

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа д. Охона»**

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 1 от 28.08.2023 года

УТВЕРЖДЕНО  
директором МБОУ «СШ д. Охона»

  
Т.В. Чучман  
Приказ №117 от 30.08.2023 года

**Рабочая программа  
по предмету « Человек»  
ССД класс с 1-13 год обучения  
( 542 часов)**

**Разработала:  
Соловьева Ольга Николаевна  
воспитатель**

**д. Охона**

**2023 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности обучающегося 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.

Содержание обучения в рамках предмета "Человек" 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", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

Раздел "Представления о себе" включает следующее содержание:

представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и профилактика болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках, возрастных изменениях. Раздел "Гигиена тела" включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться. Раздел "Обращение с одеждой и обувью" включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел "Прием пищи" предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел "Туалет". В рамках раздела "Семья" предполагается формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях. Ребенок учится соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье. Важно, чтобы образцом культуры общения для обучающегося 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.

Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки, проводится с обучающимися младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе проводится с обучающимися более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например,

формирование гигиенических навыков начинают с формирования умения мыть руки, лицо, чистить зубы. На последнем этапе обучения ребенок учится принимать душ, мыть голову.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей (законных представителей). Работа, проводимая в образовательной организации, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

В учебном плане предмет представлен на протяжении 9 лет обучения. С обучающимися старшего возраста формирование навыков самообслуживания (например, бритье, мытье тела) осуществляется в рамках коррекционно-развивающих занятий.

Общее количество часов составляет 610 часа, со следующим распределением часов:

- 1 класс-66 часов
- 2 класс-68 часа
- 3 класс - 68 часов
- 4 класс- 68 часов
- 5 класс – 68 часов
- 6 класс – 68 часа
- 7 класс – 68 часа
- 8 класс – 68 часа
- 9 класс – 68 часа

### **Планируемые результаты освоения учебного процесса**

#### **Личностные результаты освоения могут включать:**

- 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.

### **Предметные результаты:**

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек".

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.

Представление о собственном теле.

Отнесение себя к определенному полу.

Умение определять "мое" и "не мое", осознавать и выражать свои интересы, желания.

Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.

Представления о возрастных изменениях человека, адекватное отношение к своим возрастным изменениям.

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.

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.

4) Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье.

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

**Содержание учебного предмета "Человек"** представлено следующими разделами: "Представления о себе", "Семья", "Гигиена тела", "Туалет", "Одевание и раздевание", "Прием пищи".

### **Раздел "Представления о себе".**

Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина,

живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы)). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

### **Раздел "Гигиена тела".**

Различение вентилей с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки.

Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос.

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

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

## **Обращение с одеждой и обувью.**

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

## **Раздел "Туалет".**

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и опрвление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе (горшке), опрвление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

## **Раздел "Прием пищи".**

Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки

(стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

### **Раздел "Семья".**

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

**Тематическое планирование  
1 класс**

№	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Моё имя.	1
2.	Называние своего имени и фамилии.	1
3.	Восприятие сенсорных событий, затрагивающих собственное тело. Восприятие прикосновений, тактильного контакта.	1
4.	Прикосновения ребенка	1
5.	Прикосновения к ребенку	1
6.	Перемещение в пространстве	1
7.	Перемещение.	1
8.	Знакомство с собственным телом.	1
9.	Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова.	1
10.	Знакомство с собственным телом, его частями: руки, ноги, голова, туловище.	1
11.	Формирование схемы тела.	1
12.	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).	1
13.	Формирование схемы лица. (волосы, уши, зубы).	1
14.	Руки (плечи, пальцы, ногти).	1
15.	Пальцы. Пальчиковые игры. Самомассаж пальцев.	1
16.	Закрепление названий пальцев рук.	1
17.	Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти).	1
18.	Игры на различение право-лево.	1
19.	Карта наблюдений за 1 четверть.	1
20.	Туловище (спина, живот).	1
21.	Игра с собственным телом.	1
22.	Мальчики, девочки.	1
23.	Идентификация себя со своей половой принадлежностью.	1
24.	Для чего нужна зарядка.	1
25.	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце,	1

