

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Специальная общеобразовательная школа - интернат"  
г. Губаха, Пермского края

Рассмотрено:  
ППО учителей  
Протокол № 1  
от 28.08.2025г.

Согласовано:  
Педагогический совет  
Протокол № 1  
29.08.2025г.

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШИ  
\_\_\_\_\_ А.М.Братчикова  
29.08.2025г.

**АДАПТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**по предмету «Человек» -**  
**предметная область «Окружающий мир»**  
**7 год обучения (вариант 2)**

Составитель программы:  
учитель класса «Особый ребенок 7»  
Кашапова А.Р.

## Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Общая характеристика учебного предмета	4
3. Место учебного предмета в учебном плане	9
4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета	10
5. Содержание учебного предмета	14
6. Тематическое планирование учебного предмета	17
7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	24

## 1. Пояснительная записка

Адаптированная программа учебного предмета «Человек» составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с нарушениями интеллекта и предназначена для обучающихся 7 класса (вариант 2). АОП разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273;
- Приказ Минобрнауки России от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (от 24 ноября 2022 г. № 1026);
- Адаптированная основная образовательная программа общего образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант II) МБОУ СОШИ;
- Учебный план МБОУ СОШИ;
- Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ в МБОУ СОШИ.

**Цель:** повышение уровня самостоятельности и независимости в процессе самообслуживания, формирование представлений о себе самом и о людях ближайшего окружения.

### **Задачи программы:**

- формировать представления о себе и о собственном теле;
- способствовать осознанию общности и различий с другими (пол, возраст);
- учить распознавать свои ощущения и обогащение сенсорного опыта;
- учить соотносить себя со своим именем, отражением в зеркале;
- развивать способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать умения определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты с необходимыми гигиеническими процедурами (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения обслуживать себя, следить за своим внешним видом;

- формировать представления о своих обязанностях, бытовой и досуговой деятельности;
- формировать положительное отношение ребенка к обучению, собственной активности ребенка;
- формировать устойчивую мотивацию к выполнению заданий;
- формировать целенаправленные действия, планирования и контроля деятельности;
- развивать способность применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

### **Методы:**

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

- практические, словесные, наглядные (по источнику изложения учебного материала);
- репродуктивные, объяснительно-иллюстративные;
- игровые;
- методы стимулирования учебно-познавательной деятельности, определённые поощрения в формировании мотивации.

## **2. Общая характеристика учебного предмета**

Приобщение обучающегося к социальному миру начинается с развития представлений о себе. Становление личности ребенка происходит при условии его активности, познания им окружающего мира, смысла человеческих отношений, осознания себя в системе социального мира. Социальную природу «я» ребенок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими родными и близкими.

Содержание обучения в рамках предмета "Человек" включает формирование представлений о себе как "Я" и своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Например, работа по формированию таких гигиенических навыков, как мытье рук, питье из кружки и др., проводится с детьми младшего возраста, а обучение бритью, уходу за кожей лица, мытью в душе и др. проводится с детьми более старшего возраста.

Большинство разделов включает задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. 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 и т.д.

При формировании навыков самообслуживания важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания.

### *Характеристика обучающихся*

Для обучающихся, получающих образование АООП УО (вариант 2), характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых обучающихся выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

Обучающиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Обучающиеся одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может существенно различаться. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. У обучающихся с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотнесение слова и предмета, слова и действия. По уровню сформированности речи выделяются обучающиеся с отсутствием речи, со звукокомплексами, с высказыванием на уровне отдельных слов, с наличием фраз. При этом речь невнятная, косноязычная, малораспространенная, с аграмматизмами. Ввиду этого при обучении большей части данной категории обучающихся используют разнообразные средства невербальной коммуникации. Внимание обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий. Процесс запоминания является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Обучающимся трудно понять ситуацию, вычленить в ней главное и установить причинно-следственные связи, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития обучающихся, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки, а также навыков несложных трудовых действий. У части обучающихся с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других - повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. У большинства обучающихся с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур.

Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

Обучающиеся с глубокой умственной отсталостью часто не владеют речью, они постоянно нуждаются в уходе и присмотре. Значительная часть обучающихся с тяжелой, глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о ТМНР, которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих. Различные нарушения влияют на развитие человека не по отдельности, а в совокупности, образуя сложные сочетания. В связи с этим человек требует значительной помощи, объем которой существенно превышает содержание и качество поддержки, оказываемой при каком-то одном нарушении: интеллектуальном или физическом.

Уровень психофизического развития обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности обучающегося, как в семье, так и в обществе. Динамика развития обучающихся данной группы определяется рядом факторов: этиологией, патогенезом нарушений, временем возникновения и сроками выявления отклонений, характером и степенью выраженности каждого из первичных расстройств, спецификой их сочетания, а также сроками начала, объемом и качеством оказываемой коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении "академического" компонента

различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, обучающиеся не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Особенности и своеобразие психофизического развития обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяют специфику их образовательных потребностей. Умственная отсталость обучающихся данной категории, как правило, в той или иной форме осложнена нарушениями опорно-двигательных функций, сенсорными, соматическими нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы или другими нарушениями, различное сочетание которых определяет особые образовательные потребности обучающихся. Наиболее характерные особенности обучающихся позволяют выделить, с точки зрения их потребности в специальных условиях, три условные группы, каждая из которых включает обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР.

Часть обучающихся, отнесенных к категории обучающихся с ТМНР, имеет тяжелые нарушения неврологического генеза - сложные формы детского церебрального паралича (далее - ДЦП), спастический тетрапарез, гиперкинез, вследствие которых они полностью или почти полностью зависят от помощи окружающих их людей в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности, коммуникации. Большинство обучающихся этой группы не может самостоятельно удерживать тело в положении сидя. Процесс общения затруднен из-за органического поражения речевого аппарата и невозможности овладения средствами речи.

Вместе с тем, интеллектуальное развитие таких обучающихся может быть различно по степени умственной отсталости и колеблется (от легкой до глубокой).

Обучающиеся с умеренной формой интеллектуального недоразвития проявляют элементарные способности к развитию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у этой группы обучающихся проявляется интерес к общению и взаимодействию с обучающимися и взрослыми, что является позитивной предпосылкой для обучения обучающихся вербальным и невербальным средствам коммуникации. Их интеллектуальное развитие позволяет овладевать основами счета, письма, чтения. Способность обучающегося к выполнению некоторых двигательных действий: захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи, головы создает предпосылки для обучения некоторым приемам и способам по самообслуживанию и развитию предметно-практической и трудовой деятельности.

Особенности развития другой группы обучающихся обусловлены выраженными нарушениями поведения (чаще как следствие аутистических

расстройств). Они проявляются в расторможенности, "полевым", нередко агрессивном поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Аутистические проявления затрудняют установление подлинной тяжести интеллектуального недоразвития, так как контакт с окружающими отсутствует или возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребенку требуется помощь в удовлетворении потребности. У обучающихся названной группы нет интереса к деятельности окружающих, они не проявляют ответных реакций на попытки взрослого организовать их взаимодействие со сверстниками. Эти обучающиеся не откликаются на просьбы, обращения в случаях, запрещающих то или иное действие, проявляют агрессию или самоагрессию, бросают игрушки, предметы, демонстрируют деструктивные действия. Такие реакции наблюдаются при смене привычной для обучающегося обстановки, наличии рядом незнакомых людей, в шумных местах. Особенности физического и эмоционально-волевого развития обучающихся с аутистическими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов.

У третьей группы обучающихся отсутствуют выраженные нарушения движений и моторики, они могут передвигаться самостоятельно. Моторная дефицитарность проявляется в замедленности темпа, недостаточной согласованности и координации движений. У части обучающихся также наблюдаются деструктивные формы поведения, стереотипии, избегание контактов с окружающими и другие черты, сходные с обучающимися, описанными выше. Интеллектуальное недоразвитие проявляется, преимущественно, в форме умеренной степени умственной отсталости. Большая часть обучающихся данной группы владеет элементарной речью: могут выразить простыми словами и предложениями свои потребности, сообщить о выполненном действии, ответить на вопрос взрослого отдельными словами, словосочетаниями или фразой. У некоторых - речь может быть развита на уровне развернутого высказывания, но часто носит формальный характер и не направлена на решение задач социальной коммуникации. Другая часть обучающихся, не владея речью, может осуществлять коммуникацию при помощи естественных жестов, графических изображений, вокализаций, отдельных слогов и стереотипного набора слов. Обучающиеся могут выполнять отдельные операции, входящие в состав предметных действий, но недостаточно осознанные мотивы деятельности, а также неустойчивость внимания и нарушение последовательности выполняемых операций, препятствуют выполнению действия как целого.

