

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия»

Рассмотрено:
Методическим объединением
учителей начальных классов
Протокол от 27. 08. 2025г. № 1

Утверждено:
приказом директора МБОУ «Гимназия»
27. 08. 2025г. № 321-П

Рабочая программа
по учебному предмету «Человек»
1-4 классы
для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), тяжелыми
и множественными нарушениями развития
ФГОС ОУО
(АООП вариант 8.4)

г. Черногорск, 2025г.

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативно – правовые документы

Рабочая программа для 1 доп.- 4 классов по учебному предмету «Человек», составлена с учетом нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N273-ФЗ (с последующими изменениями и дополнениями).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерством образования и науки РФ № 1599 от 19.12.2014.
3. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 №1026.
4. Постановление от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность.
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
7. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью/Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова Под ред. Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой.- СПб.: ЦДК проф.Л.Б. Баряевой, 2011.

Цель: формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи :

- формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими;
- представления о собственном теле;
- обогащение сенсорного опыта;
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- отнесение себя к определенному полу;
- развитие способности выражать свои потребности;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- формировать умение жить по режиму дня;
- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- поддержание навыка пребывания в структурированной учебной ситуации;

— формирование навыка обобщения полученных умений в других аналогичных ситуациях и заданиях.

Кроме основных, можно выделить и *дополнительные задачи*:

- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

1.2 Формы и периодичность контроля

Контроль достижения обучающимися уровня знаний и сформированности программного материала осуществляется в виде текущего и итогового контроля в следующих формах: практические работы (демонстрация действий и операций).

1.3. Система оценки достижения результатов освоения программы

Итоговая оценка качества освоения обучающимися с РАС адаптированной основной общеобразовательной программы общего образования осуществляется образовательным учреждением. Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной общеобразовательной программы общего образования для обучающихся с РАС (вариант 8.4.) должно быть достижение результатов освоения специальной индивидуальной общеобразовательной программы.

Система оценки результатов включает целостную характеристику выполнения обучающимся специальной индивидуальной общеобразовательной программы, отражающую взаимодействие следующих компонентов образования:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Для оценки результатов развития жизненных компетенций ребёнка рекомендуется применять метод экспертной группы (на междисциплинарной основе). Она объединяет представителей всех заинтересованных участников образовательного процесса, тесно контактирующих с ребёнком, включая членов его семьи. Задачей экспертной группы является выработка согласованной оценки достижений ребёнка в сфере жизненных компетенций. Основой служит анализ результатов обучения ребёнка, динамика развития его личности. Результаты анализа должны быть представлены в удобной и понятной всем членам группы форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы. Безотметочное обучение. Оно призвано способствовать гуманизации обучения, индивидуализации учебного процесса, повышению учебной мотивации и учебной самостоятельности учащихся. Уровень обученности определяется в процессе выполнения диагностических работ (мониторинг за уровнем развития). Актуальный уровень выполнения деятельности ребёнком отражается учителем в выводах при направлениях на школьный психолого-медико - педагогический консилиум, на ПМПК, при составлении индивидуальной программы для ребёнка, а также для написания итоговой характеристики. Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности рекомендуется пользоваться следующей градацией и условными обозначениями.

1.4. Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Человек» включен в образовательную область «Окружающий мир» учебного плана государственного бюджетного образовательного учреждения Свердловской области «Карпинская школа – интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» для обучающихся с РАС (Вариант

программы 8.4.) В учебном плане школы на изучение предмета «Человек» всего отводится 1 час в неделю, в 1 доп. - 2 классах по 33 часа, в 3 и 4 классах по 34 часа в год. Программа рассчитана на 6 лет обучения.

2. Общая характеристика учебного 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 умений ориентироваться 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.

3. Возможные личностные и предметные результаты

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 1 класса.

Обучающиеся 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.

Обучающиеся 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

Требования к уровню подготовки учащихся 2 класса.

Обучающиеся могут **знать**:

- общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы;
- о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.
- «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- названия предметов одежды и назначения предметов одежды;
- названия предметов обуви, правила ухода;
- правила приема пищи; пользования приборами;
- гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);
- предметы гигиены, назначение.

Обучающиеся могут:

- определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому.
- соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета).
- ухаживать за волосами; зубами; ушами.
- расстегивать липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка);
- обувать и снимать обувь; ухаживать за обувью

Требования к уровню подготовки учащихся 3 класса.

