

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Свердловской области  
Управления образования Ирбитского муниципального образования  
МОУ "Рудновская ООШ"

УТВЕРЖЕНО  
Директор МОУ "Рудновская ООШ"  
\_\_\_\_\_ Хайруллина С.К.  
Приказ № 84-ол  
от 01.09. 2025 г.

**Рабочая программа по учебному предмету**  
**«Человек»**  
**для обучающихся**  
**с интеллектуальными нарушениями**  
**вариант 2**

с. Рудное, 2025

Рабочая программа по учебному предмету «Человек» составлена на основе Федеральной адаптированной рабочей программы для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР по учебному предмету «Человек» включает: пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы учебного предмета, тематическое планирование. Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения предмета, характеристику психологических предпосылок к его изучению обучающимися младшего школьного возраста с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР; место в структуре учебного плана, а также подходы к отбору содержания, планируемым результатам и тематическому планированию.

## **1. 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.

**Цель программы:** Формирование представления о частях собственного тела, о их назначении, расположении, о собственных возможностях и умениях, о кровеносной системе человека, а также о семье; о гигиене, о правильном образе жизни и основах здорового питания.

### **Задачи программы:**

- формировать представления о себе как «Я», осознание общности и различий понятий «Я» и члены семьи;
- развитие умения принимать и сохранять учебную задачу, ориентироваться в задании на минимальном уровне;
- формировать умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей (принимать пищу и пить, ходить в туалет и т.д.), воспитывать навыки личной гигиены и самообслуживания;
- формировать представления о кровеносной системе человека;
- развивать способность выражать свое настроение и потребности с помощью доступных пантомимических, мимических и других средств;
- учить устанавливать простейшие родственные отношения между людьми;
- учить вести здоровый образ жизни.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Предмет «Человек» является важнейшим разделом предметной области «Окружающий мир».

1 (дополнительный) класс – 99 часов, 3 часа в неделю, 33 учебные недели

2 класс – 68 часа, 2 часа в неделю, 34 учебные недели.

3класс- 102 часа, 3 часа в неделю, 34 учебные недели.

4 класс - 102часов, 2 часа в неделю, 34 учебные недели

## 2. 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).

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 вилок: 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.

### **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- формирование уважительного отношения к окружающим.

#### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Знакомство с предметом	1
2	Части тела: голова, волосы, нос, рот, глаза, зубы, уши.	3
3	Части тела: шея, грудь, живот, спина.	3
4	Части тела: плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени	3
5	Обобщающий урок по теме «Части тела»	1
6	Предметы санитарии и гигиены: мыло, мыльница, мочалка, гребешок (расчёска)	3
7	Предметы санитарии и гигиены: зубная паста, зубная щётка, ножницы.	3
8	Предметы санитарии и гигиены: таз, ванна, полотенце.	3
9	Уход за зубами.	2
10	<u>Практическое занятие:</u> выдавливание зубной пасты из тюбика.	1
11	Уход за руками.	2
12	<u>Практическое занятие:</u> мытьё рук.	1
13	Уход за волосами	2
14	<u>Практическое занятие:</u> причёсывание волос	1
15	Утренний и вечерний туалет.	3
16	Уход за телом	3
17	Правила пользования туалетом.	3

18	Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр»	1
19	Обобщающий урок по теме: «Формирование культурно-гигиенических навыков	1
20	Режим питания.	3
21	Продукты питания.	3
22	Хлеб – всему голова.	3
23	Обобщающий урок по теме: «Питание человека»	1
24	Виды одежды в соответствии со временем года (осень, зима, весна, лето)	1
25	Одежда осенью	3
26	Одежда зимой	3
27	Одежда весной	3
28	Одежда летом	3
29	Школьная одежда	2
30	Способы расстегивания и застёгивания одежды	2
31	<u>Практическое занятие</u> – застёгивание и расстёгивание одежды с пуговицами.	2
32	<u>Практическое занятие</u> – застёгивание и расстёгивание кнопками.	2
33	<u>Практическое занятие</u> – застёгивание и расстёгивание крючками.	2
34	<u>Практическое занятие</u> – застёгивание и расстёгивание одежды с молнией.	2
35	<u>Практическое занятие</u> – застёгивание и расстёгивание одежды с липкой лентой.	2
36	Игра «Одень куклу»	2
37	Приёмы складывания одежды	3
38	Повседневный уход за одеждой.	3
39	Значение чистоты и опрятности одежды.	3
40	Обувь в разное время года.	3
41	Шнуровка	3
42	Уход за обувью.	3
43	Обобщающий урок по теме: «Обращение с одеждой и обувью»	1
44	Итоговый урок – игра.	1
	<b>Итого</b>	<b>99</b>