Описанные индивидуально-типологические особенности обучающихся учитывают также клинические аспекты онтогенеза, но не отражают общепринятую диагностику ОВЗ в части умственной отсталости (Международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ). Учет типологических особенностей с позиции специальной психологии и педагогики позволяет решать задачи организации условий обучения и воспитания обучающихся в образовательной организации,



имея в виду достаточное количество персонала и специалистов для удовлетворения потребностей в физическом сопровождении обучающихся, выбор необходимых технических средств индивидуальной помощи и обучения, планирование форм организации учебного процесса.

### **3. Место учебного предмета в учебном плане**

Адаптированная программа по учебному предмету «Человек» рассчитана на 34 учебных недели (68 часов, по 2 часа в неделю).

Срок реализации программы – 1 год - 2025-2026 учебный год.

#### **4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

##### **Личностные результаты**

- 1) Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) Социально – эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной части;
- 4) Формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) Освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) Развитие самостоятельности личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных сферах, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

##### **Предметные результаты**

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 «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания.

Умение сообщать (словом, жестом, символом) 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 и др.

Умение сообщать о своих потребностях и желаниях (словом, жестом, символом).

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.

## **Базовые учебные действия**

### **1. Создание благоприятной обстановки, способствующей формированию положительной мотивации и эмоциональному конструктивному взаимодействию с взрослыми и сверстниками**

спокойное пребывание в учебном помещении;

взаимодействие с группой обучающихся;

установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса.

#### ***ориентация в учебной среде***

нахождение места хранения игрушек;

нахождение своего (рабочего) места за столом;

нахождение места, предназначенного для игровой деятельности;

ориентация в расписании дня (последовательности событий/занятий).

### **2. Формирование учебного поведения**

поддержание правильной позы на занятии;

направленность взгляда на педагога;

направленность взгляда на задание;

подражание простым движениям и действиям с предметами;  
 выполнение простых речевых инструкций;  
 использование по назначению учебных материалов;  
 выполнение действий с предметами (по подражанию);  
 выполнение действий по наглядным алгоритмам.

### **3. Формирование умения выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками**

выполнение задания в течение определенного периода;  
 выполнение задания от начала до конца;  
 выполнение задания с заданными качественными параметрами.

## **Система контрольно – измерительных материалов освоения учебного предмета, система оценки достижений обучающихся**

### **Средства мониторинга и оценка динамики обучения**

Показатели самостоятельности учащегося	
<b>1. Пассивное участие/ соучастие.</b> Действие выполняется взрослым (ребенок позволяет что-либо сделать с ним)	<b>0</b>
<b>2. Активное участие.</b> Действие выполняется ребенком:	
– со значительной помощью взрослого	<b>1</b>
– с частичной (менее значительной) помощью взрослого	<b>2</b>
– с минимальной помощью, по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	<b>3</b>
– по подражанию или по образцу	<b>4</b>
– полностью самостоятельно	<b>5</b>

## **Система контрольно – измерительных материалов освоения коррекционного курса, система оценки достижений обучающихся.**

	<b>1</b> полугодие	<b>2</b> полугодие
<b>1. Представления о себе</b>		
• Отнесение себя к определенному полу.		

