

**Рабочая программа учебного предмета
«Человек»
(1-8 классы)**

(Приложение к адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), принятой на Педагогическом совете, протокол №1 от 31.08.2023, утвержденной приказом директора №386 от 31.08.2023)

Североморск
2023

Человек

Структура программы включает: пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы

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.

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.

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).

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. 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), нажатие 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.

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Человек"

Личностные результаты

1 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- осознание, что определенные его действия несут опасность для него;
- потребность в новых знаниях (на начальном уровне);

-
- осознание ответственности, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате.

2 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- умение устанавливать и поддерживать контакты;
- осознание себя в семейно – бытовых ситуациях (сын, внук, помощник и т.п.);
- потребность в новых знаниях (на начальном уровне);
- осознание ответственности, связанной с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате.

3 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- определение своей возрастной группы (ребенок, подросток, юноша);
- понимание языка эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- избегание конфликтных ситуаций;
- пользование речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- стремление помогать окружающим;
- сообщение об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.);
- бережное отношение к окружающей природе.

4 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- определение своей половой принадлежности (без обоснования);
- осознание, что может, а что ему пока не удастся;
- понимание эмоционального состояния других людей;
- умение устанавливать и поддерживать контакты;
- потребность в новых знаниях (на начальном уровне);
- использование элементарных форм речевого этикета;
- осознание ответственности, связанной с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате.

5 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определение состояния своего здоровья;
- определение круга своих интересов;
- осознание своих характерных особенностей и предпочтений;
- понимание языка эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- умение кооперироваться и сотрудничать;

-
- участие в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);
 - проявление чувств ответственности;
 - проявление отношений к действиям другого человека.

6 класс

- определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- определение состояния своего здоровья;
- определение круга своих интересов;
- проявление уважения к людям старшего возраста;
- проявление собственных чувств;
- вступление в диалог с окружающими по собственной инициативе;
- проявление отношений к действиям другого человека;
- осознание значимости другого человека;
- выражение сочувствия и со радости.

7 класс

- определение своей принадлежности к определенному полу (юноше, девушка);
- проявление уважения к людям старшего возраста.
- использование элементарных форм речевого этикета. определение своих внешних данных (цвет глаз, волос, рост ит.д.);
- определение своего демографического статуса;
- определение круга своих интересов;
- определение своей возрастной группы (ребенок, подросток, юноша);
- участие в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);
- определение своих внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- понимание эмоционального состояния других людей;
- понимание языка эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.)
- проявление собственные чувства;
- умение устанавливать и поддерживать контакты;
- пользование речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления;
- потребность в новых знаниях (на начальном уровне);
- определение состояния своего здоровья
- проявление отношения к действиям другого человека.
- участие в коллективных делах и играх;
- стремление помогать окружающим.

8 класс

- определение пола окружающих людей;
- определение круга своих интересов;

- определение стиля жизни (мало сплю, устал, много ем).
- обладание спектром толерантных установок по отношению к представителям противоположного пола.
- осознание своих характерных особенностей и предпочтений;
- понимание, что он, как и каждый человек, уникален и неповторим;
- вступление в диалог с окружающими по собственной инициативе;
- проявление минимального интереса к событиям общественной жизни в стране, в области, в родном городе;
- проявление способности к простейшим целеустремленным действиям;
- проявление потребности в новых знаниях (на начальном уровне);
- проявление элементарной престижной мотивации (желает быть первым, занять престижное место среди товарищей);
- определение состояния своего здоровья;
- проявление отношения к действиям другого человека;
- участие в коллективных делах и играх;
- стремление помогать окружающим;
- определение своей возрастной группы (ребенок, подросток, юноша);
- проявление уважения к людям старшего возраста;
- использование элементарных форм речевого этикета.

Предметные (возможные) результаты

1 класс

- умеют называть свое имя, умеют реагировать на свое имя поворотом головы;
- умеют определять у себя половую принадлежность;
- умеют сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях (проситься в туалет, пить, кушать);
- имеют представления о процессах и алгоритмах мытья рук;
- умеют обслуживать себя (держат ложку, пьют из кружки);
- знают атрибуты в доступном предметном мире (кружка, тарелка, ложка, раковина).

