

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 86»**

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора  
Дерябина Н.В.  
30.03.2023

УТВЕРЖДЕНО:  
приказом директора  
Государственного казенного  
общеобразовательного учреждения  
«Школа № 86»  
от 30.03.2023 г. №66-о

**АДАптированная рабочая программа**

**по предмету**

**«Человек»**

**1-8 классы**

**для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой  
умственной отсталостью (интеллектуальными  
нарушениями), тяжёлыми и множественными  
нарушениями развития  
(вариант 2)**

Составила:

Зайцева В.Н.

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол от 30.03.2023 г. № 4

Нижний Новгород  
2023 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по предмету «Человек» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) ГКОУ «Школа № 86» на 2023-2024 гг..

С учетом санитарно-эпидемиологической обстановки программа может быть реализована в дистанционном формате.

### **Общая характеристика учебного предмета «Человек»**

Приобщение ребенка к социальному миру начинается с развития представления 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. Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Семья», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи».

### **Цель изучения учебного предмета «Человек»:**

Формирование представления о себе самом, ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

### **Задачи:**

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими
- представления о собственном теле
- распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале

- отнесение себя к определенному полу
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы
- формировать представления о возрастных изменениях
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья
- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами
- 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, принимать душ перед сном, соблюдать гигиенические навыки подростка)
- 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;
- развитие планирования и контроля деятельности;
- развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Кроме основных, можно выделить и *методические 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.

### **Роль и место дисциплины в образовательном процессе**

В Федеральном государственном стандарте учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир», обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ.

### **Адресат**

Рабочая учебная программа предназначена для учащихся 1-8 классов (вариант 2).

На изучение предмета отведено следующее количество часов:

<b>Класс</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
	<b>доп</b>								
<b>Количество часов в неделю</b>	3	3	3	2	2	2	1	1	1
<b>Количество часов в год</b>	99	99	102	68	68	68	34	34	34

Интеграция с другими предметами и курсами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным стандартом:

«Окружающий природный мир», «Окружающий социальный мир», «Домоводство».

**Структура адаптированной рабочей программы по предмету «Человек» представлена следующими компонентами:**

1. Пояснительная записка

2. Содержание учебного предмета
3. Планируемые результаты
4. Тематическое планирование

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Учебный предмет включает следующие разделы:

### **Пропедевтический уровень (1-3 классы):**

1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.
2. Знакомство с собственным телом, его частями.
3. Гигиена тела.
4. Умение пользоваться туалетом.
5. Одевание-раздевание.
6. Прием пищи.

### **Базовый уровень (4-8 классы):**

1. Представление о себе.
2. Гигиена тела.
3. Туалет.
4. Обращение с одеждой и обувью.
5. Прием пищи.
6. Семья.

### **1 (дополнительный) класс**

Рабочая программа для 1 (дополнительный) класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 102 часа, количество занятий в классе в неделю – 3.

<b>№</b>	<b>Наименование разделов, тем программ</b>	<b>Основное содержание раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>

<b>Раздел 1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.</b>			
1.	Я - человек.	Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.	3
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.	5
3.	Все люди разные.	Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.	3
<b>Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.</b>			
3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.	4
4.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на кукле.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	5
5.	Части лица. Ориентация на кукле.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.	5
<b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>			

6.	Уход за руками.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук. Смывание мыла с рук. Вытирание рук.	7
7.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.	5
8.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно.	6
<b>Раздел 4. Умение пользоваться туалетом.</b>			
9.	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.	5
7.	Нужды человека.	Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно.	6
8.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук.	7

<b>Раздел 5. Одевание-раздевание.</b>			
<b>9.</b>	Виды одежды (нижняя одежда).	Знакомство с видами нижней одежды. Лицевая, изнаночная сторона.	<b>3</b>
<b>10.</b>	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.	<b>4</b>
<b>11.</b>	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.	<b>8</b>
<b>Раздел 6. Прием пищи.</b>			
<b>12.</b>	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.	<b>3</b>
<b>13.</b>	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания.	<b>6</b>
<b>14.</b>	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	<b>4</b>
<b>15.</b>	Столовые приборы.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.	<b>3</b>
<b>16.</b>	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно.	<b>10</b>

**1 (основной) класс**



Рабочая программа для 1 (основного) класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 102 часа, количество занятий в классе в неделю – 3.