### Тематическое планирование 1 (дополнительный)

№	Тема урока	Кол-во часов
<b>1 четверть – 27 часов</b>		
1	Я – человек	1
2	Я – человек	1
3	Моё имя	1
4	Моё имя	1
5	Кто я?	1
6	Кто я?	1
7	Все люди разные	1
8	Все люди разные	1
9	Мои руки.	1
10	Уход за руками.	1
11	Мои руки. Уход за руками	1
12	Мои ноги.	1
13	Уход за ногами.	1
14	Мои ноги. Уход за ногами.	1
15	Мой рот и язычок.	1
16	Уход за полостью рта.	1
17	Мои зубки.	1
18	Уход за зубами.	1
19	Мои глаза.	1
20	Уход за глазами.	1
21	Мои уши.	1
22	Уход за ушами.	1
23	Мой нос.	1
24	Уход за носом	1
25	Закрепление по теме: «Мои части тела»	1
26	Умывальная комната.	1
27	Атрибуты в умывальной комнате.	1
<b>2 четверть – 21 час</b>		
1	Намачивание и намыливание рук.	1
2	Мытьё рук.	1
3	Смывание мыла с рук.	1
4	Вытирание рук.	1
5	Туалет.	1
6	Раковина.	1
6	Унитаз.	1
7	Нужды человека. Выражение желаний «Я хочу есть, пить»	1
8	Нужды человека. Выражение желаний «Я хочу есть, пить»	1
9	Кнопка слива. Смывание унитаза.	1
10	Кнопка слива. Смывание унитаза.	1
11	Снятие нижнего белья.	1
12	Туалетная бумага. Отматывание бумаги.	1
13	Туалетная бумага. Отматывание бумаги.	1
14	Одевание нижнего белья. Изнаночная и лицевая	1

	сторона.	
15	Одевание нижнего белья. Изнаночная и лицевая сторона.	1
16	Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук.	1
17	Гигиенические процедуры после посещение туалета. Мытье рук, вытирание рук.	1
18	Сушилка для рук. Бумажное полотенце.	1
19	Сушилка для рук. Бумажное полотенце.	1
20	Водные процедуры, душ.	1
21	Закрепление по теме: «Нужды человека»	1
	<b>3 четверть – 27 часов</b>	
1	Изучаем своё тело. Голова.	1
2	Изучаем своё тело. Туловище.	1
3	Изучаем своё тело. Голова. Туловище.	1
4	Определение принадлежности: «Моё не моё»	1
5	Определение принадлежности: «Мои не мои»	1
6	Возрастные изменения. Я малыш.	1
7	Возрастные изменения. Я малыш.	1
8	Виды одежды (нижняя одежда).	1
9	Виды одежды (нижняя одежда).	1
10	Лицевая и изнаночная сторона нижней одежды.	1
11	Виды одежды (верхняя одежда).	1
12	Виды одежды (верхняя одежда).	1
13	Лицевая и изнаночная сторона верхней одежды.	1
14	Виды обуви. Виды застежек.	1
15	Виды застежек на обуви.	1
16	Виды обуви. Виды застежек.	1
17	Режим дня. Утро.	1
18	Режим дня. День.	1
19	Режим дня. Вечер.	1
20	Правильное питание.	1
21	Овощи и фрукты в жизни человека.	1
22	Овощи и фрукты в жизни человека.	1
23	Культура поведения в столовой.	1
24	Добрые слова.	1
25	Культура поведения в столовой. Добрые слова.	1
26	Посуда.	1
27	Сервировка стола.	1
	<b>4 четверть – 23 час</b>	
1	Игра « К нам пришли гости, накроем на стол»	1
2	Моё самочувствие. У меня болит голова.	1
3	Моё самочувствие. Мне плохо.	1
4	Моё самочувствие.	1
5	Закрепление по теме: «Моё самочувствие»	1
6	Мои данные.	1
7	Ответы на вопросы: «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1
8	Ответы на вопросы: «Как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты живешь?»	1
9	Закрепление по теме: «Мои данные и половая	1