2 класс

- умеют соотносить себя со своим именем, отражением в зеркале;
- умеют соотносить себя к определенному полу Я девочка. Я, мальчик.
- умеют снимать и одевать нижнее белье (после посещения туалета, натягивать колготки, штаны-брюки, заправлять рубашку);
- имеют представления о процессах и алгоритмах умывания, одевания;
- проявляют положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости самостоятельности совместных действий (чистые руки);
- умеют элементарно описывать свое самочувствие, способны привлечь внимание педагога, в случаях неважного самочувствия и недомогания (болит голова - показ рукой);
- умеют выражать свое настроение и потребность с помощью доступных пантомимических и мимических и др. средств;

- умеют следить за своим внешним видом.

3 класс

- умеют представлять себя как «Я», осознают общности и различий «Я» от других;
- умеют сообщать о себе: свое имя, фамилию, пол;
- умеют выражать свои потребности значимые для здоровья и сохранения его использования невербальным и вербальным средствами общения (хочу есть, пить, гулять, спать);
- умеют устанавливать простейшие родственные отношения между людьми (бабушка, мама, папа);
- умеют определять «Мое», « Не мое» (мои игрушки, моя майка, не моя книга, ручка);
- имеют представления о процессах и алгоритмах еды (первое блюдо, второе блюдо, компот);
- умеют соблюдать аккуратность в приеме пищи, пользоваться салфеткой);
- умеют снимать и одевать нижнее белье (после посещения туалета, натягивать колготки, штаны-брюки, заправлять рубашку);
- умеют открывать кран, смешивают холодную и горячую воду, выполняют гигиенические процедуры по необходимости(перед едой, после прогулки, после посещения туалета) ;
- умеют соблюдать гигиенические правила по уходу за собственным телом (выдавливать зубную пасту на щетку, чистить зубы, причесывать волосы);
- умеют следить за своим внешним видом (смотреть в зеркало, видеть недостатки, устранять их);
- имеют представления о себе о ближайшем социальном окружении (Я на игровой площадке, Я в столовой, Я в спортивном зале);
- проявляют положительный настрой на выполнение элементарных заданий, чувство радости самостоятельности совместных действий (убрали вещи, игрушки).

4 класс

- умеют сообщать о себе имя, фамилия, пол, возраст, место жительства;
- умеют показывать части собственного тела (правая и левая рука, правая и левая нога, туловище, голова - волосы, лицо- глаза, уши, рот, нос.) ;
- знают о назначении и собственных возможностях и умениях (Это мои глаза -я умею смотреть. Это мои руки – я умею рисовать, брать книгу. Это мои ноги я умею ходить, бегать, прыгать);
- проявляют интерес к правилам безопасного поведения как развитию своей самостоятельности;
- умеют сообщать о своих желаниях (Мне жарко и я хочу пить);
- умеют обращать и следить за своим внешним видом;
- умеют сообщать о своем настроении (Сегодня хорошая погода и у меня хорошее настроение);
- умеют представлять свою семью (Это моя бабушка, мама, сестра, брат, папа).

5 класс

- умеют описывать внешность (высокий - низкий, светлый- темный).э
- умеют ориентироваться в собственном теле;
- умеют ориентироваться в возрастных изменениях человека (малыш, подросток, молодой, взрослый, старый);
- умеют одеваться и раздеваться, снимают и одевают обувь в определенной последовательности, видят лицевую и изнаночную стороны одежды;
- умеют видеть плохое или хорошее настроение у другого человека, соотносят с пиктограммами;
- умеют выполнять оздоровительные процедуры, режим дня;
- умеют проявлять заботу, внимание (эта девочка совсем маленькая и ей надо помочь застегнуть сандалики);
- умеют оценивать свои действия (я обидел товарища, надо перед ним извиниться).

6 класс

- умеют сообщать о себе имя, фамилия, пол, возраст, дату рождения, место жительства;
- умеют поддерживать зрительный контакт с говорящим (при предъявлении инструкции, в ходе беседы);
- умеют выражать свое согласие и несогласие;
- умеют называть своих родственников (У меня есть мама, ее зовут Мария Ивановна);
- умеют ориентироваться в ближайшем социальном окружении (Это столовая - мы здесь принимаем пищу. Это игровая-мы здесь проводим свой досуг);
- умеют называть предметы одежды и обуви, знаю элементарный способ ухода за ними;
- умеют соблюдать режимные моменты (утренняя гимнастика, чистка зубов утром и вечером);
- имеют представления о процессах и алгоритмах уборки помещения;
- умеют показать атрибуты в предметном мире (это душ, унитаз);
- знают о правилах их безопасного использования.

