



Муниципальное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 п.Советский»

|  |  |
|--|--|
| ПРИНЯТА<br>Педагогическим<br>советом МОУ «Средняя<br>общеобразовательная<br>школа №3 п.Советский»<br>Республики Марий Эл<br>Протокол от 30.08.2023 № 1 | УТВЕРЖДЕНА<br>Приказом МОУ «Средняя<br>общеобразовательная школа №3<br>п.Советский»<br>Республика Марий<br>Эл<br>от 31.08.2023 № 93 - од |
|--|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**ЧЕЛОВЕК**  
(вариант 8.4)

1 дополнительный – 4 классы

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе:

Рабочая программа учебного предмета «Человек» разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом начального образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;

- Адаптированной основной общеобразовательной программой начального образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4) МОУ «Средняя общеобразовательная школа №3 п.Советский»
- Учебным планом МОУ «Средняя общеобразовательная школа №3 п.Советский»

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.

Рабочая программа предназначена для учащихся 1 доп.- 4 классов для детей с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития в МОУ «Средняя общеобразовательная школа №3 п.Советский» и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

### **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.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Человек» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых Федеральным государственным стандартом «Окружающий социальный мир», «Домоводство».

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

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебный предмет «Человек» является основной частью предметной области «Окружающий мир».

Рабочая программа предназначена для учащихся 1 доп. - 4 классов (2 вариант).

Учебный предмет осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии) в соответствии с их возможностями к обучению и темпа усвоения программного материала.

Рабочая программа предмета «Человек» в 1 доп. - 4 классах определена учебным планом ГКОУ «Школа № 56» и рассчитана на 33 (в 1х классах) и 34

(во 2х – 4х классах) учебные недели в соответствии с расписанием.

1 дополнительный (1ый год обучения) класс – 99 часов в год.

1 дополнительный (2 ой год обучения) класс - 99 часов в год

1 класс - 99 часов в год.

2 класс – 102 часа в год.

3 класс – 102 часа в год.

4 класс – 102 часа в год.

## **ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Предметные результаты:**

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

## **Личностные планируемые 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.

**Формы контроля:** динамическое наблюдение.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### Пропедевтический уровень

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**

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

### **1 дополнительный класс (1ый год обучения)**

| <b>№</b> | <b>Раздел программы</b>      | <b>Основное содержание раздела</b>   |
|----------|------------------------------|--|
| 1.       | Я - человек.                 | Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. |
| 2.       | Моё имя.                     | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.  |
| 3.       | Все люди разные.             | Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.   |
| 3.       | Представления о частях тела. | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   |



|    |  |   |
|----|--|---|
| 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. | Части лица. Ориентация на кукле.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.   |
| 6. | Уход за руками.  | Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук. Смывание мыла с рук. Вытирание рук.   |
| 7. | Умывание.  | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. 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. |
| 9. | Туалетная комната.   | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   |

|    |                 |   |
|----|-----------------|---|
| 7. | Нужды человека. | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно. |
|----|-----------------|---|

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 8.  | Гигиена после посещения туалета.               | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. |
| 9.  | Виды одежды (нижняя одежда).                   | Знакомство с видами нижней одежды. Лицевая, изнаночная сторона.   |
| 10. | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.   |
| 11. | Практические упражнения в одевании и обувании. | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.                                 |
| 12. | Режим дня.                                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.   |
| 13. | Правильное питание.                            | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания.   |
| 14. | Культура поведения в столовой.                 | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| 15. | Столовые приборы.                              | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.  |
| 16. | Прием пищи.                                    | Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | предпочтений. Прием пищи с поддержкой.<br>Прием пищи самостоятельно. |
|--|--|--|

**1 дополнительный класс  
(2ой год обучения)**

| <b>№</b> | <b>Раздел программы</b>  | <b>Основное содержание раздела</b>   |
|----------|--|--|
| 1.       | Я - человек.   | Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. |
| 2.       | Моё имя.   | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.  |
| 3.       | Все люди разные.   | Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.   |
| 3.       | Представления о частях тела.   | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   |
| 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.       | Части лица. Ориентация на кукле.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.  |

|    |                                  |  |
|----|----------------------------------|--|
| 6. | Уход за руками.                  | Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук. Смывание мыла с рук. Вытирание рук.  |
| 7. | Умывание.                        | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. 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.<br>Чистка зубов самостоятельно. |
| 9. | Туалетная комната.               | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.   |
| 7. | Нужды человека.                  | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно.  |
| 8. | Гигиена после посещения туалета. | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук.  |
| 9. | Виды одежды (нижняя одежда).     | Знакомство с видами нижней одежды. Лицевая, изнаночная сторона.  |

|            |  |   |
|------------|--|---|
| <b>10.</b> | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.   |
| <b>11.</b> | Практические упражнения в одевании и обувании. | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.   |
| <b>12.</b> | Режим дня.                                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.   |
| <b>13.</b> | Правильное питание.                            | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания.   |
| <b>14.</b> | Культура поведения в столовой.                 | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| <b>15.</b> | Столовые приборы.                              | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.  |
| <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. |