• Соотнесение себя со своим именем, отражением в зеркале.		
• Называние своего имени, фамилии и отчества		
• Называние домашнего адреса		
• Называние своего возраста (даты рождения).		
<b>2. Гигиена и здоровье</b>		
• Правила поведения в школе		
• Соблюдение режима дня школьника		
• Узнавание (различение) возрастных изменений человека		
• Уход за телом, волосами и т.д.		
• Уход за ногтями		
• Правила гигиены		
• Знание значения сна, бодрствования, отдыха		
<b>3. Обращение с одеждой и обувью</b>		
• Узнавание (различение) предметов одежды		
• Различение одежды:		
— Школьная одежда		
— Домашняя одежда		
— Спортивная одежда		
— Праздничная одежда		
• Узнавание (различение) предметов обуви:		
• Правила ухода за обувью		
• Различение сезонной одежды:		
— зимняя		
— летняя		
— демисезонная		
• Расстегивание (застегивание)		
— липучки		
— молнии		
— пуговиц		
<b>4. Туалет</b>		
— Соблюдение последовательности действий в туалете		
— Умение сказать или показать жестом о желании сходить в туалет		
— Различение туалета для мальчиков и для девочек		
<b>4. Семья</b>		
• Представления о людях младшего и старшего возраста		
• Представления о людях ближайшего окружения, их обязанностях.		

• Представления о профессиях членов семьи		
• Представления о досуге семьи		

### **Средства мониторинга и оценка динамики обучения.**

Показатели самостоятельности учащегося	
<b>3. Пассивное участие/ соучастие.</b> Действие выполняется взрослым (ребенок позволяет что-либо сделать с ним)	<b>0</b>
<b>4. Активное участие.</b> Действие выполняется ребенком:	
– со значительной помощью взрослого	<b>1</b>
– с частичной (менее значительной) помощью взрослого	<b>2</b>
– с минимальной помощью, по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	<b>3</b>
– по подражанию или по образцу	<b>4</b>
– полностью самостоятельно	<b>5</b>

## **5. Содержание учебного предмета**

Программа по предмету «Человек» представлена следующими разделами: «Представление о себе», «Гигиена тела», «Обращение с одеждой и обувью», «Туалет», «Прием пищи», «Семья».

### ***Раздел 1. «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. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние (узнавание, показ) своего имени, фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе

### ***Раздел 2. «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.

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.

Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, выключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание головы.

Мытье ушей. Чистка ушей.

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

### ***Раздел 3. «Обращение с одеждой и обувью»***

Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, 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). 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 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). 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 4. «Туалет»***

Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/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 5. «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 кусочков пищи, поднесение вилки с пищей ко рту, снятие с вилки пищи губами, опускание вилки в тарелку. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку.

### **Раздел 6. «Семья»**

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

<b>№</b>	<b>Наименование разделов</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1.</b>	Представление о себе	8
<b>2.</b>	Гигиена тела	22
<b>3.</b>	Обращение с одеждой и обувью	8
<b>4.</b>	Туалет	6
<b>5.</b>	Прием пищи	12
<b>6.</b>	Семья	12
	<b>Итого</b>	<b>68</b>

## 6. Тематическое планирование по учебному предмету «Человек»

№	Тема	Цели, задачи	Оборудование	Планируемый результат
<b>Представления о себе</b>				
1	Встреча с учителем и одноклассниками	Продолжать учить сообщать общие сведения о себе. Актуализировать и развивать речевые навыки. Развивать память, внимание	Фотографии; картинки, видеоальбом «Наш класс»	Знать и называть свое имя, фамилию, отчество, свой возраст, домашний адрес. Уметь элементарно представлять свой пол и ролевое поведение мальчика и девочки
2-3	Фамилия, имя, отчество. Домашний адрес. Сообщение сведений о себе			
4-5	Сообщение о состоянии своего здоровья	Продолжать учить вовремя сообщать о состоянии своего здоровья. Формировать привычку вести ЗОЖ		Уметь сообщить о состоянии своего здоровья
6-7	Сообщение о своем настроении	Учить рассказывать о своем настроении. Актуализировать и развивать речевые навыки. Развивать память, внимание	Набор картинок, карточки с напечатанными словами (хорошо, весело, грустно, плохо)	Уметь рассказывать о своем настроении с помощью учителя, пиктограмм. Использовать пиктограммы и показывать свои эмоции настроения
<b>Гигиена и здоровье</b>				
8-9	Правила поведения в школе		Презентация: «Правила поведения в школе», Демонстрационный	Знать правила поведения в школе. Уметь их соблюдать