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.</b>			
1.	Я - человек.	Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.	2
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.	3
3.	Все люди разные.	Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Моё имя.	5
<b>Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.</b>			
3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.	3
4.	Человек: строение (голова, туловище,	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела.	5

	руки, Ориентация на картинке.	ноги). на	Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	
5.	Части Ориентация на картинке.	лица. на	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	5
<b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>				
6.	Уход за руками. Уход за ногами.		Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног.	9
7.	Умывание.		Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.	5
8.	Уход за полостью рта.		Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	5
<b>Раздел 4. Умение пользоваться туалетом.</b>				
9.	Туалетная комната.		Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.	4

7.	Нужды человека.	Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно.	5
8.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук.	7
<b>Раздел 5. Одевание-раздевание.</b>			
9.	Виды одежды (нижняя одежда, верхняя одежда).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки.	6
10.	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек.	4
11.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.	8
<b>Раздел 6. Прием пищи.</b>			
12.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка.	5
13.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ.	4

14.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	4
15.	Столовые приборы.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Сервировка стола.	5
16.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно.	8

## 2 класс

Рабочая программа для 2 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 102 часа, количество занятий в классе в неделю – 3.

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.</b>			
1.	Я - человек.	Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.	2
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии,	3

		отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст.	
3.	Все люди разные.	Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека.	4
<b>Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.</b>			
3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.	3
4.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы. Ноги: Стопа, пальцы. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.	6
5.	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	5
<b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>			
6.	Уход за руками. Уход за ногами.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Расчесывание волос.	9
7.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания.	5

		Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.	
8.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Принятие прикосновений к области рта. Стимуляция области около рта и области рта. Принятие процесса чистки зубов. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	5
<b>Раздел 4. Умение пользоваться туалетом.</b>			
9.	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.	4
7.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке.	5
8.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	7
<b>Раздел 5. Одевание-раздевание.</b>			
9.	Виды одежды (нижняя, верхняя)	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды	7

	одежда, одежда для школы и прогулок ).	застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды.	
10.	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.	5
11.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний.	8
<b>Раздел 6. Прием пищи.</b>			
12.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка.	5
13.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.	4
14.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	4
15.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.	5
16.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи	6

		самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку.	
--	--	--	--

### 3 класс

Рабочая программа для 3 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 68 часов, количество занятий в классе в неделю – 2.

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими.</b>			
1.	Я - человек.	Знакомство. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. Правильная посадка во время занятий.	2
2.	Моё имя.	Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале. Моё имя, фамилия. Мой возраст. Члены моей семьи: мама, папа, брат, сестра.	2
3.	Все люди разные.	Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Моя половая принадлежность. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена.	2
<b>Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.</b>			



3.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела.	1
4.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе, другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Формирование схемы тела. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: Стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	4
5.	Части лица. Ориентация на себе.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	4
<b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>			
6.	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.	5
7.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.	3
8.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов	2

		самостоятельно. Полоскание рта после еды.	
<b>Раздел 4. Умение пользоваться туалетом.</b>			
9.	Туалетная комната.	Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.	3
7.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	3
8.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	3
<b>Раздел 5. Одевание-раздевание.</b>			
9.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой( знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка).	5
10.	Виды обуви.	Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.	3

11.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка.	5
<b>Раздел 6. Прием пищи.</b>			
12.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.	4
13.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.	5
14.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	2
15.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.	5
16.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан.	5

#### 4 класс

Рабочая программа для 4 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 68 часов, количество занятий в классе в неделю – 2.

