

Рассмотрена  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.

Утверждена  
Приказом № 108  
от «31» августа 2023 г.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области  
«Ларьянская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**

**«ЧЕЛОВЕК»**

**1 доп. – 4 классы**

**(2 вариант)**

2023 г.

## 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.

## ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ

Программы воспитания обучающихся направлены на обеспечение личностного и социокультурного развития обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР в единстве урочной и внеурочной деятельности, в совместной педагогической работе образовательной организации, семьи и других институтов общества.

Воспитательная работа ориентирована на помощь в формировании жизненной компетенции обучающегося, на развитие адекватных отношений между ребенком, педагогическими работниками, другими обучающимися, родителями (законными представителями); на профилактику конфликтов в классе, образовательной организации, на поддержание эмоционально комфортной обстановки в обучении; развитие компенсаторных способов деятельности в учебно – познавательном процессе и повседневной жизни, развитие познавательного интереса, познавательной активности; расширение умения адекватно использовать речевые и неречевые средства общения; систематическое и целенаправленное развитие всех органов чувств.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. 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).

#### Раздел « *Обращение с одеждой и обувью* ».

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. 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 оправление 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), оправление 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.

## **Содержание учебного предмета по годам обучения**

### ***1 (дополнительный) класс***

#### ***Раздел «Представления о себе»***

Идентификация себя как мальчика (девочки). 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. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.

#### ***Раздел «Гигиена тела».***

Различение вентиля с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протираание лица, закрывание крана, вытирание лица. 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. Расчесывание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

#### *Раздел «Одевание и раздевание».*

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. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).

Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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).

#### *Раздел «Туалет».*

Сообщение о желании сходить в туалет. Знакомство с атрибутами туалетной комнаты. Понятие «туалет».

#### *Раздел «Прием пищи».*

Сообщение о желании пить и есть. Наливание жидкости в кружку. Накладывание пищи в тарелку. Знакомство со столовыми приборами. Прием пищи.

#### *Раздел «Семья».*

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

## *1 класс*

### *Раздел «Представления о себе».*

Идентификация себя как мальчика (девочки). 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. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста. Сообщение сведений о себе.

### *Раздел «Гигиена тела».*

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

Вытирание 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. Расчесывание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

### *Раздел «Одевание и раздевание».*

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, 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. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная).

Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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).

#### *Раздел «Туалет».*

Сообщение о желании сходить в туалет. Знакомство с туалетной комнатой. Понятие «туалет», унитаза, кнопка слива, смывание унитаза.

#### *Раздел «Прием пищи».*

Сообщение о желании пить. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Накладывание пищи в тарелку. Правила поведения за столом.

#### *Раздел «Семья».*

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

### **2 класс**

#### *Раздел «Представления о себе».*

Идентификация себя как мальчика (девочки).. Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста. 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. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки.

Вытирание 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. Расчесывание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

#### *Раздел «Одевание и раздевание».*

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. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панамы, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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).

#### *Раздел «Туалет».*

Сообщение о желании сходить в туалет. Последовательность действий в туалете.

#### *Раздел «Прием пищи».*

Сообщение о желании пить. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Накладывание пищи в тарелку. правила приема пищи.

#### *Раздел «Семья».*

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

Рассказ о своей семье.

### *3 класс*

#### *Раздел «Представления о себе».*

Идентификация себя как мальчика или девочка. Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста. 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. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки.

Вытирание 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. Расчесывание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

#### *Раздел «Обращение с одеждой и обувью».*

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерси, 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. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панамы, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов.

Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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).

#### *Раздел «Туалет».*

Сообщение о желании сходить в туалет. Последовательность действий в туалете. Правила пользования туалетной бумагой.

#### *Раздел «Прием пищи».*

Сообщение о желании пить. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Накладывание пищи в тарелку. Правила поведения за столом. Пользование салфеткой.

#### *Раздел «Семья».*

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

### **4 класс**

#### *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, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Называние своего имени и фамилии.

Называние своего возраста. 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.

Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки.

Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и

вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры

воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протираание лица, закрывание

крана, вытирание лица. 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. Расчесывание волос. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.

