Приложение № 6
к Адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями в развитии МАОУ Черновской СОШ (вариант 6.4)начального общего образования

Рабочая программа учебного предмета

«Самообслуживание»

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету разработана на основе:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для детей с ОВЗ» (с изменениями и дополнениями);
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями в развитии МАОУ Черновской СОШ (вариант 6.4).

Цель обучения – формирование представлений о себе как целостном «Я» и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания.

Основные задачи реализации содержания:

Основные задачи реализации содержания:

Практическое взаимодействие с окружающим, развитие ориентации в ближайшем окружении.

Усвоение правил безопасного для мира природы поведения человека.

Формирование первоначальных представлений о себе, своих физических возможностях, возможностях сверстников и других людей.

Формирование представлений о своей семье, взаимоотношениях в семье, обязанностях членов семьи и ребенка.

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

Формирование представлений о правилах безопасного жизнеобеспечения, способах безопасного поведения в экстремальных ситуациях.

Формирование умения выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с уборкой помещений, с уходом за вещами, участие в покупке продуктов, в процессе приготовления пищи, в сервировке и уборке столов.

Формирование первоначальных представлений об окружающих объектах:
о доме, школе, о расположенных в них и рядом объектах, о транспорте.

Усвоение правил безопасного поведения в помещении и на улице.

Овладение первоначальными представлениями о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей.

Формирование представлений об обязанностях и правах самого ребёнка, его роли ученика.

Освоение навыков учебной деятельности и накопление опыта взаимодействия с взрослыми и сверстниками.

2.Общая характеристика учебного предмета

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

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

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

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. Важно, чтобы образцом культуры общения для ребенка являлось доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон. Ребенок учится понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей.

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

На изучение курса отведено:

- в 1 классе (подготовительный класс) 1 час в неделю 33 ч. в год,
  - в 1 классе – 1ч. в неделю, 33 ч. в год;
  - в 2 классе – 1ч. в неделю, 34 ч. в год;
  - в 3 классе – 1ч. в неделю, 34 ч. в год;
  - в 4 классе – 1ч. в неделю, 34 ч. в год;

всего за период обучения – 168 ч.

4.Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты включают овладение обучающимися жизненными и социальными компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений, обучающихся в различных средах.

Личностные результаты освоения АООП (вариант 6.4) отражают:

1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";

2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;

4) формирование уважительного отношения к окружающим;

5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;

8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Знания, умения, навыки, приобретаемые ребенком в ходе освоения программного материала по изученным темам , необходимы ему для ориентировки в окружающей действительности.

Предметные результаты изучения учебного предмета «Человек. Самообслуживвание.»

1) представление о себе как "Я", осознание общности и различий "Я" от других:

соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;

представления о собственном теле;

отнесение себя к определенному полу;

2) умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей:

умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться и другое;

умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья; поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами:

умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;

умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета), умение следить за своим внешним видом.

ВОЗМОЖНЫЕ (ПЛАНИРУЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

- знать и уметь называть части тела;
- различать и называть предметы санитарии и гигиены, предметы для приема пищи, предметы одежды;
- уметь одеваться и обуваться с помощью учителя, родителей;
- совершать под присмотром учителя туалет;
- знать место хранения предметов туалета;
- уметь правильно вести себя за столом.

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА:

Умение решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей.

Умение обслуживать себя или принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи и питье и других гигиенических процедурах. Умение сообщать о своих потребностях.

Умение следить за своим внешним видом.

5.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Подготовительный класс

«Навыки, связанные с гигиеной тела»

Закрепить приобретенные в дошкольном возрасте умения различать и называть части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени). Закрепить умение различать и называть предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка; гребешок (расчёска), зубная щётка, зубной порошок, зубная паста, ножницы; таз, ванна, полотенце. Закрепить умение различать и называть действия, связанные с гигиеной тела: мыть - вытирать; чистить; полоскать; причёсываться. Объяснить, что быть чистым – красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям. Совершать под присмотром учителя туалет: мыть с мылом руки, насухо вытираться. Знать, где следует хранить предметы туалета: мыльница, гребешок, полотенце; зубная щётка, паста или порошок.