Обучающиеся могут **знать**:

- общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы;
- названия частей тела человека;
- строения человека (скелет, мышцы, кожа).
- название внутренних органов человека и назначение (сердце, легкие, печень, почки, желудок).
- вредные привычки;
- последовательность 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)
- профессиональную деятельность членов своей семьи.

Обучающиеся могут **уметь**:

- следить за своим внешним видом;
- соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);
- наливать чай, сервировать стол к чаепитию;
- сообщать о состоянии своего здоровья.

Требования к уровню подготовки учащихся 4 класса.

Обучающиеся могут **знать**:

- общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы;

- названия частей тела, внутренних органов;
- виды одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная);
- сезонную одежду (зимняя, летняя, демисезонная);
- предметы одежды, обуви, головных уборов.

Обучающиеся могут **уметь**:

- пользоваться вилок, ножом
- следить за своим внешним видом.
- застегивать липучки (молнии, пуговицы, кнопки)
- завязывать ремни, шнурки.
- соблюдать последовательность действий при одевании комплекта одежды.

4. Содержание учебного 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 умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питьею 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.

1 класс доп, 1 доп (2 год об) и 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 (колени, 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.

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 (джерпер, 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.

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 одежды, 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.

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

5. Календарно-тематическое планирование.

1 доп, 1 класс(2год обуч)

№	Тема	дата
1	Введение в предмет! Игра «Здравствуйте – это я!»	
2	Идентификация себя со своим именем. Игра «Как тебя зовут?»	
3	Идентификация своей половой принадлежности, как мальчика, девочки.	
4	Представление о частях тела. Игра «Что я знаю о себе?»	
5	Представление о частях лица человека. Игра «Делай так».	
6	Представление о строении человека.	
7	Представление о своих двигательных возможностях.	
8	Представление о состоянии своего здоровья.	
9	Правила здорового образа жизни. Режим дня.	
10	Правила здорового образа жизни. Питание.	
11	Правила здорового образа жизни. Сон.	
12	Правила здорового образа жизни. Прогулка.	
13	Правила здорового образа жизни. Личная гигиена.	
14	Полезные и вредные привычки.	
15	Я расту. Игра «Большой – маленький »	
16	Представление о возрастных изменениях человека. Моя семья.	
17	Взрослые и дети.	
18	Обобщение по теме «Представление о себе».	
19	Гигиена тела.	
20	Гигиена тела.	
21	Туалет. Соблюдение правил последовательности действий в туалете.	
22	Гигиена тела. Туалет.	
23	Правила одевания и раздевания.	
24	Правила обращения с одеждой и обувью.	
25	Режим дня.	
26	Уход за вещами.	
27	Прием пищи. Правила приема пищи ложкой или вилкой.	
28	Прием пищи. Правила приема пищи руками.	
29	Прием пищи. Полезная и вредная еда.	
30	Мой организм. Полезные привычки.	
31	Мой организм. Вредные привычки.	
32	Что я знаю о себе. Мир, в котором я живу.	

33	Экскурсия на пришкольный участок. Где можно играть и где нельзя.	
34		

1 класс

№	Тема	дата
1	Правила здорового образа жизни. Прогулка.	
2	Части тела: туловище, руки.	
3	Части тела: руки, ноги.	
4	Моё – чужое.	
5	Совершенствование знаний о лице человека.	
6	Строение человека.	
7	свои двигательные возможности.	
8	Представление о состоянии своего здоровья.	
9	Правила здорового образа жизни. Режим дня.	
10	Правила здорового образа жизни. Питание.	
11	Правила здорового образа жизни. Сон.	
12	Правила здорового образа жизни. Прогулка.	
13	Правила здорового образа жизни. Личная гигиена.	
14	Полезные и вредные привычки.	
15	Я расту. Игра «Большой – маленький »	
16	Представление о возрастных изменениях человека. Моя семья.	
17	Взрослые и дети.	
18	Обобщение по теме «Представление о себе».	
19	Гигиена тела.	
20	Гигиена тела.	
21	Туалет. Соблюдение правил последовательности действий в туалете.	
22	Гигиена тела. Туалет.	
23	Правила одевания и раздевания.	
24	Правила обращения с одеждой и обувью.	
25	Режим дня.	
26	Уход за вещами.	
27	Прием пищи. Правила приема пищи ложкой или вилкой.	
28	Прием пищи. Правила приема пищи руками.	
29	Прием пищи. Полезная и вредная еда.	
30	Мой организм. Полезные привычки.	
31	Мой организм. Вредные привычки.	
32	Что я знаю о себе. Мир, в котором я живу.	
33	Одежда и обувь.	
34	Экскурсия на пришкольный участок.	

