

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЧЕЛОВЕК» для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) и интеллектуальными нарушениями (вариант 8.4) **Срок реализации: 6 лет обучения. Уровень образования: начальное общее образование (1 дополнительный класс 1 – 4 класс)**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учитывает специфику психофизического развития обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС): потребность в визуальной поддержке, структурировании среды, предсказуемости алгоритмов деятельности и многократном повторении.

Освоение предметного содержания направлено не на формирование академических знаний, а на развитие жизненных компетенций, социализацию и обеспечение безопасности обучающегося в быту и природной среде.

Обучение строится исключительно на наглядно-практической основе с максимальным использованием средств альтернативной и дополнительной коммуникации (АДК), опорой на сенсорный опыт и жесткую предсказуемость среды.

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

Специфика учебного предмета «Человек» заключается в формировании жизненных компетенций как основы социальной адаптации данной категории обучающихся. В отличие от академических предметов, целью является не накопление знаний, а формирование способности к самостоятельному проживанию, безопасному поведению и взаимодействию. Обучение направлено на формирование представлений о себе как "Я", своем ближайшем окружении и повышение уровня самостоятельности в быту. Программа реализуется через поэтапное овладение отдельными операциями с последующим их объединением в целостное действие с использованием альтернативных средств коммуникации. Процесс обучения предусматривает обязательное объединение усилий специалистов образовательной организации и родителей (законных представителей).

Цель программы: Формирование жизненных компетенций, обеспечивающих максимально возможную самостоятельность обучающегося с расстройствами аутистического спектра (РАС) и интеллектуальными нарушениями в быту, развитие самосознания («Я-концепции») и успешная социальная адаптация через освоение навыков безопасного взаимодействия с предметным миром и окружающими людьми.

Задачи программы:

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие группы задач:

1. Коррекционно-развивающие задачи

- **Развитие сенсорной интеграции:** снижение гипер- или гипочувствительности к тактильным, температурным и обонятельным стимулам (вода, мыло, текстура одежды, вкус пищи).
- **Формирование схемы тела:** преодоление нарушений проприоцептивной системы, осознание границ собственного тела, различение правой и левой сторон.
- **Развитие крупной и мелкой моторики:** улучшение координации движений, равновесия, манипулятивной функции рук для выполнения действий с одеждой, приборами и средствами гигиены.
- **Формирование зрительно-моторной координации:** обучение соотношению движения руки с визуальной целью (попадание ложкой в рот, застегивание пуговицы).

2. Образовательные задачи (формирование академических компонентов)

- **Освоение алгоритмов деятельности:** формирование умения следовать пошаговой вербальной, визуальной (пиктограммы, фото-подсказки) или физической инструкции при выполнении цепочки действий (алгоритм мытья рук, одевания, приема пищи).
- **Накопление пассивного и активного словаря:** усвоение номинативной лексики по темам «Тело», «Одежда», «Семья», «Продукты», «Гигиена»; глагольной лексики, обозначающей действия; наречий, обозначающих признаки (горячо/холодно, мокро/сухо).
- **Формирование элементарных математических представлений:** в рамках финансовой грамотности — знакомство с формой монет, их номиналом, счетом предметов в пределах практической необходимости.
- **Формирование базовых учебных действий:** умение принимать учебную задачу от педагога, использовать предложенный алгоритм, осуществлять элементарный самоконтроль результата (опрятность, чистота).

3. Воспитательные задачи

- **Формирование навыков самообслуживания:** воспитание опрятности, привычки следить за своим внешним видом, потребности в чистоте.
- **Воспитание социальной приемлемости поведения:** соблюдение правил поведения за столом, в туалете, в общественных местах; контроль естественных отправлений.
- **Формирование коммуникативных навыков:** использование доступных средств общения (речь, жесты, карточки PECS) для выражения физиологических потребностей (голод, жажда, желание в туалет), просьбы о помощи и сообщения о плохом самочувствии.
- **Воспитание основ безопасности:** разграничение понятий «свой — чужой» (цифровая безопасность), осторожное обращение с электроприборами (фен, сушилка), понимание опасности горячего.
- **Воспитание ценностного отношения к семье:** формирование привязанности, чувства принадлежности к семейной группе, умения проявлять благодарность и доброжелательность.

4. Задачи социализации и адаптации

- **Повышение уровня бытовой автономии:** перенос сформированных узкоспециализированных навыков в естественные условия жизни (столовая школы, домашний санузел, прогулка).