			материал	
10-11	Режим дня школьника	Продолжать формировать умения соблюдать режим дня. Закрепить значение соблюдения правил здорового образа жизни для человека	Презентация: «Режим дня школьника»; презентация: «Правила поведения в гостях», иллюстрации, картинки	Знать и понимать значение режима дня на здоровье человека
12-13	Что такое ЗОЖ	Продолжать формировать представление о ЗОЖ. Закрепить значение соблюдения правил здорового образа жизни для человека	Сюжетные и предметные картинки, символы	Знать и понимать значение ЗОЖ для здоровья человека
14-15	Гигиена тела Предметы личной гигиены	Формировать представления о гигиене тела, о предметах личной гигиены. Объяснить и закрепить значение соблюдения правил личной гигиены для человека.	Сюжетные и предметные картинки, предметы личной гигиены	Знать: некоторые предметы личной гигиены. Уметь: соблюдать правила гигиены, пользоваться предметами личной гигиены
16-17	Уход за руками, лицом	Закрепить умения соблюдать последовательность при мытье лица, рук. Учить наносить крем на руки. Закрепить гигиенические навыки	Сюжетные и предметные картинки, полотенце, мыло, крем	Знать: некоторые предметы личной гигиены. Уметь: соблюдать последовательность при мытье рук, лица; наносить крем на руки
18-19	Чистка зубов. Очищение	Формировать умение чистить зубы,	Сюжетные и	Знать: признаки

	носового хода	очищать носовые ходы. Закрепить гигиенические навыки. Формировать представления о здоровом образе жизни	предметные картинки, символы	собственного здоровья. Уметь: определять свое самочувствие; сообщать взрослым о своем болезненном самочувствии
20-21	Уход за волосами. Сушка волос феном	Закрепить умения ухаживать за волосами. Учить пользоваться феном, соблюдать правила безопасности при пользовании феном. Формировать навыки здорового образа жизни	Сюжетные и предметные картинки, фен	Знать и соблюдать: правила безопасного поведения при использовании фена
22-23	Мытье ушей. Чистка ушей. Самомассаж ушной раковины	Учить применять гигиенические навыки на практике. Объяснить и закрепить значение соблюдения правил личной гигиены для человека. Учить выполнять действия по образцу и самостоятельно	Сюжетные и предметные картинки, ватные палочки	Знать: правила личной гигиены. Уметь: выполнять действия самостоятельно и по образцу

24-25	Уход за ногами	Учить соблюдать последовательность действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног. Объяснить и закрепить значение соблюдения правил личной гигиены для человека. Формировать навыки здорового образа жизни	Сюжетные и предметные картинки	Знать: правила личной гигиены. Уметь: выполнять действия самостоятельно и по образцу
26-27	Уход за ногтями	Учить применять гигиенические навыки на практике. Объяснить и закрепить значение соблюдения правил личной гигиены для человека. Учить выполнять действия по образцу и самостоятельно	Сюжетные и предметные картинки, мыло, щеточка и маникюрные ножницы	Знать: правила личной гигиены. Уметь: выполнять действия самостоятельно и по образцу
28-29	Гигиена интимной зоны	Учить пользоваться гигиеническими прокладками, косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами)	Гигиенические прокладки, косметические средства, предметные картинки	Знать: правила личной гигиены. Уметь: выполнять действия самостоятельно и по образцу
<b>Обращение с одеждой и обувью</b>				
30-31	Одежда. Виды одежды	Формировать представления об одежде, ее видах. Формировать представления о назначении одежды.	Сюжетные и предметные картинки, символы	Знать: некоторые виды одежды. Уметь: называть, показывать одежду,