2 класс

тема	колич. часов	сроки	основные элементы содержания	практика
Представления о себе.				
Части тела: туловище, руки.	1		Формирование умения различать и называть части тела: туловище (шея, спина, живот). Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: туловище (шея, спина, живот).
Части тела: руки, ноги.	1		Формирование умения различать и называть части тела: ноги. Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную и конструктивную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: ноги.
Части тела: пальцы.	1		Формирование умения различать и называть части тела: пальцы. Через просмотр демонстрационного материала, практическую, игровую изобразительную деятельность.	Формирование умения различать и называть части тела: пальцы.
Моё – чужое.	1		Формирование умения определять «моё» и «не моё», через игру, практические упражнения.	Формирование умения определять «моё» и «не моё».
Моё здоровье: режим дня.	1		Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности соблюдения режима дня для здоровья.
Моё здоровье: личная гигиена.	1		Осознание важности соблюдения личной гигиены для здоровья. Через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности соблюдения личной гигиены для здоровья
Моё здоровье: одевание по погоде.	1		Осознание важности одевания по погоде для здоровья, через просмотр демонстрационного материала, практические и игровые упражнения.	Осознание важности одевания по погоде для здоровья.
Моё здоровье.	1		Формирование умения распознавать свои ощущения, определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым. Через просмотр демонстрационного материала, игровых действий, практических упражнений.	Формирование умения распознавать свои ощущения, определять свое самочувствие, локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослым.
Называние своего возраста.	1		Формирование умения осознавать свой возраст, называть его, через практические игровые упражнения. Формирование умения осознавать свой возраст, называть его.	Формирование умения осознавать свой возраст, называть его
Рассказ о себе с помощью речи, жестов и пиктограмм.	2		Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, любимое занятие, по подражанию.	Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, любимое занятие.
Рассказ о себе с помощью речи и жестов.	2		Формирование умения осознавать и сообщать своё имя возраст, через игру «Давай знакомиться!» Через практическую, игровую деятельность.	Формирование умения осознавать и называть своё имя, возраст, через игру «Давай знакомиться!»

Мои интересы и желания.	1		Формирование умения осознавать и выражать свои интересы, желания; представлений о занятиях в свободное время. Через просмотр демонстрационных материалов, игровые упражнения, беседу.	Формирование умения осознавать и выражать свои интересы, желания; представлений о занятиях в свободное время.
Закрепление пройденного материала.	1		Закрепление знаний о здоровье человека, режиме дня; умений распознавать свои эмоции, эмоции окружающих, рассказать о себе. Через игру.	Закрепление знаний о здоровье человека, режиме дня; умений распознавать свои эмоции, эмоции окружающих.

Моя семья

Члены моей семьи.	1		Формирование представлений о членах семьи. Через просмотр демонстрационных материалов, игру, изобразительную деятельность.	Формирование представлений о членах семьи.
Моя семья: бытовая деятельность членов семьи.	1		Формирование представлений о бытовой деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Формирование представлений о бытовой деятельности членов семьи.
Моя семья: досуговая деятельность членов семьи.	1		Формирование представлений о досуговой деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Формирование представлений о досуговой деятельности членов семьи.
Моя семья: профессиональная деятельность членов семьи.	1		Представление о профессиональной деятельности членов семьи, через просмотр видеоматериалов, игровые, практические действия.	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.
Закрепление пройденного материала.	1		Закрепление представлений о членах семьи, через игру.	Закрепление представлений о членах семьи.

Гигиена тела

Различение вентилей с горячей и холодной водой.	1		Формировать умения пользоваться краном через практические действия	Пользование краном
Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук.	1		Учить правильно мыть и вытирать руки, пользоваться мылом, соблюдать правила гигиены через игровые практические действия	Мытьё рук
Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица	1		Формировать умения умывать и вытирать лицо через просмотр видеоматериалов, игровые и практические действия	умывание
Расчесывание волос.	1		Учить пользоваться расчёской, аккуратно расчесывать волосы	Расчесывание волос