## 1 класс

| № | Раздел программы  | Основное содержание раздела  |
|---|---|--|
| 1 | Я - человек.  | Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. |
| 2 | Моё имя.  | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.  |
| 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.                |
| 4 | Представления о частях тела.  | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   |
| 5 | Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на картинке. | Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.          |
| 6 | Части лица. Ориентация на картинке.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  |

|   |                                 |   |
|---|---------------------------------|---|
| 7 | 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.  |
| 8 | Умывание.                       | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.  |
| 9 | 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. |

|    |                                  |   |
|----|----------------------------------|---|
| 10 | Туалетная комната.               | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   |
| 11 | Нужды человека.                  | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно. |
| 12 | Гигиена после посещения туалета. | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук.   |

|    |  |   |
|----|--|---|
| 13 | Виды одежды (нижняя одежда, верхняя одежда).   | Знакомство с видами нижней, верхней одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки.   |
| 14 | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застежек.   |
| 15 | Практические упражнения в одевании и обувании. | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. |

|    |                                |   |
|----|--------------------------------|---|
| 16 | Режим дня.                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка.  |
| 17 | Правильное питание.            | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ.  |
| 18 | Культура поведения в столовой. | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| 19 | Столовые приборы.              | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Сервировка 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. |



| №  | Раздел программы  | Основное содержание раздела  |
|----|---|--|
| 1. | Я – человек.  | Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения.                         |
| 2. | Моё имя.  | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, 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. |
| 3. | Представления о частях тела.  | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   |
| 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.    |
| 5. | Части лица. Ориентация на себе.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  |

|    |                                  |   |
|----|----------------------------------|---|
| 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.  |
| 7. | Умывание.                        | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. 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. |
| 9. | Туалетная комната.               | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   |
| 7. | Нужды человека.                  | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).  |
| 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.   |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 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. |
| 10. | Виды обуви.  | Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.   |
| 11. | Практические упражнения в одевании и обувании.                     | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. Застегивание молний.  |
| 12. | Режим дня.   | Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка.  |
| 13. | Правильное питание.  | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.  |
| 14. | Культура поведения в столовой.                                     | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| 15. | Столовые приборы.<br>Сервировочная посуда.                         | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола                          |

|     |             |  |
|-----|-------------|--|
| 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. |
|-----|-------------|--|

### 3 класс

| №  | Раздел программы | Основное содержание раздела  |
|----|------------------|--|
| 1. | Я - человек.     | Знакомство. Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. Правильная посадка во время занятий. |
| 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.                         |

|    |                              |   |
|----|------------------------------|---|
| 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. |
| 3. | Представления о частях тела. | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела.             |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 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.                                  |
| 5. | Части лица.<br>Ориентация на себе.  | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  |
| 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. |
| 7. | Умывание.   | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.   |
| 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 самостоятельно. Полоскание рта после еды.  |
| 9. | Туалетная комната.  | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.  |

|     |  |  |
|-----|--|--|
| 7.  | Нужды человека.  | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).   |
| 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.  |
| 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). |
| 10. | Виды обуви.  | Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.  |
| 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.                            |
| 12. | Режим дня.   | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.   |

|     |  |  |
|-----|--|--|
| 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. |
| 14. | Культура поведения в столовой.             | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.   |
| 15. | Столовые приборы.<br>Сервировочная посуда. | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.                      |

|     |             |   |
|-----|-------------|---|
| 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. |
|-----|-------------|---|