	туалетная бумага.	
26.	Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой.	1
27.	Формирование умения регулировать напор струи воды.	1
28.	Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.	1
29.	Формирование умения подстригать ногти ножницами.	1
30.	Формирование умения мыть лицо.	1
31.	Формирование умения вытирать лицо.	1
32.	Формирование умения очищать носовой ход.	1
33.	Правильный уход за ушами.	1
34.	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1
35.	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка.	1
36.	Чистка зубов щёткой.	1
37.	Чистка зубов, полоскание.	1
38.	Карта наблюдений за 2 четверть.	1
39.	Виды расчесок. Правила причёсывания	1
40.	Закрепление умения расчесываться и следить за аккуратностью волос.	1
41.	Правила личной гигиены.	1
42.	Здоровье человека.	1
43.	Мой возраст.	1
44.	День рождения.	1
45.	Мама. Рассматривание фотографии, называние имени.	1
46.	Представление о деятельности мамы дома.	1
47.	Моя семья. Папа.	1
48.	Представление о бытовой деятельности папы.	1
49.	Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей.	1
50.	Моя семья. Брат, сестра.	1
51.	Моя семья. Бабушка. Дедушка.	1
52.	Представление о себе. «Чем я люблю заниматься».	1
53.	Виды одежных застёжек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок.	1
54.	Формирование навыка расстегивания липучки.	1

55.	Закрепление навыка расстегивания липучки.	1
56.	Формирование навыка застегивания липучки.	1
57.	Закрепление навыка застегивания липучки.	1
58.	Формирование навыка расстегивания молнии.	1
59.	Закрепление навыка расстегивания молнии.	1
60.	Формирование навыка застегивания молнии.	1
61.	Закрепление навыка застегивания молнии.	1
62.	Формирование навыка застегивания пуговицы.	1
63.	Закрепление навыка застегивания пуговицы.	1
64.	Формирование навыка расстегивания пуговицы.	1
65.	Закрепление навыка расстегивания пуговицы.	1
66.	Формирование навыка расстегивания кнопки.	1

## Тематическое планирование 2класс

	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Правила здорового образа жизни. Режим дня.	1
2.	Режим дня. Лото.	1
3.	Режим дня. Мой весёлый будильник.	1
4.	Режим дня. Аппликация.	1
5.	Режим дня. Полезные привычки.	1
6.	Режим дня. Составление предложений по картинкам.	1
7.	Режим дня. Моделирование ситуаций	1
8.	Правила здорового образа жизни. Питание.	1
9.	Рисование «Молочные продукты»	1
10.	Правила здорового образа жизни. Сюжетно –ролевая игра «Покорми куклу»	1
11.	Лото «Молочные продукты»	1
12.	Правила здорового образа жизни. Загадки.	1
13.	Правила здорового образа. Сон.	1
14.	Рисование «Моя любимая подушка»	1
15.	Правила здорового образа. Прогулка.	1
16.	Одежда для прогулки. Рисование.	1
17.	Лепка «Обувь для прогулки»	1
18.	Лото «Одежда и обувь для прогулки»	1
19.	Моделирование жизненных ситуаций. Проветривание комнаты .	1
20.	Правила здорового образа. Занятия физической культурой.	1
21.	Делай как я. Веселые физ. минутки	1
22.	Карта наблюдений за 1 четверть.	
23.	Рисование по шаблону «Мишкина зарядка».	1
24.	Правила здорового образа. Профилактика болезней.	1
25.	Правила здорового образа. Советы доктора Айболита.	1
26.	Рисование. Витамины круглый год.	1
27.	Правила личной гигиены в течение дня	1
28.	Ежедневные гигиенические процедуры.	1
29.	Средства личной гигиены.	1
30.	Выбор мыла для гигиенических процедур.	1
31.	Рисование «Мыло душистое»	1