*Раздел «Обращение с одеждой и обувью».*

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джерсер, 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. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панамы, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). 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).

#### *Раздел «Туалет».*

Сообщение о желании сходить в туалет. Последовательность действий в туалете. Гигиенические процедуры после посещения туалета.

#### *Раздел «Прием пищи».*

Сообщение о желании пить. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Накладывание пищи в тарелку.

#### *Раздел «Семья».*

Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых.

Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.

### **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА**

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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 (дополнительный) класс (2 часа в неделю, 66 часов в год)

№ п / п	Название раздела	Количество часов
1	Раздел «Представления о себе»	10 ч.
2	Раздел «Гигиена тела»	10 ч.
3	Раздел «Туалет»	4 ч.
4	Раздел «Прием пищи»	14 ч.
5	Раздел «Одевание и раздевание»	19 ч.
6	Раздел «Семья»	9 ч.
		Всего: 66 ч.

### 1 класс (2 часа в неделю, 66 часов в год)

№ п / п	Название раздела	Количество часов
1	Раздел «Представление о себе»	10 ч.
2	Раздел «Гигиена тела»	9 ч.
3	Раздел «Туалет»	4 ч.
4	Раздел «Прием пищи»	13 ч.
5	Раздел «Одевание и раздевание»	21 ч.
6	Раздел «Семья»	9 ч.
		Всего: 66 ч.

### 2 класс (2 раза в неделю, 68 часов)

№ п / п	Название раздела	Количество часов
---------	------------------	------------------

1	Раздел «Представления о себе»	9 ч.
2	Раздел «Гигиена тела»	10 ч.
3	Раздел «Туалет»	4 ч.
4	Раздел «Прием пищи»	4 ч.
5	Раздел «Одевание и раздевание»	32 ч.
6	Раздел «Семья»	9 ч.
		Всего: 68 ч.

### 3 класс (2 раза в неделю, 68 часов)

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Раздел «Представление о себе»	10 ч.
2	Раздел «Гигиена тела»	12 ч.
3	Раздел «Туалет»	4 ч.
4	Раздел «Прием пищи»	10 ч.
5	Раздел «Одевание и раздевание»	22 ч.
6	Раздел «Семья»	10 ч.
		Всего: 68 ч.

### 4 класс (2 раза в неделю, 68 часов в неделю)

№ п / п	Название раздела	Количество часов
1	Раздел «Представления о себе»	10 ч.
2	Раздел «Гигиена тела»	12 ч.
3	Раздел «Туалет»	4 ч.
4	Раздел «Прием пищи»	10 ч.
5	Раздел «Одевание и раздевание»	22 ч.
6	Раздел «Семья»	10 ч.
		Всего: 68 ч.

## Календарно – тематическое планирование

### 1 (дополнительный) класс

№ п / п	Наименование раздела. Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<i>Раздел «Представления и себе»</i>						
1	Знакомьтесь, это я!	1				<a href="http://festival.1dseptember.ru">http://festival.1dseptember.ru</a> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a> открытый класс. Сетевые образовательные сети Сайты школ и учителей России
2	Называние своего имени и фамилии	1				
3	Называние своего возраста	1				
4	Части тела: голова, уши, волосы, шея	1				
5	Части лица человека: глаза, брови, рот, нос, лоб	1				
6	Части лица человека: глаза, брови, рот, нос, лоб	1				
7	Части туловища: спина, живот	1				
8	Руки: локоть, ладонь, пальцы	1				
9	Ноги: колено, ступня, пальцы, пятка	1				