#### 4 класс

| № | Раздел программы | Основное содержание раздела |
|---|------------------|-----------------------------|
|---|------------------|-----------------------------|

|    |                              |   |
|----|------------------------------|---|
| 1. | Я - человек.                 | <p>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.</p> |
| 2. | Моё имя.                     | <p>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.</p>   |
| 3. | Все люди разные.             | <p>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.</p>   |
| 4  | Представления о частях тела. | <p>Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела. Игры со своим телом.</p>   |



|     |   |  |
|-----|---|--|
| 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.   |
| 6.  | Части лица. Ориентация на себе, другом ребенке.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  |
| 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. |
| 8.  | Умывание.   | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.   |
| 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.  |
| 10. | Туалетная комната.  | Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза.  |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 11. | Нужды человека.  | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/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.   |
| 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». |
| 14. | Виды обуви. Головные уборы.  | Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение.<br><br>Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.   |
| 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.  |

|     |                     |  |
|-----|---------------------|--|
| 16. | Режим дня.          | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.   |
| 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. |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 18. | Культура поведения в столовой.             | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| 19. | Столовые приборы.<br>Сервировочная посуда. | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки 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.   |
| 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) |

|     |                           |   |
|-----|---------------------------|---|
| 22. | Обязанности членов семьи. | Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает). |
| 23. | Семейные праздники.       | Формирование знаний и праздниках и традициях семьи (день рожденья, Новый год).          |

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 (дополнительный) класс (1ый год обучения)

| №  | 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. | 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>                                |                                     |  |              |
| 1  | Представления о частях тела.        | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   | 4            |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| 2  | 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 |
| 3  | Части лица. Ориентация на кукле.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.   | 5 |
| <b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>                 |  |   |   |
| 1  | Уход за руками.  | Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук. Смывание мыла с рук. Вытирание рук.   | 7 |
| 2  | Умывание.  | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.  | 5 |
| 3  | 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> |  |   |   |
| 1  | Туалетная комната.   | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   | 5 |

|   |                 |   |   |
|---|-----------------|---|---|
| 2 | Нужды человека. | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно. | 6 |
|---|-----------------|---|---|

|   |                                  |   |   |
|---|----------------------------------|---|---|
| 3 | Гигиена после посещения туалета. | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. | 7 |
|---|----------------------------------|---|---|

### **Раздел 5. Одевание-раздевание.**

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| 1 | Виды одежды (нижняя одежда).                   | Знакомство с видами нижней одежды. Лицевая, изнаночная сторона.   | 3 |
| 2 | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.   | 4 |
| 3 | Практические упражнения в одевании и обувании. | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание. | 8 |

### **Раздел 6. Прием пищи.**

|   |                                |  |   |
|---|--------------------------------|--|---|
| 1 | Режим дня.                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.  | 3 |
| 2 | Правильное питание.            | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания.                                      | 6 |
| 3 | Культура поведения в столовой. | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой. | 4 |

|   |                   |   |    |
|---|-------------------|---|----|
| 4 | Столовые приборы. | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.  | 3  |
| 5 | Прием пищи.       | Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение предпочтений. Прием пищи с поддержкой. Прием пищи самостоятельно. | 10 |

**1 (дополнительный) класс  
(2ой год обучения)**

| <b>№</b> | <b>Раздел программы</b>      | <b>Основное содержание раздела</b>   |
|----------|------------------------------|--|
| 1.       | Я - человек.                 | Восприятие прикосновений, тактильного контакта. Разрешение прикасаться к себе. Ответ на прикосновения, тактильный контакт. Принятие изменения положения тела, перемещения. |
| 2.       | Моё имя.                     | Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.  |
| 3.       | Все люди разные.             | Отнесение себя к определенному полу. Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.   |
| 3.       | Представление о частях тела. | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   |



|    |  |   |
|----|--|---|
| 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. | Части лица. Ориентация на кукле.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши.   |
| 6. | Уход за руками.  | Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук. Смывание мыла с рук. Вытирание рук.   |
| 7. | Умывание.  | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. 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. |
| 9. | Туалетная комната.   | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   |

|    |                 |   |
|----|-----------------|---|
| 7. | Нужды человека. | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно. |
|----|-----------------|---|

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 8.  | Гигиена после посещения туалета.               | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук, вытирание рук. |
| 9.  | Виды одежды (нижняя одежда).                   | Знакомство с видами нижней одежды. Лицевая, изнаночная сторона.   |
| 10. | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.   |
| 11. | Практические упражнения в одевании и обувании. | Принятие процесса одевания-раздевания. Участие в процессе одевания-раздевания. Самостоятельное одевание-раздевание.                                 |
| 12. | Режим дня.                                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь.   |
| 13. | Правильное питание.                            | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания.   |
| 14. | Культура поведения в столовой.                 | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  |
| 15. | Столовые приборы.                              | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов.  |
| 16. | Прием пищи.                                    | Сообщение о голоде и жажде. Принятие процесса приема пищи. Глотание. Жевание. Прием жидкости. Выражение   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | предпочтений. Прием пищи с поддержкой.<br>Прием пищи самостоятельно. |
|--|--|--|