32.	Предметы личной гигиены.	1
33.	Сюжетно ролевая игра «Купаем куклу Машу»	1
34.	Назначение предметов личной гигиены.	1
35.	Уход за предметами для личной гигиены: расческой, мочалкой	1
36.	Предметы личной гигиены. Загадки.	1
37.	Аппликация. Предметы личной гигиены.	1
38.	Виды полотенец. Банное полотенце, для рук, для ног).	1
39.	Полотенце для рук.	1
40.	Полотенце для ног.	1
41.	Аппликация «Разноцветные полотенца»	1
42.	Предметы гигиены и санитарии: зубная паста.	1
43.	Предметы гигиены и санитарии: зубная щетка	
44.	Карта наблюдений за 2 четверть.	
45.	Детская зубная паста.	1
46.	Рисование по точкам «Детская зубная паста»	1
47.	Аппликация. Детская зубная паста «Дракоша» Карта наблюдений за 2 четверть.	1
48.	Лото «Выбери правильный ответ»	1
49.	Предметы гигиены и санитарии: зубная щетка.	1
50.	Как беречь зубы. Практическая работа «Волшебная зубная паста и щетка»	1
51.	Моделирование жизненных ситуаций. Если заболели зубы.	1
52.	Правильная осанка человека.	1
53.	Рассматривание сюжетных картинок «Правильная осанка-залог хорошего здоровья»	1
54.	Моделирование ситуаций «Правильная посадка за партой»	1
55.	Весёлые физ. Минутки для осанки.	1
56.	Повторяй за учителем. Комплекс упражнений на осанку	1
57.	Рисование по точкам « Я – самый стройный»	1
58.	Профилактика простудных заболеваний	1
59.	Чистота –залог здоровья. Повседневная уборка в помещении.	1
60.	Закаливание организма. Зарядка. Практическая работа.	1
61.	Составление предложений по картинкам. Зарядка.	1
62.	Закаливание организма. Обтирание. Закаливание.	1
63.	Укрепление здоровья. Полезные продукты.	1

64.	Рисование. Полезные продукты.	1
65.	Витамины круглый год.	1
66.	Аппликация «Витаминный стол»	1
67.	Лепка по образцу. Витаминный стол.	1
68.	Лото. Овощи и фрукты.	1

## Тематическое планирование

### 3 класс

№	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Представление о себе	1
2.	Я- человек. Моё имя. Знакомство.	1
3.	Кто я? Я- мальчик. Я- девочка.	1
4.	Все люди разные. Большой, маленький.	1
5.	Пол, возраст, имя, фамилия.	1
6.	Как вести себя в школе.	1
7.	Правила поведения с детьми и взрослыми.	1
8.	Режим дня школьника.	1
9.	Распорядок дня (игровые действия).	1
10.	Зарядка и её значение.	1
11.	Я и игры.	1
12.	Занимательные игры.	1
13.	Лицо в зеркале.	1
14.	Умение выражать свои эмоции мимикой.	1
15.	Внешний облик человека. Карта наблюдений за 1 четверть.	1
16.	Лицо человека: глаза, рот, щеки, нос.	1
17.	Назначение частей лица.	1
18.	Человек: строение.	1
19.	Части тела (голова, туловище).	1
20.	Части тела (ноги, руки).	1
21.	Мы сами управляем своим телом.	1
22.	Знакомство. Как вести себя в гостях.	1
23.	Сюжетно-ролевая игра «Мы вежливые».	1
24.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1
25.	Гигиена тела	1
26.	Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, полотенце.	1
27.	Предметы санитарии и гигиены: расческа, зубная щетка, зубная паста.	1
28.	Гигиена полости рта.	1
29.	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов.	1
30.	Чистота рук – залог здоровья. Карта наблюдений за 2	1