7 класс

- умеют рассказывать о себе;
- умеют сообщать о себе имя, фамилия, пол, возраст, дату рождения, место жительства, город проживания;
- умеют организовывать свое свободное время (рисовать, играть, слушать музыку, смотреть телевизор);
- умеют поддерживать зрительный контакт с говорящим, соблюдают очередность в разговоре;
- умеют поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- умеют сообщать свои интересы, хобби.

8 класс

- умеют рассказывать о себе и о своей семье;

-
- умеют осознавать себя в системе социального мира;
 - знают спектр социально-бытовых умений, навыков, операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности в разные временные периоды (во время пребывания в школе, в течение дня и т.д.);
 - умеют адекватно оценивать свое поведение в различных социальных ситуациях.

Материально-техническое оснащение учебного предмета "Человек" предусматривает: специально оборудованные санузлы для пользования ими обучающимися на инвалидных креслах-колясках; душевые кабины и душевые кушетки; подъемно-передвижное оборудование для обучающихся с нарушениями ОДА; тренажеры для обучения обращению с одеждой и обувью; насадки для столовых приборов, специальные кружки и другая посуда, облегчающая самостоятельный прием пищи детьми с нарушениями ОДА. Предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий, правил поведения, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др. Кроме того, используются видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие внутрисемейные взаимоотношения; семейный альбом, рабочие тетради с изображениями контуров взрослых и детей для раскрашивания, вырезания, наклеивания, составления фотоколлажей и альбомов; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных представлений о ближайшем социальном окружении. По возможности, используются технические средства: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование. Стеллажи для наглядных пособий, зеркала настенные и индивидуальные, столы, стулья с подлокотниками, подножками и др.

В учебном плане предмет представлен с 1 по 8 класс.

Количество часов в неделю - 2 часа

Количество часов за год - 66 часов

1 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Представление о себе как "Я". Соотнесение себя со своим именем.	2	0	0	
1.2	Идентификация себя как мальчика (девочки)	2	0	0	
1.3	Все люди разные.	2	0	0	https://goo.su/alpuB
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Семья					
2.1	Узнавание (различение) членов семьи.	2	0	0	
2.2	Определение своей социальной роли в семье.	2	0	0	
2.3	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Регулирование напора воды при водных процедурах.	4	0	0	
3.2	Мытье рук	4	0	0	https://goo.su/wLUhyUb
3.3	Чистка зубов	4	0	0	https://goo.su/rA07OM
3.3	Расчесывание волос	4	0	0	
Итого по разделу		16			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Соблюдение последовательности действий в туалете	6	0	0	

4.2	Правила гигиены после туалета	4	0	0	
Итого по разделу		10			
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Снятие предмета одежды	4	0	0	
5.2	Надевание предмета одежды	4	0	0	
5.3	Снятие обуви	4	0	0	
5.4	Обувание обуви	4	0	0	
Итого по разделу		16			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Сообщение о желании пить, есть.	4	0	0	
6.2	Питье из кружки	4	0	0	
6.3	Еда ложкой	4	0	0	
Итого по разделу		12			
Общее количество часов по программе		66			

Количество часов в неделю- 2 часа

Количество часов за год- 68 часов

2 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы практические работы	или Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					

1.1	Идентификация себя как мальчика (девочки),	2	0	0	https://goo.su/alpuB
1.2	Узнавание (различение) частей тела	2	0	0	
1.3	Узнавание(различение) частей лица человека	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Семья					
2.1	Узнавание (различение) членов семьи.	2	0	0	
2.2	Обязанности членов семьи.	2	0	0	
2.3	Праздники в семье	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Регулирование напора воды при водных процедурах.	4	0	0	
3.2	Мытье рук	4	0	0	https://goo.su/wLUhyUb
3.3	Чистка зубов	4	0	0	https://goo.su/rA07OM
3.4	Расчесывание волос	4	0	0	
Итого по разделу		16			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Соблюдение последовательности действий в туалете	4	0	0	
4.2	Правила гигиены после туалета	4	0	0	
Итого по разделу		8	0	0	
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Узнавание (различение) предметов одежды.	4	0	0	
5.2	Снятие предмета одежды	4	0	0	
5.3	Надевание предмета одежды	4	0	0	
5.4	Снятие обуви	4	0	0	

