67 | Закрепление умения выражать свои желания: пить, кушать, в туалет, играть, гулять, выйти и т.д. | 1 |  | Не задано. |
| 68 | Составление рассказа о себе: имя, фамилия, пол, возраст, класс, домашний адрес, любимое занятие, любимое блюдо. | 1 |  | Не задано. |