10	Ноги: колено, ступня, пальцы, пятка	1			
<i>Раздел «Гигиена тела»</i>					
11	Горячая и холодная вода. Смешивание воды до комфортной температуры.	1		1	
12	Мытье рук. Последовательность действий при мытье рук. Вытирание рук полотенцем.	1			
13	Практическое занятие «Чистые руки – залог здоровья!»	1		1	
14	Мытье лица. Последовательность действий при мытье лица.	1		1	
15	Чистка зубов. Последовательность действий при чистке зубов.	1			
16	Чистка зубов. Последовательность действий при чистке зубов.	1			
17	Гигиена носа	1			
18	Уход за волосами. Расчесывание волос	1			
19	Уход за ушами (мытьё, чистка)	1			
20	Уход за ушами (мытьё, чистка)	1			
<i>Раздел «Одевание и раздевание»</i>					
21	Одежда для мальчиков и девочек	1			
22	Нижнее бельё	1			
23	Одежда для школы	1			
24	Одежда для дома	1			
25	Одежда для прогулки	1			
26	Расстегивание молнии	1		1	
27	Расстегивание молнии	1		1	
28	Расстегивание пуговицы	1		1	
29	Расстегивание пуговицы	1		1	
30	Одевание предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
31	Одевание предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
32	Одевание предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
33	Снятие предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
34	Снятие предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
35	Снятие предметов одежды: рубашка, кофта	1		1	
36	Снятие предметов обуви	1		1	
37	Снятие предметов обуви	1		1	
38	Снятие предметов обуви	1		1	
39	Игра «Одень куклу»	1		1	
<i>Раздел «Туалет»</i>					
40	Правила посещения туалета	1			
41	Правила посещения туалета	1			



42	Правила посещения туалета	1			
43	Пользование туалетной бумагой	1			
<i>Раздел «Прием пищи»</i>					
44	Наливаем жидкость в кружку	1			
45	Пьем из стакана	1			
46	Пьем из кружки	1			
47	Практическое занятие «Пьем из кружки и стакана»	1		1	
48	Накладывание пищи в тарелку	1			
49	Правильное использование ложки во время еды	1			
50	Правильное использование ложки во время еды	1		1	
51	Правильное использование вилки во время еды	1			
52	Правильное использование вилки во время еды	1			
53	Правильное использование вилки во время еды	1		1	
54	Правильное использование ложки и вилки во время еды	1			
55	Использование салфетки во время приема пищи	1		1	
56	Использование салфетки во время приема пищи	1			
57	Практическое занятие «Мы за столом»	1		1	
<i>Раздел «Семья»</i>					
58	Семья: мама, папа	1			
59	Семья: брат, сестра	1			
60	Семья: бабушка, дедушка	1			
61	Любимые занятия в моей семье	1			
62	Праздники в моей семье	1			
63	Семейные праздники	1			
64	Профессии в моей семье	1			
65	Профессии в моей семье	1			
66	Закрепление пройденного материала за год	1			

## Календарно – тематическое планирование

### 1 класс

№ п / п	Наименование раздела. Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные (цифровые) Образовательны е ресурсы
		Всего	Контрольны е работы	Практически е работы		
<i>Раздел «Представления о себе»</i>						
1	Называние своего имени, фамилии, возраста	1		1		http://festival.1dse ptember.ru Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» http://www.open class.ru открытый класс.
2	Мальчики и девочки	1				
3	Мальчики и девочки	1		1		
4	Части тела: голова, шея, уши, волосы	1				
5	Части тела: голова, шея, уши,	1		1		

	волосы					Сетевые образовательные сети Сайты школ и учителей России
6	Части туловища: спина, живот	1				
7	Части лица: глаза, брови, нос, рот, лоб	1				
8	Части лица: глаза, брови, нос, рот, лоб	1		1		
9	Части ноги: колено, ступня, пальцы, пятка	1		1		
10	Части ноги: колено, ступня, пальцы, пятка	1				
<i>Раздел «Гигиена тела»</i>						
11	Горячая и холодная вода. Смешивание холодной и горячей воды	1				
12	Мытье рук. Вытирание рук полотенцем	1		1		
13	Последовательность действий при мытье лица.	1				
14	Последовательность действий при мытье лица.	1		1		
15	Чистка зубов. Последовательность действий	1				
16	Чистка зубов	1		1		
17	Гигиена носа.	1		1		
18	Уход за волосами	1		1		
19	Уход за ушами	1		1		
<i>Раздел «Одевание и раздевание»</i>						
20	Одежда для девочек	1				
21	Одежда для мальчиков.	1				
22	Зима. Сезонная одежда	1				
23	Весна. Сезонная одежда	1				
24	Лето. Сезонная одежда	1				
25	Осень. Сезонная одежда	1				
26	Назначение предметов одежды	1				
27	Назначение предметов одежды	1		1		
28	Детали предметов одежды: пуговицы, молнии, заклепки	1				
29	Детали предметов одежды: пуговицы, молнии, заклепки	1				
30	Сезонная обувь(осенняя, зимняя)	1				
31	Сезонная обувь(весенняя, летняя)	1				
32	Сезонные головные уборы	1				
33	Сезонные головные уборы	1				
34	Расстегивание липучки	1		1		
35	Расстегивание молнии	1		1		
36	Расстегивание пуговиц	1		1		
37	Развязывание ботинок	1		1		
38	Развязывание ботинок	1		1		
39	Снятие предметов одежды	1		1		
40	Снятие предметов обуви	1		1		
<i>Раздел «Туалет»</i>						
41	Правила поведения в туалете	1				
42	Последовательность действий в туалете	1				
43	Последовательность действий в	1				