- **Снижение доли патологической зависимости от взрослого:** минимизация количества физических подсказок при обслуживании себя, переход к выполнению действий по показу или знаку.
- **Формирование экономического сознания:** подготовка к элементарным финансовым операциям (понимание факта оплаты товара, хранение кошелька/карты).
- **Адаптация к изменениям среды:** способность сохранять спокойствие и выполнять привычные алгоритмы при смене обстановки (например, другой дизайн ванной комнаты или новые столовые приборы).

2. Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Человек» носит ярко выраженный практико-ориентированный характер. Освоение содержания невозможно исключительно вербальным путем ввиду особенностей психофизического развития обучающихся (трудности генерализации навыков, слабая переносимость теоретических знаний в практику). Обучение строится на следующих принципах:

- **Алгоритмизация:** каждое сложное бытовое действие разбивается на минимальные операции.
- **Мультимодальность:** одновременное использование речевой инструкции, визуальной опоры (пиктограммы, фото-подсказки) и физической подсказки.
- **Сенсо-моторная опора:** активное задействование тактильных, обонятельных и двигательных анализаторов.
- **Социальная значимость:** навыки формируются в естественных или максимально приближенных к ним ситуациях (столовая, туалетная комната, раздевалка).

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Человек» входит в обязательную часть учебного плана АООП (вариант 8.4).

- Дополнительные первые классы: 33 учебные недели × 3 часа = 99 часов в год.
- 1–4 классы: 34 учебные недели × 3 часа = 102 часа в год.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Требования представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся. Оценка носит качественный характер: «выполняет самостоятельно», «выполняет с частичной физической/вербальной помощью», «выполняет по подражанию/образцу».

Личностные результаты:

1. Формирование основ самосознания: представление о себе как «Я». Соотнесение себя со своим именем, изображением на фотографии, отражением в зеркале.
2. Отнесение себя к определенному полу.
3. Проявление эмоционального отклика на заботу близких людей, стремление к взаимодействию.
4. Адекватное отношение к своим возрастным изменениям.
5. Осознание ценности личного имущества и безопасности своих данных (цифрового профиля).
6. Эмоционально-положительное отношение к трудовой деятельности (помощь взрослым).

Предметные результаты (минимальный и достаточный уровни):

Направление	Минимальный уровень (обучающийся выполняет направляющей стимулирующей помощью педагога)	Достаточный уровень (обучающийся выполняет по показу, образцу или пошаговой вербальной инструкции)
1. Самоидентификация	Показывает на себе названные учителем части тела. Реагирует на свое имя улыбкой или поворотом головы.	Называет свое имя, фамилию, пол. Показывает на себе основные части тела по просьбе. Сообщает свой возраст.
2. Самообслуживание	Выполняет отдельные операции (например, только намыливает руки или только ест ложкой кашу) с физической помощью.	Выполняет цепочку действий (мытьё рук, чистка зубов, прием пищи ложкой) с частичной помощью или по речевой инструкции.
3. Здоровье и режим	Принимает участие в гигиенических процедурах без активного сопротивления.	Сообщает взрослому о плохом самочувствии доступными средствами. Соблюдает последовательность утреннего/вечернего туалета. Следит за внешним видом.
4. Бытовые навыки	Помогает накрывать на стол (подаёт ложки). Участвует в процессе одевания, подавая предметы одежды.	Самостоятельно пользуется туалетом и выполняет гигиенические процедуры после него. Самостоятельно ест жидкую и твердую пищу приборами. Частично одевается сам.
5. Семья	По фотографии узнает маму и папу, проявляет радость.	Называет членов своей семьи. Знает свою социальную роль (сын/дочь). Различает бытовую деятельность взрослых.
6. Цифровая безопасность	Не отбирает чужое устройство, держит свое двумя руками.	Показывает знакомого/незнакомого человека на фото. Перед тем как сфотографировать, смотрит на взрослого за разрешением.
7. Финансовая грамотность	В игре «Магазин» берет кошелек/карту из сумки по напоминанию.	В имитированной ситуации передает кассиру монету в 10 рублей за покупку стоимостью 10 рублей. Прикладывает карту к терминалу по жестовому указанию.

5. Содержание учебного предмета

Раздел 1. Представления о себе Идентификация имени, пола; название ФИО; представления о частях тела и лица; упрощенное строение организма; возраст и дата

рождения; состояние здоровья и режим дня; рассказ о себе и свободном времени (с визуальной опорой).

Раздел 2. Семья Узнавание и называние родственников; родственные отношения; бытовые роли членов семьи; профессиональная деятельность (упрощенно); семейные традиции; правила общения; рассказ о семье (семейный альбом).