	принадлежность»	
10	Моя семья. Мама, папа.	1
11	Моя семья. Мама, папа.	1
12	Моя семья. Мама, папа. Братья, сестры.	1
13	Наши праздники. Новый год.	1
14	Наши праздники. 8 марта.	1
15	Наши праздники.	1
16	Закрепление по теме: «Моя семья»	1
17	Мой дом.	1
18	Мои педагоги.	1
19	Моя досуговая деятельность. Игра, хобби.	1
20	Моя досуговая деятельность. Игра, хобби.	1
21	Повторение по теме: «Гигиена»	3
	<b>Итого</b>	<b>99</b>

### Тематическое планирование 2 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Мальчики и девочки	1
2	Занятия мальчиков и девочек	1
3	Одежда, обувь мальчиков и девочек	1
4	Праздничная одежда мальчиков и девочек	1
5	Домашняя одежда мальчиков и девочек	1
6	Практическое занятие. «Уход за одеждой и обувью»	1
7	Виды деятельности для организации свободного времени	1
8	Виды деятельности для организации свободного времени	1
9	Части лица человека	1
10	Части лица человека	1
11	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица	1
12	Различение вентилей с горячей и холодной водой	1
13	Смешивание воды до комфортной температуры	1
14	Практическое занятие. «Умывание»	1
15	Мытье и чистка ушей	1
16	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта	1
17	Части тела человека	1
18	Части тела человека	1
19	Части тела человека	1
20	Кожа. Гигиена кожи	1
21	Кожа. Гигиена кожи	1
22	Регулировка напора струи воды при мытье рук	1
23	Смешивание воды до комфортной температуры	1
24	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук	1

25	Вытирание рук полотенцем	1
26	Сушка рук с помощью автоматической сушилки	1
27	Нанесение крема на руки	1
28	Как кожа помогает человеку.	1
29	Практическое занятие. Первая помощь при ушибах	1
30	Сообщение о состоянии своего здоровья	1
31	Вредные привычки	1
32	Сообщение о желании сходить в туалет	1
33	Сидение на унитазе и оправление малой (большой) нужды	1
34	Пользование туалетной бумагой	1
35	Соблюдение последовательности действий в туалете. Практическое занятие «В туалете»	1
36	Сообщение о желании пить. Питье из кружки, стакана. Наливание жидкости в кружку. Питье через соломинку	1
37	Практическое занятие. Еда руками	1
38	Еда ложкой	1
39	Накладывание пищи в тарелку	1
40	Использование салфетки во время приема пищи	1
41	Здоровая пища. Витамины в пище	1
42	Семья. Члены семьи.	1
43	Различение членов семьи	1
44	Различение детей и взрослых	1
45	Бытовая и досуговая деятельность членов семьи	1
46	Профессии членов семьи	1
47	Рассказ о своей семье	1
48	Практическая работа «Семейное дерево»	1
49	Одежда. Виды одежды	1
50	Различение по сезонам предметов одежды	1
51	Назначения предметов одежды	1
52	Назначения видов обуви (спортивная, выходная, рабочая)	1
53	Различение по сезонам обуви.	1
54	Назначения головных уборов	1
55	Различение по сезонам головных уборов	1
56	Различение по сезонам предметов одежды, обуви, головных уборов	1
57	Снятие предмета одежды	1
58	Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды	1
59	Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка)	1
60	Выворачивание одежды	1
61	Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды	1
62	Контроль своего внешнего вида	1
63	Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная)	1
64	Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий	1
65	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия	1