<b>№</b>	<b>Наименование разделов, тем программ</b>	<b>Основное содержание раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Раздел 1. Представление о себе.</b>			
1.	Я - человек.	Восприятие частей тела как отдельных элементов тела, формирование внимания на отдельных частях тела, формирование произвольных двигательных и сенсорных реакций отдельных частей тела, восприятие ритма движений тела и управление ритмом движений, восприятие своего тела в пространстве, восприятие основных пространственных координат тела: верх и низ, спереди и сзади, справа и слева.	2
2.	Моё имя.	Знание своего имени, фамилии и умение давать отклик на имя доступным способом. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называть свой возраст. Класс.	2
3.	Все люди разные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы,	2

		желания. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена, фамилии.	
<b>Раздел 2. Гигиена тела.</b>			
4.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела. Игры со своим телом.	1
5.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе, другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	3
6.	Части лица. Ориентация на себе, другом ребенке.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	3
7.	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.	3
8.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.	3

9.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	2
<b>Раздел 3. Туалет.</b>			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	3
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	3
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	3
<b>Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.</b>			
13.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда».	5

14.	Виды обуви.  Головные уборы.	Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение.  Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.	3
15.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка. Уборка в шкаф, на полку.	5
<b>Раздел 5. Прием пищи.</b>			
16.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.	3
17.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.	5
18.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	2
19.	Столовые приборы.  Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки	4

		стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.	
20.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан.	3
<b>Раздел 6. Семья.</b>			
21.	Члены семьи.	Выделение близких ребёнку людей, формирование эмоциональных и двигательных реакций на их появление. Формирование понимания поисковых вопросов взрослого «Где мама», «Где бабушка» и обучение доступным вариантам ответа на них. Узнавание близких при появлении. Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра)	4
22.	Обязанности членов семьи.	Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает).	2
23.	Семейные праздники.	Формирование знаний и традициях семьи (день рождения, Новый год).	2

### 5 класс

Рабочая программа для 5 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 68 часов, количество занятий в классе в неделю – 2.



№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Представление о себе.</b>			
1.	Я - человек.	Восприятие частей тела как отдельных элементов тела, формирование внимания на отдельных частях тела, формирование произвольных двигательных и сенсорных реакций отдельных частей тела, восприятие ритма движений тела и управление ритмом движений, восприятие своего тела в пространстве, восприятие основных пространственных координат тела: верх и низ, спереди и сзади, справа и слева. Моё самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.	2
2.	Моё имя.	Знание своего имени, фамилии и умение давать отклик на имя доступным способом. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называть свой возраст. Класс. Пол. Место жительства.	2
3.	Все люди разные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания. Представление о возрастных изменениях человека. Мои одноклассники: имена, фамилии. ФИО	2

		учителей, других взрослых, которые часто рядом.	
<b>Раздел 2. Гигиена тела.</b>			
4.	Представления о частях тела.	Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела. Игры со своим телом.	1
5.	Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на себе, другом ребенке.	Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела, другого ребенка. Голова. Руки: кисть, пальцы, ногти. Ноги: стопа, пальцы, ногти. Туловище: шея, плечи, грудь, живот, спина.	3
6.	Части лица. Ориентация на себе, другом ребенке.	Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.	3
7.	Уход за телом.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ. Атрибуты в душе для мытья тела. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног. Соблюдение последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос.	3
8.	Умывание.	Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.	3

9.	Уход за полостью рта.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка и их назначение. Уход за зубами. Знакомство со своими зубами и полостью рта. Чистка зубов с поддержкой. Чистка зубов самостоятельно. Полоскание рта после еды.	2
<b>Раздел 3. Туалет.</b>			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	3
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	3
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	3
<b>Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.</b>			
13.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать	5

		одежду в соответствии с погодными условиями.	
14.	Виды обуви. Головные уборы.	Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение. Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.	3
15.	Практические упражнения в одевании и обувании.	Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.	5
<b>Раздел 5. Прием пищи.</b>			
16.	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.	3
17.	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.	5
18.	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	2

19.	Столовые приборы. Сервировочная посуда.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Протирание стола после еды.	4
20.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.	3
<b>Раздел 6. Семья.</b>			
21.	Члены семьи.	Выделение близких ребёнку людей, формирование эмоциональных и двигательных реакций на их появление. Формирование понимания поисковых вопросов взрослого «Где мама», «Где бабушка» и обучение доступным вариантам ответа на них. Узнавание близких при появлении. Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников.	4
22.	Обязанности членов семьи.	Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает).	2
23.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (день рождения, Новый год). Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	2

## 6 класс

Рабочая программа для 6 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 34 часа, количество занятий в классе в неделю – 1.