	четверть.	
31.	Соблюдение последовательности при мытье и вытирании рук.	1
32.	Правила пользования туалетом.	1
33.	Последовательность действий в туалете.	1
34.	Обращение с одеждой и обувью	1
35.	Виды одежды (нижняя и верхняя одежда).	1
36.	Лицевая и изнаночная сторона одежды.	1
37.	Виды обуви.	1
38.	Виды застежек.	1
39.	Прием пищи	1
40.	Чем мы питаемся?	1
41.	Что такое продукты?	1
42.	Правильное питание. Режим питания.	1
43.	Полезные продукты: овощи.	1
44.	Полезные продукты: фрукты.	1
45.	Культура поведения в столовой.	1
46.	Добрые слова.	1
47.	Посуда. Карта наблюдений за 3 четверть.	1
48.	Сервировка стола.	1
49.	К нам пришли гости, накроем на стол.	1
50.	Из чего варят каши.	1
51.	Какие бывают каши.	1
52.	Каши в рационе школьника.	1
53.	Хлеб – всему голова.	1
54.	Зернышко и поле.	1
55.	Как утолить жажду.	1
56.	Игра – практикум «Идем в магазин».	1
57.	Моя семья	1
58.	Моя семья. Мама, папа.	1
59.	Члены семьи: брат, сестра, бабушка, дедушка.	1
60.	Различение социальных ролей членов семьи.	1
61.	Мой дом. Мы – помощники.	1
62.	Сюжетно – ролевая игра «Семья».	1
63.	Моя досуговая деятельность.	1
64.	Безопасность в доме. Если ты дома один.	1
65.	Пожарная безопасность: огонь.	1
66.	Огонь ошибок не прощает.	1
67.	Безопасность при общении с животными.	1
68.	Уход за домашними животными. Карта наблюдений за 1 четверть.	1
Итого		68

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№	Название раздела, темы	Количество часов
1	Представления о собственном теле.	1
2	Знакомство с собственным телом.	1
3	Знакомство с частями тела: руки, ноги, голова.	1
4	Знакомство с собственным телом, его частями: руки, ноги, голова, туловище.	1
5	Формирование схемы тела.	1
6	Формирование схемы лица (нос, рот, глаза).	1
7	Формирование схемы лица. (волосы, уши, зубы).	1
8	Руки (плечи, пальцы, ногти).	1
9	Закрепление названий пальцев рук.	1
10	Ноги (колени, пятки, пальцы, ногти).	1
11	Туловище (спина, живот).	1
12	Мальчики, девочки.	1
13	Формирование знания о собственной гендерной принадлежности (мальчик, девочка)	1
14	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага.	1
15	Формирование умения различать вентили с горячей и холодной водой.	1
16	Формирование умения регулировать напор струи воды.	1
17	Действия, связанные с гигиеной тела. Мытьё рук мылом.	1
18	Формирование умения подстригать ногти ножницами.	1
19	Формирование умения мыть лицо.	1
20	Формирование умения вытирать лицо.	1
21	Знакомство со своими зубами и полостью рта.	1
22	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка.	1
23	Чистка зубов щёткой.	1
24	Чистка зубов, полоскание.	1
25	Мой возраст.	1

26	День рождения.	1
27	Мама. Рассмотрение фотографии, называние имени.	1
28	Представление о деятельности мамы дома.	1
29	Моя семья. Папа.	1
30	Представление о бытовой деятельности папы.	1
31	Мама и папа - родители. Представление о досуговой деятельности родителей.	1
32	«Чем я люблю заниматься».	1
33	Виды одежных застежек: липучки, молнии, пуговицы, кнопки, ремни, шнурок.	1
34	Формирование навыка расстегивания липучки.	1
35	Формирование навыка застегивания липучки.	1
36	Формирование навыка расстегивания молнии.	1
37	Формирование навыка застегивания молнии.	1
38	Формирование навыка застегивания пуговицы.	1
39	Формирование навыка расстегивания пуговицы.	1
40	Формирование навыка расстегивания кнопки.	1
41	Формирование навыка застегивания кнопки.	1
42	Формирование навыка расстегивания ремня.	1
43	Формирование навыка застегивания ремня.	1
44	Формирование навыка развязывания шнурка.	1
45-47	Формирование навыка завязывания шнурка.	1
48	Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды.	1
49	Различение предметов одежды	1
50-51	Различение предметов обуви	1
52	Различение головных уборов	1
53-54	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1
55	Выворачивание одежды	1
56	Полезные и вредные продукты.	1
57	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их называние.	1
58	Напитки. Называние видов напитков (кефир, сок, лимонад).	1
59	Называние продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко)	1
60	Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).	1