### 1 класс

| №  | 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>                                |                                     |  |              |

|                                |   |   |   |
|--------------------------------|---|---|---|
| 1                              | Представления о частях тела.  | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.  | 3 |
| 2                              | Человек: строение (голова, туловище, руки, ноги). Ориентация на картинке. | Восприятие тела как целого. Узнавание части тела, как части собственного тела. Формирование схемы тела. Голова. Руки. Ноги. Туловище: плечи, грудь, живот, спина.   | 5 |
| 3                              | Части лица. Ориентация на картинке.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.   | 5 |
| <b>Раздел 3. Гигиена тела.</b> |   |   |   |
| 1                              | Уход за руками.<br><br>Уход за ногами.                                    | Умывальная комната. Атрибуты в умывальной комнате. Намачивание и намыливание рук, ног. Смывание мыла с рук, ног. Вытирание рук, ног.  | 9 |
| 2                              | Умывание.   | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.  | 5 |
| 3                              | 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> |  |   |   |
|--|--|---|---|
| 1  | Туалетная комната.                             | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   | 4 |
| 2  | Нужды человека.                                | Восприятие процессов выделения. Выражение потребности сменить памперс. Выражение потребности посетить туалет. Умение пользоваться туалетом с поддержкой. Умение пользоваться туалетом самостоятельно. | 5 |
| 3  | 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>          |  |   |   |
| 1  | Виды одежды (нижняя одежда, верхняя одежда).   | Знакомство с видами нижней, верхней одежды. Лицевая, изнаночная сторона. Виды застежек: молния, пуговицы, кнопки.   | 6 |
| 2  | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек.   | 4 |
| 3  | 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>                   |  |   |   |



|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| 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. Моё имя, фамилия. Мой возраст.   | 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. Представление о возрастных изменениях человека. | 4 |
| <b>Раздел 2. Знакомство с собственным телом, его частями.</b> |   |  |   |
| 1   | Представления о частях тела.  | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях.   | 3 |
| 2   | 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 |
| 3   | Части лица. Ориентация на себе.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  | 5 |
| <b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>                                |   |  |   |

|  |                                    |   |   |
|--|------------------------------------|---|---|
| 1  | Уход за руками.<br>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 |
| 2  | Умывание.                          | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно.  | 5 |
| 3  | 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> |                                    |   |   |
| 1  | Туалетная комната.                 | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   | 4 |
| 2  | Нужды человека.                    | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).  | 5 |
| 3  | Гигиена после посещения туалета.   | Туалетная бумага, отматывание туалетной бумаги, одевание нижнего белья. Гигиенические процедуры после посещения человека: мытьё рук,  | 7 |



|                                       |  |   |   |
|---------------------------------------|--|---|---|
|                                       |  | вытирание рук. Правила пользования полотенцем.  |   |
| <b>Раздел 5. Одевание-раздевание.</b> |  |   |   |
| 1                                     | 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. | 7 |
| 2                                     | Виды обуви.  | Знакомство с видами обуви. Виды застежек. Уход за обувью. Хранение обуви.   | 5 |
| 3                                     | 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>          |  |   |   |
| 1                                     | Режим дня.   | Режим дня школьника: утро, день, вечер. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка.  | 5 |
| 2                                     | Правильное питание.  | Знакомство с овощами и фруктами. Соблюдения режима питания. ЗОЖ. Понятия : завтрак, обед, полдник, ужин.  | 4 |
| 3                                     | Культура поведения в столовой.                                     | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  | 4 |
| 4                                     | Столовые приборы.  | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки  | 5 |

|   |                       |  |   |
|---|-----------------------|--|---|
|   | Сервировочная посуда. | стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.   |   |
| 5 | 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. | 6 |