		Активизировать и расширять словарный запас		подбирать одежду по образцу
32-33	Обувь. Виды обуви	Формировать представления об обуви, видах. Формировать представления о назначении обуви. Активизировать и расширять словарный запас	Сюжетные и предметные картинки, символы	Знать: некоторые виды обуви. Уметь: называть, показывать обувь, подбирать обувь по образцу
34-35	Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная)	Формировать представления о сезонной одежде, ее разнообразии. Учить последовательности действий при надевании и снятии одежды	Сюжетные и предметные картинки, предметы одежды.	Знать: виды сезонной одежды. Уметь: называть, показывать одежду, подбирать одежду по сезону
36-37	Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная)	Формировать представления сезонной обуви, ее разнообразии. Учить последовательности действий при надевании и снятии обуви	Сюжетные и предметные картинки, обувь	Знать: некоторые виды сезонной обуви. Уметь: называть, показывать обувь, подбирать обувь по сезону
38-39	Уход за одеждой	Продолжать учить уходу за одеждой и обувью. Закреплять умения соблюдать последовательность ухода. Закреплять гигиенические навыки	Сюжетные и предметные картинки	Знать: правила ухода за одеждой и обувью. Уметь: следить за чистотой одежды и обуви
40-41	Уход за обувью			
Прием пищи				
42-43	Правила поведения	Продолжать учить правилам	Презентация:	Уметь соблюдать правила

	за столом	поведения за столом. Воспитывать аккуратность	«Правила поведения за столом»	поведения за столом
44-45	Столовые приборы Правила пользования	Продолжать учить узнавать и различать столовые приборы. Формировать умение пользоваться столовыми приборами	Столовые приборы, презентация: «Столовые приборы»	Знать: правила пользования столовыми приборами Уметь: узнавать и различать
46-47	Культура еды: пользование ложкой и вилкой	Продолжать учить правильно пользоваться ложкой и вилкой Формировать умение пользоваться столовыми приборами. Закреплять гигиенические навыки.	Столовые приборы, презентация: «Столовые приборы», сюжетные картинки	Знать: правила пользования столовыми приборами Уметь: узнавать и различать
48-49	Культура еды: пользование салфеткой	Учить использовать салфетки во время приема пищи. Формировать умение пользоваться салфетками. Закреплять гигиенические навыки	Столовые приборы, презентация: «Столовые приборы», сюжетные картинки	Знать: правила культурного поведения за столом Уметь: пользоваться салфетками
50-51	Правила приема пищи. Первое, второе, третье блюдо	Учить соблюдению правил питания. и приема пищи, соблюдать режим питания, используя разнообразные продукты. Формировать умение различать и называть полезные продукты питания	Картинки, карточки	Знать: правила здорового питания Уметь: узнавать и различать полезные и вредные продукты
52-53	Питаемся правильно			
Туалет				
54-55	Правила посещения туалета	Продолжать учить соблюдать последовательность действий в	Сюжетные и предметные	Знать: последовательность

56-57	Туалет для мальчиков и для девочек	туалете. Воспитывать аккуратность	картинки и символы	действий в туалете. Уметь: пользоваться туалетом
58-59	Как пользоваться санузлом			
Семья				
60-61	«Я и моя семья»	Формировать умение различать и называть (словом, жестом, символом) членов семьи. Закрепить знания обучающихся об обязанностях членов семьи, семейных праздниках. Развивать умения составлять фразы и предложения(словом, жестом, символом) по данной теме	Сюжетные и предметные картинки, фотографии членов семьи	Знать: членов своей семьи, их обязанности, семейный праздники; правила поведения во время праздников. Уметь: различать и называть (словом, жестом, символом) членов семьи; называть (словом, жестом, символом) обязанности; составлять фразы и предложения по данной теме
62	Моя семья. Мама, папа. Братья, сестры			
63	Мои занятия в семье			
64	Семейные праздники и традиции			
65	Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.			
66-67	Представление о профессиональной деятельности членов семьи.			
68	Семейные праздники.			



## **7. Материально-техническое обеспечение учебного предмета образовательной деятельности**

- 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. - Виды одежды и обуви.
- Предметы личной гигиены (мыло, полотенце, расческа, мочалка, зубная паста и зубная щетка, носовой платок и др.).
- Виды одежды и обуви;
- Предметы личной гигиены (мыло, полотенце, расческа, мочалка, зубная паста и зубная щетка, носовой платок и др.);
- 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.
- Технические средства: компьютер, мультимедийное оборудование.