61	Вилка.	1
62	Еда с помощью вилки.	1
63	Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками	1
64	Правила приема овощей и фруктов	1
65	Формирование умения убирать со стола после приёма пищи.	1
66	Последовательность действий в туалете	1
67	Пользование туалетной бумагой.	1
68	Правила пользования туалетом.	1
Итого		68

## Тематическое планирование 5 класс

№	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Идентификация себя со своим именем, фамилией.	1
2.	Называние своего имени , фамилии.	1
3.	Идентификация себя как мальчика (девочки).	1
4.	Называние своего возраста, даты рождения.	1
5.	Рассказ о себе.	1
6.	Узнавание различных частей тела.	1
7.	Понятие о части тела «туловище».	1
8.	Узнавание (различие) частей туловища (спина, живот).	1
9.	Понятие о части тела (рука).	1
10.	Узнавание (различие) частей руки (локоть, ладонь, пальцы).	1
11.	Узнавание (различие) частей руки (локоть, ладонь, пальцы).	1
12.	Понятие о части тела (ноги).	1
13.	Узнавание (различие) частей (ноги).	1
14.	Понятие о части тела (голова).	1
15.	Узнавание (различие) частей головы(волосы, уши, шея,лицо).	1
16.	Узнавание (различие) частей головы(волосы, уши, шея,лицо)..	1
17.	Знание назначения частей тела	1
18.	Расчесывание волос.	1
19.	Намачивание волос.Намыливание волос.	1
20.	Смывание шампуня с волос.	1
21.	Вытирание волос.	1
22.	Соблюдение последовательности при мытье волос.	1
23.	Соблюдение последовательности при вытирании волос.	1
24.	Понятия о косметических средствах для ухода за волосами.	1
25.	Понятия о косметических средствах для ухода за волосами.	1
26.	Узнавание деталей предметов одежды.	1
27.	Различие деталей предметов одежды.	1
28.	Назначение деталей предметов одежды.	1
29.	Расстегивание деталей одежды.	1
30.	Развязывание деталей одежды.	1
31.	Застегивание деталей одежды.	1
32.	Завязывание деталей одежды.	1
33.	Снятие предмета одежды.	1
34.	Соблюдение последовательности при раздевании.	1

35.	Снятие предмета обуви (ботинки).	1
36.	Сообщение желания сходить в туалет.	1
37.	Соблюдение последовательных действий в туалете.	1
38.	Соблюдение последовательных действий в туалете при спускании одежды.	1
39.	Соблюдение последовательных действий в туалете: сидение на унитазае.	1
40.	Соблюдение последовательных действий в туалете: пользование туалетной бумагой.	1
41.	Соблюдение последовательных действий в туалете при одевании одежды.	1
42.	Соблюдение последовательных действий в туалете: нажимание кнопки слива воды.	1
43.	Соблюдение последовательных действий в туалете: мытье рук.	1
44.	Сообщение о желании пить.	1
45.	Питье из кружки , стакана, через соломинку.	1
46.	Наливание жидкости в стакан (кружку).	1
47.	Сообщение о желании есть. Еда руками.	1
48.	Накладывание еды в тарелку.	1
49.	Соблюдение последовательности действий при приеме пищи.	1
50.	Последовательность приема пищи: завтрак.	1
51.	Последовательность приема пищи: обед.	1
52.	Последовательность приема пищи: полдник.	1
53.	Последовательность приема пищи: ужин.	1
54.	Культура поведения в столовой.	1
55.	Общее представление о семье.	1
56.	Узнавание детей и взрослых.	1
57.	Различение детей и взрослых.	1
58.	Представление о бытовой деятельности: мама, папа.	1
59.	Представление о бытовой деятельности: бабушка, дедушка.	1
60.	Представление о бытовой деятельности: брат, сестра.	1
61.	Представление о своей бытовой деятельности.	1
62.	Представление о профессиональной деятельности: мама.	1
63.	Представление о профессиональной деятельности: папа.	1
64.	Представление о профессиональной деятельности: бабушка, дедушка.	1
65.	Представление о профессиональной деятельности: брат, сестра.	1
66.	Представление о досуговой деятельности: мама, папа.	1
67.	Представление о досуговой деятельности: бабушка, дедушка.	1
68.	Представление о досуговой деятельности: брат, сестра.	1
Итого		68