«Навыки одевания и раздевания»

Закрепить умение различать и называть предметы одежды: рубашка, платье, костюм, брюки, носки, колготки, трусы, носовой платок, штаны, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, галоши, валенки. Закрепить навыки одевания и обувания под присмотром воспитателя. Знать как складывать и куда класть или вешать снятую одежду.

«Навыки приема пищи»

Уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка). Закрепить навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол. Знать, что нельзя есть зеленые, а также немытые ягоды, овощи и фрукты.

«Навыки культурного поведения»

Садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению учителя. Выйдя из-за стола, задвигать за собою стул. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Уметь ходить попарно и знать свое место на прогулке. Участвовать в физкультзарядке. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.

1 класс

«Навыки, связанные с гигиеной тела»

Закрепить приобретенные в дошкольном возрасте умения различать и называть части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени). Закрепить умение различать и называть предметы.
санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка; гребешок (расчёска), зубная щётка, зубной порошок, зубная паста, ножницы; таз, ванна, полотенце. Закрепить умение различать и называть действия, связанные с гигиеной тела: мыть - вытирать; чистить; полоскать; причёсываться. Объяснить, что быть чистым – красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям. Совершать под присмотром учителя туалет: мыть с мылом руки, насухо вытираться. Знать, где следует хранить предметы туалета: мыльница, гребешок, полотенце; зубная щётка, паста или порошок.

«Навыки одевания и раздевания»

Закрепить умение различать и называть предметы одежды: рубашка, платье, костюм, брюки, носки, колготки, трусы, носовой платок, штаны, пальто, шапка, варежки, шарф, ботинки, галоши, валенки. Закрепить навыки одевания и обувания под присмотром воспитателя. Знать как складывать и куда класть или вешать снятую одежду.

«Навыки приема пищи»

Уметь различать и называть предметы, нужные для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка, стакан, кружка, солонка, блюдечко, клеенка). Закрепить навыки: мыть руки перед едой, правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду, хорошо пережевывать пищу, уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол. Знать, что нельзя есть зеленые, а также немытые ягоды, овощи и фрукты.

«Навыки культурного поведения»

Садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению учителя. Выйдя из-за стола, задвигать за собою стул. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Уметь ходить попарно и знать свое место на прогулке. Участвовать в физкультзарядке. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.

2 класс

«Навыки, связанные с гигиеной тела»

Формирование понятий о гигиене тела: душевая комната. Предметы душевой комнаты. Формирование понятий о гигиене тела: душевая комната. Вентили с горячей и холодной водой. Практические упражнения с водой. Формирование понятий о гигиене тела: регулирование напора струи воды. Практические упражнения с водой. Формирование понятий о гигиене тела: твёрдое мыло, его назначение, мыло жидкое с дозатором, бумажное полотенце, автоматическая сушилка. Практическое занятие с водой, мылом «Как мыть руки». Формирование понятий о гигиене тела: мочалка (виды мочалок). Практическое упражнение «Вымоем кукле ноги».

«Навыки одевания и раздевания»

Формирование понятий о предметах одежды и ее частях. Практическое занятие. Показ и называние предметов одежды на себе. Практическое занятие. Порядок, последовательность раздевания, одевания школьной одежды. Формирование понятий о складывании снятой одежды. Формирование понятий о предметах верхней одежды. Различение и называние предметов верхней одежды и ее частей. Практическое занятие. Расстегивание и застегивание молнии на верхней одежде. Формирование понятий о видах застёжек на одежде и пуговицах. Практическое занятие. Учимся застегивать пуговицы. Практическое занятие. Учимся расстегивать большие пуговицы. Практическое занятие. Расстегивание ремня, кнопок. Формирование понятий о видах обуви. Практическое занятие. Учимся обувать обувь и застегивать липучки. Различение обуви для правой и левой ноги. Практическое занятие. Застёгивание обуви. Шнуровка. Заключительный урок по теме «Одежда и внешний вид».

«Навыки приема пищи»

Формирование понятий о культуре приема пищи. Формирование понятий о предметах, необходимых для приема пищи, о предметах посуды, необходимой для приготовления пищи, о продуктах питания, о различении кулинарных блюд, о напитках, об

упаковке. Практическое занятие. Учимся правильно держать ложку. Практическое занятие. Куклы за столом. Практическое занятие. Прием пищи.