Одежда и обувь

Узнавание (различение) предметов одежды	1		Познакомить с видами одежды через просмотр демонстрационных материалов, практические действия	Различение видов одежды
Узнавание (различение) деталей предметов одежды	1		Формировать представление о деталях одежды через просмотр демонстрационных материалов, практические действия	Формировать представление о деталях одежды
Знание назначения деталей предметов одежды.	1		Формирование представлений о назначении деталей одежды через просмотр демонстрационных материалов, игровые действия	Формирование представлений о назначении деталей одежды
Узнавание (различение) предметов	1		Формирование знаний о предметах обуви, узнавать обувь через про-	Формирование знаний о предметах обу-

метов обуви			смотр демонстрационных материалов, игровые и практические действия	ви
Знание назначения видов обуви.	1		Познакомить с назначением различных видов обуви через просмотр видеоматериалов, демонстрационных материалов, практические и игровые действия	Формировать представления о видах обуви
Различение сезонной обуви	1		Учить различать сезонную обувь через просмотр демонстрационных материалов, игровые действия, беседу	Формировать представления о сезонной обуви
Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1		Учить расстегивать и застегивать одежду, развязывать шнурки через игровые и практические действия	Формировать умения расстегивать и застегивать одежду, обувь
Соблюдение последовательности действий при раздевании	1		Учить соблюдать последовательность действий при раздевании через игру и практические действия	Формировать умения раздеваться
Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды	1		Учить различать лицевую, переднюю, заднюю сторону одежды, верх, низ через игровые и практические действия	Расширение знаний об одежде
Закрепление пройденного материала.	1		Закрепить знания об одежде и обуви	Закрепление знаний об одежде и обуви

3 класс			
№	Тема	Кол-во ч	Дата
1	Сообщение сведений о себе.	1	
2	Идентификация себя как мальчика (девочки)	1	
3	Узнавание (различение) детей и взрослых.	1	
4	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук.	1	
5	Знание назначения предметов одежды.	1	
6	Сообщение о желании пить.	1	
7	Наливание жидкости в кружку.	1	
8	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1	
	2 четверть		
9	Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо)	1	
10	Узнавание (различение) частей тела: туловище (спина, живот).	1	
11	Узнавание (различение) частей тела: руки (ло- коть, ладонь, пальцы).	1	
12	Узнавание (различение) частей тела: ноги (ко- лено, ступня, пальцы, пятка).	1	
13	Узнавание (различение) предметов обуви.	1	
14	Узнавание (различение) предметов обуви.	1	
15	Знание назначения видов обуви (спортив- ная, домашняя, выходная, рабочая).	1	
	3 четверть		
16	Определение своей социальной роли в семье.	1	
17	Различение социальных ролей членов семьи.	1	
18	Чистка зубов.	1	
19	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта	1	
20	Выбор одежды в зависимости от предстоящего ме- роприятия (прогулка).	1	
21	Сообщение о желании есть.	1	
22	Еда ложкой.	1	
23	Представление о бытовой и досуговой деятельно- сти членов семьи.\	1	
24	Рассказ о своей семье.	1	
	4 четверть		
25	Соблюдение последовательности действий в туалете.	1	
26	Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы).	1	

27	Знание назначения частей лица.	1	
28	Расчёсывание волос.	1	
29	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.	1	
30	Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка).	1	
31	Использование салфетки во время приема пищи.	1	
32	Рассказ о своей семье.	1	
33	Представление о профессиональной деятельности членов семьи	1	
34	Обобщающий урок	1	

4 класс

I четверть			
№	Тема	К\ч	Дата
1.2	Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе.	2	
3	Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).	1	
4,5	Знание назначения предметов одежды.	2	
6,7	Различение сезонной одежды (демисезонная).	2	
8	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий.	1	
II четверть			
9,10	Знание назначения частей тела.	2	
11, 12	Знание назначения частей лица	2	
13	Чистка зубов. Полоскание полости рта.	1	
14	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1	
15	Очищение носового хода.	2	
16	Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.	1	
III четверть			
17	Мытье ушей. Чистка ушей.	1	
18	Вытирание ног. Соблюдение	1	

	последовательности действий при мытье и вытирании ног.		
19	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела	1	
20-22	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды.	3	
23,24	Контроль своего внешнего вида.	2	
25	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды.	2	
26	Выворачивание одежды.	1	
IV четверть			
27	Различение социальных ролей членов семьи.	1	
28	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	1	
29	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1	
30	Рассказ о своей семье.	1	
31	Сообщение о состоянии своего здоровья. Знание вредных привычек.	1	
32	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1	
33	Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная).	1	
34	Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).	1	

6. Материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Для реализации программы предмета «Человек» материально-техническое обеспечение включает: специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися; душевые кабины; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми.

Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др.