	туалете				
44	Последовательность действий в туалете	1			
<i>Раздел «Прием пищи»</i>					
45	Наливание жидкости в кружку	1			
46	Наливание жидкости в стакан	1			
47	Практическая работа «Пьем из кружки»	1	1		
48	Правильное использование ложки во время еды	1	1		
49	Правильное использование вилки во время еды	1	1		
50	Правильное использование ложки и вилки во время еды	1	1		
51	Использование салфетки во время еды	1	1		
52	Правила поведения за столом	1			
53	Правила поведения за столом	1			
54	Практическое занятие «Мы за столом»	1	1		
55	Практическое занятие «Мы за столом»	1	1		
56	Накладывание пищи в тарелку	1			
57	Накладывание пищи в тарелку	1			
<i>Раздел «Семья»</i>					
58	Моя семья: мама и папа	1			
59	Моя семья: бабушка и дедушка	1			
60	Моя семья: сестра и брат	1			
61	Папа, мама, я – дружная семья!	1			
62	Папа, мама, я – дружная семья!	1			
63	Любимые занятия моей семьи	1			
64	Семейные праздники	1			
65	Профессии моей семьи	1			
66	Закрепление изученного материала за год	1			

## Календарно – тематическое планирование

### 2 класс

№ п / п	Название раздела. Тема урока	Количество часов			Дата Изучени я	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы		
<i>Раздел «Представления о себе»</i>						
1	Я – человек	1				<a href="http://festival.1dseptember.ru">http://festival.1dseptember.ru</a> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a> открытый класс. Сетевые образовательные сети Сайты школ и учителей России
2	Мое имя	1				
3	Все люди разные	1				
4	Части тела человека: туловище	1				
5	Правильная осанка	1				
6	Части тела человека: руки	1				
7	Движения рук	1				
8	Части тела человека: ноги	1				
9	Движения ног	1				
<i>Раздел «Гигиена тела»</i>						
10	Регулирование напора строи	1		1		

	воды				
11	Правила мытья рук	1			
12	Последовательность мытья рук	1		1	
13	Уход за ушами	1		1	
14	Уход за волосами	1		1	
15	Уход за волосами	1		1	
16	Уход за полостью рта	1		1	
17	Чистка зубов	1		1	
18	Гигиена носовой полости	1		1	
19	Уход за ногами	1		1	
<i>Раздел «Одевание и раздевание»</i>					
20	Повседневная одежда. Назначение	1			
21	Предметы повседневной одежды	1			
22	Последовательность действий при одевании повседневной одежды	1		1	
23	Последовательность действий при одевании повседневной одежды	1			
24	Изнаночная и лицевая сторона одежды	1			
25	Выворачивание предметов одежды	1		1	
26	Школьная одежда. Назначение	1			
27	Предметы школьной одежды	1			
28	Последовательность действий при одевании школьной одежды	1			
29	Одеваем и снимаем брюки	1		1	
30	Использование плечиков для хранения одежды	1			
31	Праздничная одежда. Назначение	1			
32	Уход за праздничной одеждой	1			
33	Последовательность действий при одевании утром	1			
34	Последовательность действий при раздевании перед сном	1			
35	Сезонная одежда для прогулки	1			
36	Застежка – молния	1			
37	Сезонная обувь	1			
38	Сезонная обувь	1			
39	Надеваем зимние сапоги и ботинки	1			
40	Последовательность действий при одевании повседневной одежды	1		1	
41	Последовательность действий при одевании повседневной одежды	1			
42	Головные уборы. Их назначение	1			
43	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий	1		1	
44	Выбор одежды для прогулки в	1			