«Навыки культурного поведения»

Садиться за стол и выходить из-за стола по разрешению учителя. Выйдя из-за стола, задвигать за собою стул. Уметь вовремя попроситься в туалет и вымыть руки после него. Уметь ходить попарно и знать свое место на прогулке. Участвовать в физкультзарядке. Не сорить, а бросать ненужные бумажки в корзину или ящик для мусора.

3 класс

«Навыки, связанные с гигиеной тела»

Части тела, лица, головы. Предметы гигиены, их назначение, хранение. Отработка навыка мытья рук. Отработка навыка чистить зубы. Отработка навыка ухода за ушами. Отработка навыка расчесывания волос. Отработка навыка мытья ног.

«Навыки одевания и раздевания»

Отработка навыка складывания одежды. Отработка навыка застегивания: пуговиц, молнии, крючков. Стирка мелких вещей (носки). Отработка навыка шнурования обуви. Отработка умения выбирать головной убор по сезону.

«Навыки приема пищи»

Отработка навыков правильного поведения за столом. Правила хранения хлеба. Отработка умения отваривать яйца. Заваривание чая. Сервировка к чаепитию.

«Навыки культурного поведения»

Правила поведения в семье. Инвентарь для уборки помещения. Отработка навыков уборки помещения. Отработка навыка перехода по светофору. Отработка навыка перехода дороги без светофора. Правила поведения в автобусе. Правила поведения в школе. Отработка навыка приветствовать. Отработка навыка прощаться. Отработка навыков обращения к сверстникам и взрослым. Правила поведения на улицах города. Игра «Магазин». Правила поведения в лесу. Правила поведения на водоемах.

4 класс

«Навыки, связанные с гигиеной тела»

Намыливание мочалки: использование мочалки при мытье. Вытирание банным полотенцем. Умение откладывать(сдерживать) оправление нужды. Смывание унитаза. Мытье рук после оправления нужды. Идём во время в туалет, раздеваемся, подтираемся, спускаем воду и одеваемся самостоятельно.

«Навыки одевания и раздевания»

Летняя, зимняя, осенняя одежда. Подбираем одежду в зависимости от погоды. Просим пришить пуговицу. Правильно ставить обувь в отведенное место. Сравнение, кто правильно сложил одежду на своем стульчике, исправлять ошибку. Пользоваться щеткой для одежды. Обувь взрослая – обувь детская. Раздевание и одевание одежды по пиктограммам. Раздевание и одевание одежды по пиктограммам. Раздевание и одевание одежды по пиктограммам. Чистим загрязнения на одежде. Вставляем нижний край молнии
в замок. Выбираем соответствующую одежду, по сезону и случаю.

«Навыки приема пищи»

Начинаем мыть посуду. Сервировка стола. Правила поведения за столом.

«Навыки культурного поведения»

Правила поведения за столом; эстетика приема пищи. Правила поведения за столом; эстетика приема пищи. Правила поведения в транспорте. Правила поведения в транспорте. Правила поведения на общественных мероприятиях: концерты, поездки. Правила поведения на общественных мероприятиях: концерты, поездки.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел	Количество часов					ВСЕГО
		1[1] класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	
1	Навыки, связанные с гигиеной тела	9	9	9	9	9	**45**
2	Навыки одевания и раздевания	7	7	8	8	8	**38**
3	Навыки приема пищи	9	9	9	9	9	**45**
4	Навыки культурного поведения	8	8	8	8	8	**40**
	ИТОГО	**33**	**33**	**34**	**34**	**34**	**168**