<b>№</b>	<b>Наименование разделов, тем программ</b>	<b>Основное содержание раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Раздел 1. Представление о себе.</b>			
1.	Я - человек. Мои данные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Знание своего имени, фамилии, отчества. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называние своего возраста (даты рождения). Адрес места жительства. Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека. Моё самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.	1
2.	Тело человека.	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. Знание	4

		строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов.	
<b>Раздел 2. Гигиена тела.</b>			
4.	Гигиена рук, ног.	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. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.	2
5.	Гигиена лица.	Умывание. 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, протираание лица, закрывание крана, вытирание лица. Очищение носового хода. Мытье ушей. Чистка ушей. Уход за частями лица. Расчесывание волос.	3
6.	Уход за полостью рта.	Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и	2

		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. Полоскание рта после еды.	
7.	Гигиена тела.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ, баня. Атрибуты в душе для мытья тела. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны.	2
<b>Раздел 3. Туалет.</b>			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	1
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	1
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытье рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	1
<b>Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.</b>			



13.	<p>Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок ).</p>	<p>Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Узнавание (различение) 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 . Узнавание ( различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями.</p>	2
14.	<p>Виды обуви. Головные уборы.</p>	<p>Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение 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).</p> <p>Знакомство с видами головных уборов. Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам головных уборов.</p>	2

		Условия хранения. Бережное отношение.	
15.	Практические упражнения в одевании и обувании.	<p>Принятие процесса одевания-раздевания. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). 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). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание,</p>	2

		расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.	
<b>Раздел 5. Прием пищи.</b>			
<b>16.</b>	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней. Закаливание.	<b>2</b>
<b>17.</b>	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин.	<b>3</b>
<b>18.</b>	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	<b>1</b>
<b>19.</b>	Виды посуды.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Знакомство с основными видами посуды: кухонная, столовая. Протирание стола после еды.	<b>2</b>
<b>20.</b>	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Питье через трубочку. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.	<b>1</b>

<b>Раздел 6. Семья.</b>			
<b>21.</b>	Члены семьи.	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников. Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.	<b>1</b>
<b>22.</b>	Обязанности членов семьи. Профессиональная деятельность.	Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает). Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	<b>1</b>
<b>23.</b>	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (День Рождения, Новый год). Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	<b>1</b>

### **7 класс**

Рабочая программа для 7 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 34 часа, количество занятий в классе в неделю – 1.

<b>№</b>	<b>Наименование разделов, тем программ</b>	<b>Основное содержание раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Раздел 1. Представление о себе.</b>			

1.	Я - человек. Мои данные.	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Знание своего имени, фамилии, отчества. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называние своего возраста (даты рождения). Адрес места жительства. Знание видов деятельности для организации своего свободного времени: игры, хобби. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека. Моё самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.	1
2.	Тело человека.	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. 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.	4
<b>Раздел 2. Гигиена тела.</b>			
4.	Гигиена рук, ног.	Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание	2

		<p>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. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.</p>	
5.	Гигиена лица.	<p>Умывание. 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. Очищение носового хода. Мытье ушей. Чистка ушей. Уход за частями лица. Нанесение косметического средства на лицо. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос.</p>	4
6.	Уход за полостью рта.	<p>Чистка зубов. Полоскание полости рта. 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,</p>	1

		закрывание тюбика с зубной пастой. Полоскание рта после еды.	
7.	Гигиена тела.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ, баня. Атрибуты в душе для мытья тела. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками.	2
<b>Раздел 3. Туалет.</b>			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.	1
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).	1
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	1
<b>Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.</b>			
13.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки),	2

		<p>свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды . Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).</p>	
14.	<p>Виды обуви.</p> <p>Головные уборы.</p>	<p>Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение 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).</p> <p>Знакомство с видами головных уборов. Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам головных уборов.</p>	2



		Условия хранения. Бережное отношение.	
15.	Практические упражнения в одевании и обувании.	<p>Принятие процесса одевания-раздевания. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). 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). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание,</p>	2

		расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.	
<b>Раздел 5. Прием пищи.</b>			
<b>16.</b>	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней. Закаливание.	<b>2</b>
<b>17.</b>	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Деление продуктов по категориям: мясные, молочные и т.д. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин. Составление меню.	<b>2</b>
<b>18.</b>	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	<b>1</b>
<b>19.</b>	Виды посуды.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Знакомство с основными видами посуды: кухонная, столовая. Протирание стола после еды.	<b>2</b>
<b>20.</b>	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Питье через трубочку. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Еда руками, ложкой, вилок, знакомство с приёмами пользования вилки и ножа. Накладывание пищи в тарелку.	<b>1</b>

		Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.	
<b>Раздел 6. Семья.</b>			
21.	Члены семьи.	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников. Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.	1
22.	Обязанности членов семьи. Профессиональная деятельность.	Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает). Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1
23.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (День Рождения, Новый год). Семейный отдых. Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	1

### 8 класс

Рабочая программа для 8 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 34 часа, количество занятий в классе в неделю – 1.

№	Наименование разделов, тем программ	Основное содержание раздела	Кол-во часов

## Раздел 1. Представление о себе.

<b>1.</b>	Я - человек. Мои данные.	<p>Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка) и возрастных представлений (ребенок, взрослый, малыш, большой). Знание своего имени, фамилии, отчества. Формирование зрительного образа «Я»: умения узнавать себя в зеркале, умение узнавать себя на фотографиях и показывать себя. Называние своего возраста (даты рождения). Адрес места жительства. Знание видов деятельности для организации своего свободного времени: игры, хобби. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека. Моё самочувствие: болит голова, мне плохо и т.д.</p>	<b>1</b>
<b>2.</b>	Тело человека.	<p>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. 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.</p>	<b>4</b>
<b>Раздел 2. Гигиена тела.</b>			

4.	Гигиена рук, ног.	<p>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. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей.</p> <p>Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.</p>	2
5.	Гигиена лица, головы.	<p>Умывание. 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. Очищение носового хода. Мытье ушей. Чистка ушей. Уход за частями лица. Нанесение косметического средства на лицо.</p> <p>Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности</p>	3

		действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.	
6.	Уход за полостью рта.	Чистка зубов. Полоскание полости рта. 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. Полоскание рта после еды.	1
7.	Гигиена тела.	Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Ванная комната, душ, баня. Атрибуты в душе для мытья тела. 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).	2
<b>Раздел 3. Туалет.</b>			
10.	Туалетная комната.	Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, писсуар, кнопка слива, смывание унитаза.	1
11.	Нужды человека.	Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание	1

		одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазае/горшке).	
12.	Гигиена после посещения туалета.	Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. Правила пользования полотенцем.	1
<b>Раздел 4. Обращение с одеждой и обувью.</b>			
13.	Виды одежды (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок ).	Знакомство с видами нижней, верхней одежды, домашней и школьной одежды. Узнавание (различение) 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 . Узнавание ( различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Выворачивание. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки, липучки. Правила хранения одежды. Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка). Понятие «моя одежда». Формирование выбирать одежду в соответствии с погодными условиями. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).	2

14.	<p>Виды обуви.</p> <p>Головные уборы.</p>	<p>Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение</p> <p>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).</p> <p>Знакомство с видами головных уборов. Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.</p>	2
15.	<p>Практические упражнения в одевании и обувании.</p>	<p>Принятие процесса одевания-раздевания. Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды</p>	2



		(например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например: надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний. Расстегивание пуговиц, молний, кнопок, ремня. Застегивание, расстегивание, шнуровка обуви. Уборка в шкаф, на полку.	
<b>Раздел 5. Прием пищи.</b>			
<b>16.</b>	Режим дня.	Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней. Закаливание.	<b>1</b>
<b>17.</b>	Правильное питание.	Знакомство с овощами и фруктами. Знакомство с основными продуктами питания: хлеб, молоко, рыба, мяса. Деление продуктов по категориям: мясные, молочные и т.д. Вкус. Запах. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия: завтрак, обед, полдник, ужин. Составление меню.	<b>2</b>
<b>18.</b>	Культура поведения в столовой.	Знакомство с правилами поведения в столовой. Вежливые слова. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.	<b>1</b>