67	Уход за одеждой	1
68	Повторение пройденного за год.	1
	<b>Итог</b>	<b>68</b>

### Тематическое планирование 3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1.	1 сентября-день знаний	1
2.	Школьное здание Школьный двор	1
3.	Поведение в школе	1
4.	Поведение в школе	1
5.	Учебные принадлежности	1
6.	Учебные принадлежности	1
7.	Учебные принадлежности	1
8.	Практическое занятие «Собираю портфель»	1
9.	Я-мальчик Я-девочка	1
10.	Я-мальчик Я-девочка	1
11.	Идентификация себя со своим именем, фамилией	1
12.	«Волшебные слова» в речи	1
13.	«Волшебные слова» в речи	1
14.	«Волшебные слова» в речи	1
15.	Моё тело Части тела	1
16.	Узнавание различных частей тела	1
17.	Узнавание различных частей тела	1
18.	Узнавание различных частей тела	1
19.	Узнавание различных частей тела	1
20.	Узнавание (различие) частей головы	1
21.	Узнавание (различие) частей головы	1
22.	Узнавание (различие) частей головы	1
23.	Узнавание (различие) частей головы	1
24.	Обобщающий урок «Мое тело»	1
25.	Гигиена тела	1
26.	Гигиена тела	1
27.	Различение вентилей с горячей и холодной водой Регулирование напора струи воды	1
28.	Различение вентилей с горячей и холодной водой Регулирование напора струи воды	1
29.	Мытье рук	1
30.	Практический урок «Мытье рук»	1
31.	Мытье лица	1
32.	Практический урок «Мытье лица»	1
33.	Чистка зубов	1
34.	Чистка зубов	1
35.	Практический урок «Чистка зубов»	1
36.	Мытье ног	1
37.	Использование носового платка	1
38.	Использование носового платка	1
39.	Инструменты для ухода за волосами	1
40.	Инструменты для ухода за волосами	1
41.	Практический урок «Расчесывание волос»	1

42.	Сообщение о желании сходить в туалет	1
43.	Соблюдение последовательности посещения туалета	1
44.	Соблюдение последовательности посещения туалета	1
45.	Обобщающий урок «Гигиена тела»	1
46.	Узнавание предметов уличной одежды	1
47.	Узнавание предметов уличной одежды	1
48.	Узнавание предметов уличной одежды	1
49.	Узнавание предметов уличной одежды	1
50.	Части одежды	1
51.	Узнавание предметов уличной обуви	1
52.	Узнавание предметов уличной обуви	1
53.	Узнавание предметов уличной обуви	1
54.	Узнавание предметов уличной обуви	1
55.	Обувание обуви	1
56.	Различение правого-левого ботинка, сапога, туфли	1
57.	Различение правого-левого ботинка, сапога, туфли	1
58.	Шнуровка	1
59.	Шнуровка	1
60.	Застегивание обуви на липучках	1
61.	Застегивание обуви на липучках	1
62.	Уход за уличной одеждой и обувью	1
63.	Застегивание одежды (пуговицы, замок, липучки)	1
64.	Застегивание одежды (пуговицы, замок, липучки)	1
65.	Различение лицевой (изнаночной) стороны одежды	1
66.	Различение лицевой (изнаночной) стороны одежды	1
67.	Выворачивание одежды	1
68.	Выворачивание одежды	1
69.	Выворачивание одежды	1
70.	Головные уборы	1
71.	Головные уборы	1
72.	Головные уборы	1
73.	Узнавание предметов домашней одежды	1
74.	Узнавание предметов домашней одежды	1
75.	Узнавание предметов домашней одежды	1
76.	Узнавание предметов школьной, нарядной одежды	1
77.	Узнавание предметов школьной, нарядной одежды	1
78.	Узнавание предметов школьной, нарядной одежды	1
79.	Уход за нарядной, школьной одежды	1
80.	Уход за нарядной, школьной одежды	1
81.	Уход за нарядной, школьной одежды	1
82.	Обобщающий урок «Обращение с одеждой и обувью»	1

83.	Продукты питания	1
84.	Продукты питания	1
85.	Продукты питания	1
86.	Продукты питания	1
87.	Сообщение о желании пить	1
88.	Питье из кружки, стакана Питье через соломинку	1
89.	Наливание жидкости в кружку	1
90.	Сообщение о желании есть	1
91.	Еда руками	1
92.	Еда ложкой	1
93.	Еда вилкой	1
94.	Использование салфетки во время приема пищи	1
95.	Накладывание пищи в тарелку	1
96.	Обобщающий урок по теме «Прием пищи»	1
97.	Повторение изученного материала «Школа Школьные принадлежности»	1
98.	Повторение изученного материала «Мое тело»	1
99.	Повторение изученного материала «Гигиена тела»	1
100.	Повторение изученного материала «Одежда Уход за одеждой»	1
101.	Повторение изученного материала «Обувь Уход за обувью»	1
102.	Повторение изученного за год Практическое занятие	1
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

#### 4 класс

№ п/п	Тема	Кол-во 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	Понятие о части тела (ноги).	1
12	Узнавание (различие) частей (ноги).	1
13	Понятие о части тела (голова).	1
14	Узнавание (различие) частей головы(волосы, уши, шея, лицо).	1
15	Знание назначения частей тела.	1
16	Повторение.	1