VI. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Подготовительный класс

№	Тема урока	Количество часов
	Навыки, связанные с гигиеной тела (9 ч.)	
1	Различение и называние частей тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы)	1
2	Различение и называние частей тела (уши, шея, грудь, живот, спина, плечи)	1
3	Различение и называние частей тела (руки, ноги, пальцы, ногти, колени)	1
4	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка	1
5	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: гребешок (расчёска), зубная щётка, зубной порошок, зубная паста, ножницы	1
6	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: таз, ванна, полотенце	1
7	Различение и называние действий, связанных с гигиеной тела: мыть - вытирать; чистить; полоскать; причёсываться	1
8	Быть чистым – красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям	1
9	Развитие навыка совершать туалет: мыть с мылом руки, насухо вытираться. Правила хранения предметов туалета: мыльницы, гребешка, полотенца; зубной щётки, пасты или порошка	1
	Навыки одевания и раздевания (7 ч.)	
10	Различение и называние предметов одежды (рубашка, платье, костюм, брюки, штаны)	1
11	Различение и называние предметов одежды (носки, трусы, носовой платок)	1
12	Различение и называние предметов одежды (пальто,	1

	шапка, варежки, шарф)	
13	Различение и называние предметов одежды (ботинки, галоши, валенки)	1

14	Различение и называние предметов одежды (закрепление)	1
15	Закрепление навыков одевания и обувания	1
16	Хранение одежды	1
	Навыки приема пищи (9 ч.)	
17	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка)	1
18	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (стакан, кружка, блюдечко)	1
19	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (солонка, клеенка)	1
20	Закрепление навыка мыть руки перед едой	1
21	Закрепление навыка правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду	1
22	Закрепление навыка хорошо пережевывать пищу	1
23	Закрепление навыка уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол	1
24	Немытые ягоды, овощи и фрукты	1
25	Незрелые ягоды, овощи и фрукты	1
	Навыки культурного поведения (8 ч.)	
26	Как садиться за стол	1
27	Как садиться за стол и выходить из-за стола	1
28	Как придвигать к себе стул	1
29	Как задвигать за собою стул, выйдя из-за стола	1
30	Как попроситься в туалет	1
31	Как попроситься в туалет и вымыть руки после него	1
32	Как не сорить	1
33	Куда и как бросать мусор	1
	ИТОГО:	**33**

1 класс

№	Тема урока	Количество часов
	Навыки, связанные с гигиеной тела (9 ч.)	
1	Различение и называние частей тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы)	1
2	Различение и называние частей тела (уши, шея, грудь, живот, спина, плечи)	1
3	Различение и называние частей тела (руки, ноги, пальцы, ногти, колени)	1
4	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка	1
5	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: гребешок (расчёска), зубная щётка, зубной порошок,	1

6	Различение и называние предметов санитарии и гигиены: таз, ванна, полотенце	1
7	Различение и называние действий, связанных с гигиеной тела: мыть - вытирать; чистить; полоскать; причёсываться	1
8	Быть чистым – красиво, приятно и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям	1
9	Развитие навыка совершать туалет: мыть с мылом руки, насухо вытираться. Правила хранения предметов туалета: мыльницы, гребешка, полотенца; зубной щётки, пасты или порошка	1
Навыки одевания и раздевания (7 ч.)		
10	Различение и называние предметов одежды (рубашка, платье, костюм, брюки, штаны)	1
11	Различение и называние предметов одежды (носки, трусы, носовой платок)	1
12	Различение и называние предметов одежды (пальто, шапка, варежки, шарф)	1
13	Различение и называние предметов одежды (ботинки, галоши, валенки)	1
14	Различение и называние предметов одежды (закрепление)	1
15	Закрепление навыков одевания и обувания	1
16	Хранение одежды	1
Навыки приема пищи (9 ч.)		
17	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (ложка, тарелка, салфетка)	1
18	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (стакан, кружка, блюдечко)	1
19	Различение и называние предметов, нужных для приема пищи (солонка, клеенка)	1
20	Закрепление навыка мыть руки перед едой	1
21	Закрепление навыка правильно держать ложку, правильно ею пользоваться, не разливая еду	1
22	Закрепление навыка хорошо пережевывать пищу	1
23	Закрепление навыка уметь есть опрятно, не роняя еду на стол и на пол	1
24	Немытые ягоды, овощи и фрукты	1
25	Незрелые ягоды, овощи и фрукты	1
Навыки культурного поведения (8 ч.)		
26	Как садиться за стол	1
27	Как садиться за стол и выходить из-за стола	1
28	Как придвигать к себе стул	1
29	Как задвигать за собою стул, выйдя из-за стола	1
30	Как попроситься в туалет	1
31	Как попроситься в туалет и вымыть руки после него	1