## Тематическое планирование 6класс

№	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Люди бывают разные. Это- Я.	1
2.	Мой режим дня	1
3.	Прогулка и ее значение	1
4.	Как я питаюсь.	1
5.	Утренний и вечерний туалет.	1
6.	Зарядка и её значение.	1
7.	Контроль своего внешнего вида.	1
8.	Сон, его значение.	1
9.	Части тела человека.	1
10.	Гигиена рук, лица, кожи	1
11.	Ноги. Название движений	1
12.	Руки. Название движений.	1
13.	Осанка. Скелет и мышцы человека.	1
14.	Осанка. Скелет и мышцы человека.	1
15.	Гигиенические навыки.	1
16.	Культура поведения за столом.	1
17.	Чистка зубов. Полоскание полости рта.	1
18.	Расчесывание волос.	1
19.	Снятие и одевание предмета одежды.	1
20.	Различение сезонной обуви.	1
21.	Различение по сезонам предметов одежды.	1
22.	Прием пищи. Питьё. Как утолить жажду.	1
23.	Прием пищи. Еда.	1
24.	Самые полезные продукты. Карта наблюдений за 3 четверть	1
25.	Продуктовые магазины	1
26.	Сообщение о желании есть.	1
27.	Из чего варят каши.	1
28.	Хлеб – всему голова.	1
29.	Различие членов семьи.	1
30.	Я и моя семья.	1
31.	Бытовая деятельность членов семьи.	1
32.	Безопасность в доме.	1
33.	Пожарная безопасность: огонь.	1
34.	Безопасность при общении с животными. Карта наблюдений	1

	за 4 четверть	
35	Строение человека (скелет, мышцы, кожа)	1
36	Узнавание внутренних органов человека (на схеме тела) сердце, легкие.	1
37	Узнавание внутренних органов человека (на схеме тела) печень, почки, желудок.	1
38	Назначение внутренних органов.	1
39	Сообщение о состоянии своего здоровья	1
40	Называние своего возраста (даты рождения).	1
41	Сообщение сведений о себе.	1
42	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица	1
43	Чистка зубов. Полоскание полости рта	1
44	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	1
45	Очищение носового хода.	1
46	Нанесение косметического средства на лицо	1
47	Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос.	1
48	Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном.	1
49	Назначение предметов одежды.	1
50	Виды одежды	1
51	Сезонная одежда.	1
52	Виды обуви.	1
53	Назначение видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая)	1
54	Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).	1
55	Назначение головных уборов.	1
56	Различение сезонных головных уборов	1
57	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1
58	Контроль своего внешнего вида.	1
59	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды	1
60	Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка).	1
61	Выворачивание одежды.	1
62	Сообщение о желании сходить в туалет.	1
63	Соблюдение последовательности действий в туалете	1
64	Пользование туалетной бумагой.	1
65	Питье через соломинку.	1
66	Сообщение о желании пить.	1

67	Сообщение о желании есть.	1
68	Использование салфетки во время приема пищи.	1
Итого		68