17	Расчесывание волос.	1
18	Намачивание волос.	1
19	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	Узнавание (различие) деталей предметов одежды.	1
26	Назначение деталей предметов одежды.	1
27	Расстегивание (развязывание) деталей одежды.	1
28	Застегивание (завязывание) деталей одежды.	1
29	Снятие предмета одежды.	1
30	Соблюдение последовательности при раздевании.	1
31	Снятие предмета обуви (ботинки).	1
32	Снятие предмета обуви (ботинки).	1
33	Снятие предмета обуви (ботинки).	1
34	Повторение изученного материала	1
35	Сообщение желания сходить в туалет.	1
36	Соблюдение последовательных действий в туалете.	1
37	Соблюдение последовательных действий в туалете при спускании одежды.	1
38	Соблюдение последовательных действий в туалете: сидение на унитазе.	1
39	Соблюдение последовательных действий в туалете: пользование туалетной бумагой.	1
40	Соблюдение последовательных действий в туалете при одевании одежды.	1
41	Соблюдение последовательных действий в туалете: нажатие кнопки слива воды.	1
42	Соблюдение последовательных действий в туалете: нажатие кнопки слива воды.	1
43	Соблюдение последовательных действий в туалете: мытье рук.	1
44	Соблюдение последовательных действий в туалете: мытье рук.	1
45	Соблюдение последовательных действий в туалете: мытье рук.	
46	Сообщение о желании пить.	1
47	Сообщение о желании пить.	
48	Питье из кружки, стакана, через соломинку.	1
49	Питье из кружки, стакана, через соломинку.	
50	Наливание жидкости в стакан (кружку).	1
51	Наливание жидкости в стакан (кружку).	1
52	Сообщение о желании есть. Еда руками.	1

53	Накладывание еды в тарелку.	1
54	Накладывание еды в тарелку.	1
55	Соблюдение последовательности действий при приеме пищи.	1
56	Соблюдение последовательности действий при приеме пищи.	1
57	Последовательность приема пищи: завтрак.	1
58	Последовательность приема пищи: завтрак.	1
59	Последовательность приема пищи: обед.	1
60	Последовательность приема пищи: обед.	1
61	Последовательность приема пищи: полдник.	1
62	Последовательность приема пищи: полдник.	1
63	Последовательность приема пищи: ужин.	1
64	Последовательность приема пищи: ужин.	1
65	Культура поведения в столовой.	1
66	Культура поведения в столовой.	1
67	Общее представление о семье.	1
68	Общее представление о семье.	1
69	Узнавание детей и взрослых.	1
70	Узнавание детей и взрослых.	1
71	Различение детей и взрослых.	1
72	Различение детей и взрослых.	1
73	Представление о бытовой деятельности: мама, папа.	1
74	Представление о бытовой деятельности: мама, папа.	1
75	Представление о бытовой деятельности: бабушка, дедушка.	1
76	Представление о бытовой деятельности: брат, сестра.	1
77	Представление о бытовой деятельности: брат, сестра.	1
78	Представление о своей бытовой деятельности.	1
79	Представление о своей бытовой деятельности.	1
80	Представление о профессиональной деятельности: мама, папа.	1
81	Представление о профессиональной деятельности: мама, папа.	1
82	Представление о профессиональной деятельности: бабушка, дедушка.	1
83	Представление о профессиональной деятельности: бабушка, дедушка.	1
84	Представление о профессиональной деятельности: брат, сестра.	1
85	Представление о профессиональной деятельности: брат, сестра.	1
86	Представление о досуговой деятельности: мама, папа.	1
87	Представление о досуговой деятельности: мама, папа.	1
88	Представление о досуговой деятельности: бабушка, дедушка.	1
89	Представление о досуговой деятельности: бабушка, дедушка.	1
90	Представление о досуговой деятельности: брат, сестра.	1
91	Представление о досуговой деятельности: брат, сестра.	1
93	Повторение изученного материала	1
94	Повторение изученного материала	1

95	Повторение изученного материала	1
96	Повторение изученного материала	1
97	Повторение изученного материала	1
98	Повторение изученного материала	1
99	Повторение изученного материала	1
100	Повторение изученного материала	1
102	Повторение изученного материала	1
102	Повторение изученного материала	1
	<b>Итого</b>	<b>68</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849366

Владелец Хайруллина Светлана Камировна

Действителен с 28.08.2025 по 28.08.2026