19.	Виды посуды.	Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола. Знакомство с основными видами посуды: кухонная, столовая. Мытье посуды. Протирание стола после еды.	3
20.	Прием пищи.	Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Питье через трубочку. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. Еда руками, ложкой, вилок, знакомство с приемами пользования вилки и ножа. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. Накладывание пищи в тарелку. Наливание жидкости в стакан. Формирование умения чистить фрукты: банан, мандарин.	2
<b>Раздел 6. Семья.</b>			
21.	Члены семьи.	Ознакомление с понятием «моя семья» и с семейными ролями в ней (мама, сын, дочь, брат, сестра). Имена близких родственников. Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.	1

22.	Обязанности членов семьи. Профессиональная деятельность.	Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает). Представление о профессиональной деятельности членов семьи.	1
23.	Семейные праздники.	Формирование знаний о праздниках и традициях семьи (День Рождения, Новый год). Семейный отдых. Игры «К нам пришли гости», «У меня сегодня день Рождения».	1

### Формы контроля:

1 классы - динамическое наблюдение

2-8 классы – устный опрос

### Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

#### Личностные результаты:

##### Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определяет состояние своего здоровья;

##### Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

##### Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша);
- проявляет уважение к людям старшего возраста.

##### «Уверенность в себе»

- осознает, что может, а что ему пока не удастся;

##### «Чувства, желания, взгляды»

- понимает эмоциональные состояния других людей;
- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- проявляет собственные чувства;

##### «Социальные навыки»

- умеет устанавливать и поддерживать контакты;
- умеет кооперироваться и сотрудничать;
- избегает конфликтных ситуаций;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- использует элементарные формы речевого этикета;

- принимает доброжелательные шутки в свой адрес;
- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно – личностный блок

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне)
- стремится помогать окружающим

Биологический уровень

- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)
- сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- семейно – бытовых;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

- осознает, что определенные его действия несут опасность для него;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведения искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;
- принимать и оказывать помощь.

**Предметные результаты:**

— Понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических жестов

— Владение вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения

— Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач

- Умение использование предметов для выражения путем на них жестом, взглядом
- Использование доступных жестов для передачи сообщения
- Понимание слов, обозначающие объекты и явления природы, объекты рукотворного мира и деятельность человека
- Умение использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях
- Обучение глобальному чтению в доступных ребенку пределах
- Формирование навыка понимания смысла узнаваемого слова; копирование с образца отдельных букв

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### *Учебно-методическое:*

- Коммуникативные символы;
- картины, наглядные пособия;- предметов различной формы, величины, цвета;
- граф.схемы, таблицы-пиктограммы с изображениями занятий, моментов и др. событий;
- невербальные средства общения (жест, мимика, голос);
- электронные презентации;
- дидактические игры по лексическим темам;
- шнуровки, липучки;
- посуда-вставления (стаканчики одинаковой величины);
- столовые приборы;
- виды одежды и обуви;
- принадлежности для ухода за своим телом-оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам;
- Пазлы, лото, разрезные картинки;
- Альбомы с фотографиями детей-изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.;

- предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины);
- звучащие предметы для встряхивания;
- предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра);
- различные по форме, величине, цвету наборы материала (в т.ч. природного);
- наборы предметов для занятий («Нумикон», Монтессори-материал и др.).

***Материалы и оборудование:***

- технические средства обучения (включая специализированные компьютерные инструменты обучения, мультимедийные средства)
- учебные столы;
- доска большая универсальная (с возможностью магнитного крепления); специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках; душевые кабины; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями ОДА. 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.

**Интернет – ресурсы:**

1. learningApps.org <https://learningapps.org/>
2. Детские развивающие игры онлайн, детский сайт «Играемся» <https://www.igraemsa.ru/>
3. Инфоурок <https://infourok.ru/>
4. Мерсибо <https://mersibo.ru/>
5. Мультиурок <https://multiurok.ru>
6. Российская электронная школа РЭШ <https://resh.edu.ru>
7. Учи.ру <https://uchi.ru/>