	зависимости от погодных условий				
45	Последовательность действий при надевании комплектов одежды на прогулку	1		1	
46	Последовательность действий при надевании комплектов одежды на прогулку	1			
47	Последовательность действий при надевании комплектов одежды на прогулку	1		1	
48	Последовательность действий при раздевании комплектов одежды на прогулку	1			
49	Последовательность действий при раздевании комплектов одежды на прогулку	1			
50	Мой внешний вид	1			
51	Мой внешний вид	1			
<i>Раздел «Туалет»</i>					
52	Правила посещения туалета	1			
53	Правила посещения туалета	1			
54	Утренний туалет	1			
55	Вечерний туалет	1			
<i>Раздел «Прием пищи»</i>					
56	Я за столом	1			
57	Я за столом	1			
58	Правила поведения за столом	1			
59	Правила поведения за столом	1			
<i>Раздел «Семья»</i>					
60	Моя семья	1			
61	Дети и взрослые	1			
62	Семейные праздники.	1			
63	К нам пришли гости	1			
64	Правила моей семьи	1			
65	Любимые занятия моей семьи	1			
66	Выходные дни в моей семье	1			
67	Любимые занятия моей семьи	1			
68	Закрепление пройденного материала за год	1			

### Календарно – тематическое планирование

#### 3 класс

№ п / п	Название раздела. Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<i>Раздел «Представление о себе»</i>						
1	Узнавание (различение) мальчика и девочки	1				<a href="http://festival.1dseptember.ru">http://festival.1dseptember.ru</a> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
2	Узнавание себя на фотографии	1				<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
3	Называние своего имени, фамилии	1				
4	Назначение частей тела	1				

5	Узнавание частей тела	1		1		открытый класс. Сетевые образовательные сети Сайты школ и учителей России	
6	Назначение частей лица	1					
7	Узнавание частей лица	1		1			
8	Назначение частей рук и ног	1					
9	Узнавание частей рук и ног	1					
10	Узнавание частей рук и ног	1					
<i>Раздел «Гигиена тела»</i>							
11	Различение вентиля с горячей и холодной водой	1		1			
12	Регулирование напора струи воды	1		1			
13	Вытирание рук полотенцем	1					
14	Сушка рук с помощью автоматической сушилки	1					
15	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук	1					
16	Нанесение крема на руки	1					
17	Уход за ногтями. Подстригание ногтей ножницами	1		1			
18	Уход за ногтями. Подстригание ногтей ножницами	1					
19	Уход за зубами	1					
20	Уход за зубами	1		1			
21	Уход за лицом	1					
22	Уход за волосами			1			
<i>Раздел «Одевание и раздевание»</i>							
23	Различение видов одежды	1					
24	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия	1		1			
25	Различение сезонной одежды	1					
26	Различение сезонной одежды	1					
27	Расстегивание молнии	1					
28	Расстегивание пуговиц	1					
29	Застегивание пуговиц	1					
30	Расстегивание кнопки	1					
31	Застегивание кнопки	1					
32	Расстегивание ремня	1					
33	Застегивание ремня	1					
34	Развязывание шнурка	1					
35	Развязывание шнурка	1					
36	Завязывание шнурка	1					
37	Завязывание шнурка	1					
38	Одежда для прогулки	1					
39	Порядок одевания одежды и обуви для прогулки	1					
40	Одежда для школы	1					
41	Порядок одевания одежды и обуви для школы	1					
42	Застегивание верхней одежды	1		1			
43	Застегивание верхней одежды	1		1			
44	Расстегивание верхней одежды	1		1			
<i>Раздел «Туалет»</i>							
45	Последовательность действий в туалете	1					