**Тематическое планирование  
7 класс**

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b>Представления о себе</b>		<b>28</b>
1.	Идентификация себя как юноши (девушки).	1
2.	Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок).	1
3.	Знание назначения внутренних органов.	1
4.	Знание вредных привычек.	1
5.	Сообщение о состоянии своего здоровья.	1
6.	Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).	1
7.	Знание видов деятельности для организации своего свободного времени.	1
8.	Знание возрастных изменений человека.	1
9.	Сообщение сведений о себе.	1
10.	Рассказ о себе.	1
11.	Органы чувств человека: глаза.	1
12.	Органы чувств человека: уши.	1
13.	Органы чувств человека: нос.	1
14.	Органы чувств человека: язык.	1
15.	Органы чувств человека: кожа.	1
16.	Значение в жизни человека (ознакомление с жизнью вокруг, получение новых впечатлений).	1
17.	Эмоции человека. Какие они бывают?	1

18.	Покровы тела: кожа.	1
19.	Покровы тела: ногти.	1
20.	Покровы тела: волосы.	1
21.	Здоровый образ жизни.	1
22.	Здоровый образ жизни: гигиена жилища (проветривание, регулярная уборка).	1
23.	Гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба).	1
24.	Режим сна, работы. Прогулки и занятия спортом.	1
25.	Соблюдение режима работы и отдыха.	1
26.	Профилактика вирусных заболеваний.	1
27.	Профилактика простуд: закаливание, одевание по погоде, проветривание помещений, предупреждение появления сквозняков.	1
28.	Поведение во время простудной и инфекционной болезни.	1
<b>Туалет</b>		<b>2</b>
29.	Сообщение о желании сходить в туалет.	
30.	Основные правила посещения туалетной комнаты.	
<b>Гигиена тела</b>		<b>14</b>
31.	Правила обращения с горячей водой (в кране, в чайнике), электричеством.	1
32.	Основные правила ухода за руками (пальцами) человека.	1
33.	Гигиена кожи	1
34.	Гигиена ногтей	1
35.	Гигиена волос (мытьё, расчесывание, обстригание).	1

36.	Основные правила ухода за лицом человека.	1
37.	Основные правила ухода за волосами человека. Лысина.	1
38.	Основные правила ухода за телом человека.	1
39.	Гигиена органов чувств.	1
40.	Бережное отношение к себе, соблюдение правил охраны органов чувств.	1
41.	Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком.	1
42.	Мытье интимной зоны.	1
43.	Пользование гигиеническими прокладками.	1
44.	Пользование косметическими средствами: дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами.	1
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>		<b>8</b>
45.	Расстегивание (развязывание), застёгивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка) (самостоятельно на манекене)	1
46.	Расстегивание (развязывание), застёгивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка) (самостоятельно на себе).	1
47.	Расстегивание (развязывание), застёгивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка) (самостоятельно на товарище).	1
48.	Помощь в расстегивании (развязывании), застёгивании (завязывании) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1
49.	Самостоятельное одевание по погоде. Контроль своего внешнего вида.	1
50.	Самостоятельное одевание в зависимости от	1

	предстоящего мероприятия. Контроль своего внешнего вида.	
51.	Самостоятельное обувание в зависимости от предстоящего мероприятия. Контроль своего внешнего вида.	1
52.	Помощь в одевании и обувании товарища в зависимости от предстоящего мероприятия. Контроль внешнего вида.	1
<b>Приём пищи</b>		<b>6</b>
53.	Правила обращения с газом, электроплитой (на кухне).	1
54.	Совершенствование навыка еды и питья. Культура поведения за столом.	1
55.	Сервировка стола (по выбору).	1
56.	Культура еды.	1
57.	Помощь в организации питания.	1
58.	Как принимать гостей?	1
<b>Семья</b>		<b>10</b>
59.	Праздник в семье. Роль ребёнка в праздновании.	1
60.	Хобби членов семьи (в том числе ребёнка).	1
61.	Семейные традиции.	
62.	Профессиональное самоопределение.	1
63.	Профессии, доступные ребёнку.	1
64.	Правила безопасности во время летнего отдыха: поведение на воде.	1
65.	Правила безопасности во время летнего отдыха: поведение в лесу.	1
66.	Правила безопасного пребывания дома.	1
67.	Правила безопасного поведения на улице.	1
68.	Повторение. Итоги года.	1

<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>
--------------	-----------