	зубная паста, ножницы	

32	Как не сорить	1
33	Куда и как бросать мусор	1
	ИТОГО:	**33**

2 класс

№	Тема урока	Количество часов
	Навыки, связанные с гигиеной тела (9 ч.)	
1	Части тела	2
2	Предметы личной гигиены	2
3	Зарядка по утрам	2
4	Режим дня	2
5	Дидактическая игра «Я – человек»	1
	Навыки одевания и раздевания (8 ч.)	
6	Одежда	1
7	Сезонная одежда	1
8	Обувь	1
9	Сезонная обувь	1
10	Головные уборы	1
11	Шнуровка обуви	1
12	Застегивание одежды	2
	Навыки приема пищи (9 ч.)	
13	Правила поведения за столом	2
14	Завтрак	2
15	Обед	2
16	Полдник	2
17	Ужин	1
	Навыки культурного поведения (8 ч.)	
18	Правила поведения за столом	2
19	Уборка в классе	2
20	Уборка дома	2
21	Итоговое занятие «Чему мы научились»	2
	ИТОГО:	**34**

3 класс

№	Тема урока	Количество часов
	Навыки, связанные с гигиеной тела (9 ч.)	
1	Части тела	2

2	Предметы личной гигиены: мыло, полотенце, шампунь, расческа	1
3	Зубная щетка, зубная паста	1
4	Подстригание ногтей	1
5	Чистка зубов. Значение. Правила	1
6	Мытьё, вытирание и чистка ушей	1
7	Расчёсывание волос	1
8	Зарядка по утрам	1
Навыки одевания и раздевания (8 ч.)		
10	Различение предметов одежды. Одежда по сезонам	1
11	Различение предметов обуви. Обувь по сезонам.	1
12	Различение головных уборов. Головные уборы по сезонам	1
13	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1
14	Выворачивание одежды	1
15	Растегивание и застегивание липучки	1
16	Растегивание и застегивание пуговицы	1
17	Растегивание и застегивание молнии	1
Навыки приема пищи (9 ч.)		
18	Полезные и вредные продукты	1
19	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их называние.	1
20	Приём пищи: питьё напитка из кружки; питьё через соломинку	1
21	Завтрак. Еда руками	2
22	Обед. Еда ложкой первых блюд	2
23	Второе блюдо. Еда вилкой. Использование салфетки	2
Навыки культурного поведения (8 ч.)		
24	Уборка тарелки и чашки за собой, вытирание стола тряпкой	2
25	Соблюдение последовательности действий в туалете	2
26	Правила поведения за столом	2
27	Умение пользования туалетом. Мытьё рук после туалета	2
	ИТОГО:	**34**

4 класс

№	Тема урока	Количество часов
Навыки, связанные с гигиеной тела (9 ч.)		
1	Намыливание мочалки: использование мочалки при	2

	мытье	
2	Вытирание банным полотенцем	2
3	Умение откладывать(сдерживать) оправление нужды	2
4	Смывание унитаза	1
5	Мытье рук после оправления нужды	1
6	Идём вовремя в туалет, раздеваемся, подтираемся, спускаем воду и одеваемся самостоятельно	1
Навыки одевания и раздевания (8 ч.)		
7	Формирование навыка расстегивания кнопки	1
8	Формирование навыка застегивания кнопки	1
9	Формирование навыка расстегивания ремня	1
10	Формирование навыка застегивания ремня	1
11	Формирование навыка развязывания шнурка	1
12	Формирование навыка завязывания шнурка	1
13	Последовательность разувании/ обувании на прогулку	2
Навыки приема пищи (9 ч.)		
14	Еда ложкой	2
15	Еда вилкой	2
16	Еда руками	2
17	Начинаем мыть посуду	3
Навыки культурного поведения (8 ч.)		
18	Правила поведения в транспорте	2
19	Правила поведения на общественных мероприятиях: концерты, поездки	2
20	Правила поведения в туалетной комнате	1
21	Поведение в школе. «Школа наш дом»	2
22	Правила поведения за столом; эстетика приема пищи	1
	ИТОГО:	**34**