5.5	Обувание обуви	4	0	0	
Итого по разделу		20			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Сообщение о желании пить, есть.	4	0	0	
6.2	Питье из кружки	4	0	0	
6.3	Еда ложкой	4	0	0	
Итого по разделу		12			
Общее количество часов по программе		68			

Количество часов в неделю-2 часа

Количество часов за год- 68 часов

3 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Идентификация себя как мальчика (девочки),	2	0	0	
1.2	Узнавание (различение) частей тела	2	0	0	https://goo.su/RCBzQ
1.3	Узнавание (различение) частей лица человека	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Семья					
2.1	Узнавание (различение) членов семьи.	2	0	0	
2.2	Обязанности членов семьи.	2	0	0	
2.3	Праздники в семье.	2	0	0	

Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Регулирование напора воды при водных процедурах.	4	0	0	
3.2	Мытье рук	4	0	0	https://goo.su/wLUhyUb
3.3	Чистка зубов	4	0	0	https://goo.su/rA07OM
3.4	Расчесывание волос	4	0	0	
Итого по разделу		16			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Соблюдение последовательности действий в туалете	4	0	0	
4.2	Правила гигиены после туалета	4	0	0	
Итого по разделу		8			
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Узнавание (различение) предметов одежды	4	0	0	
5.2	Снятие предмета одежды	4	0	0	
5.3	Надевание предмета одежды	4	0	0	
5.4	Снятие обуви	4	0	0	
5.5	Обувание обуви	4	0	0	
Итого по разделу		20			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Сообщение о желании пить, есть.	4	0	0	
6.2	Питье из кружки	4	0	0	
6.3	Еда ложкой	4	0	0	

Итого по разделу	12			
Общее количество часов по программе	68			

Количество часов в неделю-2 часа

Количество часов за год- 68 часа

4 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Я - человек	2	0	0	
1.2	Мое имя	2	0	0	
1.3	Все люди разные.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Семья					
2.1	Члены семьи.	4	0	0	
2.2	Обязанности членов семьи.	2	0	0	
2.3	Семейные праздники.	2	0	0	
Итого по разделу		8			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Представления о частях тела.	4	0	0	https://clck.ru/35L3bc
3.2	Человек: строение .Ориентация на себе, другом человеке.	4	0	0	https://clck.ru/35L3bc

3.3	Части лица. Ориентация на себе, другом человеке.	4	0	0	https://clck.ru/35L3bc
Итого по разделу		12			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Туалетная комната.	3	0	0	https://goo.su/wLUhyUb
4.2	Нужды человека.	3	0	0	
4.3	Гигиена после посещения туалета.	3	0	0	
Итого по разделу		9			
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Виды одежды и обуви (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	8	0	0	https://clck.ru/35L3bc
5.2	Практические упражнения в одевании и обувании.	8	0	0	
Итого по разделу		16			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Режим дня.	3	0	0	
6.2	Правильное питание.	5	0	0	
6.3	Культура поведения в столовой.	2	0	0	
6.4	Столовые приборы.	4	0	0	
6.5	Прием пищи.	3	0	0	
Итого по разделу		17			
Общее количество часов по программе		68			

Количество часов в неделю-2 часа

Количество часов за год- 68 часов

5 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Я -человек	2	0	0	
1.2	Узнавание (различение) частей тела	4	0	0	https://goo.su/RCBzQ
1.3	Назначения частей тела	4	0	0	
1.4	Знание назначения частей лица.	4	0	0	
Итого по разделу		14			
Раздел 2. Семья					
2.1	Члены семьи.	2	0	0	
2.2	Обязанности членов семьи.	2	0	0	
2.3	Семейные праздники.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Пользование краном.	3	0	0	
3.2	Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.	3	0	0	
3.3	Уход за телом.	3	0	0	
3.4	Умывание.	3	0	0	
3.5	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног	3	0	0	