46	Последовательность действий в туалете	1			
47	Последовательность действий в туалет	1			
48	Утренний и вечерний туалет	1			
<i>Раздел «Прием пищи»</i>					
49	Правильная посадка во время приема пищи	1			
50	Правильная посадка во время приема пищи	1		1	
51	Еда ложкой	1			
52	Еда ложкой	1		1	
53	Еда вилкой	1			
54	Еда вилкой	1		1	
55	Использование салфетки во время приема пищи	1		1	
56	Уборка стола после еды	1			
57	Мытье посуды	1			
58	Мытье посуды	1			
<i>Раздел «Семья»</i>					
59	Моя семья	1			
60	Мои родственники	1			
61	Семейные праздники	1			
62	Обязанности членов семьи	1			
63	Обязанности членов семьи	1			
64	Профессии членов семьи	1			
65	Профессии членов семьи	1			
66	Повторение	1			
67	Обобщение изученного	1			
68	Закрепление изученного материала за год	1			

### Календарно – тематическое планирование

#### 4 класс

№ п/п	Название раздела. Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<i>Раздел «Представление о себе»</i>						
1	Мое тело	1				<a href="http://festival.1dseptember.ru">http://festival.1dseptember.ru</a> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a> открытый класс. Сетевые образовательные сети Сайты школ и учителей России
2	Части тела	1				
3	Части лица	1				
4	Части лица	1				
5	Части руки	1				
6	Названия пальцев рук	1				
7	Названия пальцев рук	1				
8	Части ног	1				
9	Мальчики и девочки	1				
10	Мальчики и девочки	1				
<i>Раздел «Гигиена тела»</i>						
11	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага	1				

12	Предметы санитарии и гигиены: мыло, полотенце, туалетная бумага	1			
13	Мытье тела	1			
14	Мытье тела	1			
15	Мытье лица	1		1	
16	Мытье ног	1			
17	Мытье рук	1		1	
18	Уход за ногтями рук и ног	1			
19	Уход за ногтями рук и ног	1		1	
20	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щетка	1			
21	Чистка зубов	1			
22	Чистка зубов, полоскание рта	1		1	
<i>Раздел «Туалет»</i>					
23	Правила пользования туалетом	1			
24	Пользование туалетной бумагой	1			
25	Последовательность действий в туалете	1			
26	Последовательность действий в туалете	1			
<i>Раздел «Прием пищи»</i>					
27	Полезные и вредные продукты	1			
28	Название. Виды напитков	1			
29	Продукты, которые едят руками	1		1	
30	Продукты, которые едят ложкой	1			
31	Еда вилкой	1			
32	Различение: еда с помощью ложки, и вилки, еда руками	1			
33	Различение: еда с помощью ложки, и вилки, еда руками	1			
34	Правила приема овощей	1			
35	Правила приема фруктов	1			
36	Правила приема овощей и фруктов	1			
<i>Раздел «Одевание и раздевание»</i>					
37	Виды одежных застежек	1			
38	Виды одежных застежек	1			
39	Расстегивание липучки	1		1	
40	Застегивание липучки	1		1	
41	Расстегивание молнии	1		1	
42	Застегивание молнии	1		1	
43	Застегивание пуговиц	1		1	
44	Расстегивание пуговиц	1		1	
45	Расстегивание кнопки	1		1	
46	Застегивание кнопки	1		1	
47	Развязывание шнурка	1		1	
48	Завязывание шнурка	1		1	
49	Завязывание шнурка	1		1	
50	Различение предметов одежды	1			
51	Различение предметов головных уборов	1			
52	Различение предметов обуви	1			
53	Последовательность действий при одевании комплекта одежды	1			



54	Последовательность действий при одевании комплекта одежды	1			
55	Последовательность действий при одевании комплекта одежды	1		1	
56	Выворачивание одежды	1			
57	Выворачивание одежды	1		1	
58	Застегивание и расстегивание верхней одежды	1			
<i>Раздел «Семья»</i>					
59	Моя семья	1			
60	День рождения	1			
61	Моя семья. Мама	1			
62	Представление о деятельности мамы дома	1			
63	Моя семья. Папа	1			
64	Представление о деятельности папы дома	1			
65	Мама и папа - родители	1			
66	Представления о досуговой деятельности родителей	1			
67	Мое любимое занятие	1			
68	Повторение изученного материала за год	1			