### 3 класс

| №  | 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> |   |  |   |
| 1   | Представления о частях тела.  | Знакомство с собственным телом, его частями. Формирование схемы тела. Представление о своих двигательных способностях. Пространственные отношения относительно своего тела.  | 1 |
| 2   | 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 |
| 3   | Части лица. Ориентация на себе.   | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  | 4 |
| <b>Раздел 3. Гигиена тела.</b>                                |   |  |   |
| 1   | 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 |
| 2   | Умывание.   | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания.   | 3 |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  | Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования.   |   |
| 3  | 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 4. Умение пользоваться туалетом.</b> |  |   |   |
| 1  | Туалетная комната.   | Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.   | 3 |
| 2  | Нужды человека.  | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке).  | 3 |
| 3  | 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>          |  |   |   |
| 1  | 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.   | 5 |

|                              |  |   |   |
|------------------------------|--|---|---|
|                              |  | Уход за одеждой (знакомство с понятиями: стирка, сушка, глажка).  |   |
| 2                            | Виды обуви.                                    | Знакомство с видами обуви. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви.   | 3 |
| 3                            | 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> |  |   |   |
| 1                            | Режим дня.                                     | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.  | 4 |
| 2                            | 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 |
| 3                            | Культура поведения в столовой.                 | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  | 2 |
| 4                            | Столовые приборы.<br>Сервировочная посуда.     | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.   | 5 |

|   |             |   |   |
|---|-------------|---|---|
| 5 | 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

| №                                      | 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. | 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 | 2 |
|----|----------|---|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | показывать себя. Называть свой возраст. Класс. |  |
|--|--|--|--|

|    |                  |  |   |
|----|------------------|--|---|
| 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. | 2 |
|----|------------------|--|---|

## Раздел 2. Гигиена тела.

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| 1 | 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 |
| 2 | 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 |
| 3 | Части лица. Ориентация на себе, другом ребенке.                                       | Знакомство с понятием части лица: глаза, рот, нос, уши. Волосы.  | 3 |

|   |                |  |   |
|---|----------------|--|---|
| 4 | 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 | 3 |
|---|----------------|--|---|

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | последовательности действий при мытье тела. Расчесывание волос. |  |
|--|--|---|--|

|   |           |  |   |
|---|-----------|--|---|
| 5 | Умывание. | Нос, глаза, уши. Уход за ними. Принятие процесса умывания. Умывание с поддержкой. Умывание самостоятельно. Чистка ушей. Пользование носовым платком. Гигиенические требования. | 3 |
|---|-----------|--|---|

|   |                       |   |   |
|---|-----------------------|---|---|
| 6 | 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 |
|---|-----------------------|---|---|

### Раздел 3. Туалет.

|   |                    |   |   |
|---|--------------------|---|---|
| 1 | Туалетная комната. | Атрибуты туалетной комнаты. Понятие «туалет», унитаз, кнопка слива, смывание унитаза. | 3 |
|---|--------------------|---|---|

|   |                 |  |   |
|---|-----------------|--|---|
| 2 | Нужды человека. | Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки, опускание сидения, спускание одежды – брюк, колготок, трусов, сидение на унитазе/горшке). | 3 |
|---|-----------------|--|---|



|  |                                  |   |   |
|--|----------------------------------|---|---|
| 3.   | 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> |                                  |   |   |

|                              |  |   |   |
|------------------------------|--|---|---|
| 1.                           | 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 |
| 2.                           | Виды обуви.<br><br>Головные уборы.                                 | Знакомство с видами обуви. Правая левая. Виды застёжек. Уход за обувью. Хранение обуви. Бережное отношение.<br><br>Знакомство с видами головных уборов. Условия хранения. Бережное отношение.   | 3 |
| 3.                           | 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> |  |   |   |

|   |                     |  |   |
|---|---------------------|--|---|
| 1 | Режим дня.          | Режим дня школьника: утро, день, вечер, ночь. ЗОЖ. Утренняя зарядка. Прогулка. Сон. Профилактика болезней.   | 3 |
| 2 | 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 |

|                         |  |   |   |
|-------------------------|--|---|---|
| 3                       | Культура поведения в столовой.             | Знакомство с правилами поведения в столовой. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.  | 2 |
| 4                       | Столовые приборы.<br>Сервировочная посуда. | Знакомство со столовыми приборами. Использование во время еды столовых приборов. Посуда для сервировки стола. Сервировка стола. Уборка посуды со стола.   | 4 |
| 5                       | 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> |  |   |   |
| 1                       | 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 |
| 2                       | Обязанности членов семьи.                  | Формирование знания о действиях близких людей в быту (например, мама готовит, убирает).   | 2 |
| 3                       | Семейные праздники.                        | Формирование знаний и традициях семьи (день рождения, Новый год).   | 2 |

## 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)
- 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.