Итого по разделу		15			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Туалетная комната.	3	0	0	
4.2	Нужды человека.	3	0	0	
4.3	Гигиена после посещения туалета.	3	0	0	
Итого по разделу		9			
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Виды одежды и обуви (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	5	0	0	
5.2	Практические упражнения в одевании и обувании.	5	0	0	
Итого по разделу		10			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Режим дня.	3	0	0	
6.2	Правильное питание.	2	0	0	
6.3	Культура поведения в столовой.	2	0	0	
6.4	Столовые приборы.	4	0	0	
6.5	Прием пищи.	3	0	0	
Итого по разделу		14			
Общее количество часов по программе		68			

Количество часов в неделю-1 час

Количество часов за год- 34 часа

6 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Я - человек. Мои данные.	2	0	0	
1.2	Узнавание (различение) частей тела	2	0	0	https://www.youtube.com/
1.3	Назначения частей тела	2	0	0	
1.4	Знание назначения частей лица.	2	0	0	
Итого по разделу		8			
Раздел 2. Семья					
2.1	Члены семьи.	2	0	0	https://www.youtube.com/
2.2	Профессиональная деятельность членов семьи.	2	0	0	https://www.youtube.com/
2.3	Семейные праздники и традиции.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Гигиена рук, ног.	2	0	0	
3.2	Гигиена лица.	2	0	0	
3.3	Гигиена тела.	2	0	0	
3.4	Уход за полостью рта.	2	0	0	
Итого по разделу		8			

Раздел 4. Туалет					
4.1	Туалетная комната.	2	0	0	
4.2	Гигиена после посещения туалета.	2	0	0	
Итого по разделу		4			
Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Виды одежды и обуви (нижняя, верхняя одежда, одежда для школы и прогулок).	2	0	0	
5.2	Практические упражнения в одевании и обувании.	2	0	0	
Итого по разделу		4			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Режим дня.	2	0	0	https://clck.ru/35L3bc
6.2	Культура поведения в столовой.	2	0	0	
Итого по разделу		4			
Общее количество часов по программе		34			

Количество часов в неделю-1 час

Количество часов за год- 34 часа

7 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Строение человека	3	0	0	https://uchi.ru/
1.2	Внутренние органы человека	3	0	0	https://obrazavr.ru/
1.3	Вредные привычки.	2	0	0	
Итого по разделу		8			
Раздел 2. Семья					
2.1	Определение своей социальной роли в семье.	2	0	0	
2.2	Семейные праздники и традиции.	2	0	0	
Итого по разделу		4			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Гигиена интимной зоны.	2	0	0	
3.2	Последовательности действий при мытье и вытирании тела.	2	0	0	
3.3	Уход и обработка ногтей рук и ног.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Соблюдение последовательности действий в туалете.	2	0	0	
4.2	Гигиена после посещения туалета.	2	0	0	
Итого по разделу		4			

Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Различение сезонной одежды.	2	0	0	
5.2	Виды одежды	2	0	0	
5.3	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Использование салфетки во время приема пищи.	2	0	0	
6.2	Использование ножа и вилки во время приема пищи	2	0	0	
6.3	Культура поведения в столовой.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Общее количество часов по программе		34			

Количество часов в неделю-1час

Количество часов за год- 34 часа

8 класс					
№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Количество:		
			Контрольные работы (тесты)	Лабораторные работы или практические работы	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)
Раздел 1. Представления о себе					
1.1	Вредные привычки.	2	0	0	
1.2	Виды деятельности для организации свободного времени.	2	0	0	
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Семья					
2.1	Члены семьи.	2	0	0	
2.2	Профессиональная деятельность членов семьи.	2	0	0	
2.3	Семейные праздники и традиции.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Гигиена тела					
3.1	Косметические средства для тела.	2	0	0	
3.2	Пользование косметическими средствами.	2	0	0	
3.3	Гигиена интимной зоны.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 4. Туалет					
4.1	Туалетная комната.	2	0	0	
4.2	Нужды человека.	2	0	0	
4.3	Гигиена после посещения туалета.	2	0	0	
Итого по разделу		6			

Раздел 5. Одевание и раздевание					
5.1	Различение сезонной одежды.	2	0	0	
5.2	Виды одежды.	2	0	0	
5.3	Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Раздел 6. Прием пищи					
6.1	Использование салфетки во время приема пищи.	2	0	0	
6.2	Использование ножа и вилки во время приема пищи	2	0	0	
6.3	Культура поведения в столовой.	2	0	0	
Итого по разделу		6			
Общее количество часов по программе		34			