**Тематическое планирование  
8 класс**

1.	Закрепление навыка застегивания кнопки.	1
2.	Формирование навыка расстегивания ремня.	1
3.	Закрепление навыка расстегивания ремня.	1
4.	Формирование навыка застегивания ремня.	1
5.	Закрепление навыка застегивания ремня.	1
6.	Формирование навыка развязывания шнурка.	1
7.	Закрепление навыка развязывания шнурка.	1
8.	Формирование навыка завязывания шнурка.	1
9.	Отработка навыка завязывания шнурка.	1
10.	Закрепление навыка завязывания шнурка.	1
11.	Самостоятельное застёгивание и расстегивание верхней одежды.	1
12.	Режим питания школьника.	1
13.	Полезные и вредные продукты.	1
14.	Напитки. Виды напитков (чай, компот, молоко), их название.	1
15.	Напитки. Называние видов напитков (кефир, сок, лимонад).	1
16.	Столовая посуда. Называние предметов посуды. Тарелка, ложка, чашка.	1
17.	Столовая посуда. Стакан, вилка.	1
18.	Называние продуктов питания, которые едят руками (хлеб, печенье, яблоко)	1
19.	Продукты питания, которые едят с помощью ложки (суп, каша).	1
20.	Вилка. Еда с помощью вилки.	1
21.	Различение. Еда с помощью ложки и вилки, еда руками	1
22.	Формирование умения убирать со стола после приёма пищи.	1
23.	Сюжетно-ролевая игра «Чаепитие».	1
24.	Сообщение о желании сходить в туалет.	1
25.	Пользование туалетной бумагой.	1
26.	Правила пользования туалетом.	1
27.	Правила пользования бумажным полотенцем.	1
28	Заочное путешествие «Продуктовые магазины»	1

29	Моя семья. Мама, папа.	1
30	Карта наблюдений за 3 четверть.	
31	Моя семья- бабушка, дедушка.	1
32	Моя семья. Мой старший брат.	1
33	Моя семья. Моя старшая сестра.	1
34	Моя семья. Обязанности в семье.	1
35	Моя семья. Я помощник мамы, бабушки.	1
36	Моя семья. Практическая работа «Влажная уборка в комнате»	1
37	Моя семья. Семейных отдых.	1
38	Моя семья. Сюжетно –ролевая игра «Мы в продуктовом магазине»	1
39	Практическая работа «Семейный праздник»	1
40	Рисование «Моя семья» по точкам.	1
41	Аппликация «Букет цветов для моей семьи»	1
42	Столовые приборы. Нож. Разновидность ножей.	1
43	Нож. Опасности при использовании столовых приборов.	1
44	Лепка. Столовый прибор – нож.	1
45	Столовые приборы. Сюжетные картинки.	1
46	Вилка. Навык пользования столовыми приборами.	1
47	Ложка. Вилка. Сюжетные картинки.	1
48	Сюжетно-ролевая игра «Маша обедает».	1
49	Лепка. Столовые приборы.	1
50	Составление коротких предложений по сюжетным картинкам «Я принимаю гостей»	1
51	Аппликация «Столовые приборы»	1
52	Лото «Столовые приборы	1
53	Практическая работа. Сервировка стола. Я принимаю гостей.	1
54	Уборка посуды на поднос «Мамин помощник»	1
55	Выбор средства для мытья посуды. Мытье столовой посуды..	1
56	Я и мои одноклассники.	1
57	Я и мои друзья.	1
58	Дорисуй, доскажи «Я и мои друзья»	1
59	Я – один дома.	1
60	Рисование «Опасности в быту»	1
61	Правила обращения за помощью «Один дома».	1
62	Назначения внутренних органов.	1
63	Разговор о вредных привычек.	1

64	Сообщение о состоянии своего здоровья.	1
65	Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения).	1
66	Гигиена питания (полноценное и регулярное питание: овощи, фрукты, ягоды, хлеб, молочные продукты, мясо, рыба).	1
67	Режим сна, работы. Прогулки и занятия спортом.	1
68	Профилактика вирусных заболеваний.	1