Раздел 3. Гигиена тела Умывание (регулировка воды, алгоритм, сушилka); уход за лицом (чистка зубов, носовой платок, кремы); уход за волосами и телом (мытье, стрижка ногтей, мытье ног); интимная гигиена; косметические средства.

Раздел 4. Туалет Сообщение о потребности; посадка на унитаз; манипуляции с одеждой; оправление нужды; пользование бумагой/салфетками; слив; мытье рук.

Раздел 5. Одевание и раздевание Ориентация в одежде (изнанка, лево-право); надевание вещей; обувание; застегивание (липучки — шнурки); выворачивание; последовательность комплекта; контроль внешнего вида.

Раздел 6. Прием пищи Сообщение о голоде/жажде; питье из кружки и соломинки; еда руками, ложкой, вилкой; использование ножа; салфетка; накладывание пищи.

Раздел 7. Цифровая безопасность и коммуникация Правила обращения с устройством; опасность ссылок; личные границы при фотографировании; реакция на кибербуллинг; разница реального и виртуального общения.

Раздел 8. Основы финансовой грамотности Деньги vs игровые фишки; номинал монет/купюр; передача суммы за товар; понятия «купил», «получил сдачу»; прикладывание карты; хранение кошелька.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Раздел / Класс	Доп. 1 класс (99 ч)	1 класс (102 ч)	2 класс (102 ч)	3 класс (102 ч)	4 класс (102 ч)	Основные виды учебной деятельности
Представления о себе	20	18	14	12	10	Работа с зеркалом; дидактическая игра «Покажи на кукле/на себе»; рассматривание фотографий; упражнения на идентификацию возраста.
Семья	15	14	12	10	10	Составление генеалогического древа (макета); лото «Кто что делает?»; сюжетно-ролевая игра «Семейный ужин».
Гигиена тела	25	26	24	26	28	Практические упражнения у раковины; выполнение алгоритма по пиктограммам; работа с сенсорными материалами (мыло, полотенце).
Туалет	15	16	16	16	16	Использование коммуникативной карточки PECS; многократное проигрывание алгоритма на макете/модели; поощрение инициативы.

Раздел / Класс	Доп. 1 класс (99 ч)	1 класс (102 ч)	2 класс (102 ч)	3 класс (102 ч)	4 класс (102 ч)	Основные виды учебной деятельности
Одевание и раздевание	12	14	16	18	18	Упражнения на развитие мелкой моторики (шнуровку, кнопки); действия перед зеркалом; игры-соревнования на скорость (без стресса).
Прием пищи	12	14	14	14	14	Тренировка захвата приборов; имитация движений «до рта»; практические пробы в школьной столовой; сервировка кукольного стола.
Цифровая безопасность	—	—	4	4	4	Просмотр видеопоследовательностей; упражнение «Свой-чужой» по фото; моделирование ситуации звонка.
Финансовая грамотность	—	—	2	2	2	Игровые ситуации «Магазин»; сортировка игровых монет; упражнение «Прикладывание карты к терминалу».
Итого:	99	102	102	102	102	

Примечание: Распределение часов корректируется исходя из динамики формирования навыка. Начиная со 2 класса вводятся часы на цифровую безопасность и финансовую грамотность, интегрируемые в соответствующие блоки.

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

- **Демонстрационные материалы:** предметные и сюжетные картинки, фотографии членов семьи, пиктограммы действий (включая социальные истории), видеозаписи алгоритмов поведения, семейный альбом, муляжи продуктов питания.
- **Дидактические пособия:** рабочие тетради с крупными заданиями, адаптированные чек-листы (визуальные расписания) бытовых процедур.
- **Оборудование помещений:** зеркала (настенные индивидуальные), столы и стулья с подлокотниками/подножками, специализированная мебель для зоны гигиены.
- **Средства личной гигиены:** комплекты зубных щеток и пасты, мыла, шампуней, полотенец, бумажных салфеток, туалетной бумаги, влажных салфеток, дезодоранта, гигиенических прокладок (демонстрационный набор).
- **Инструменты ухода:** ножницы с тупыми концами, пилочки для ногтей, расчески, фен.
- **Столовые приборы и посуда:** кружки разного диаметра (включая с двумя ручками), тарелки (глубокие, плоские), столовые и чайные ложки, вилки, детские безопасные ножи, соломинки, салфетки тканевые и бумажные, кувшины.
- **Элементы цифровой среды:** демонстрационные мобильные телефоны, планшеты для просмотра видео-моделей, проектор.

- **Материалы по финансовой грамотности:** адаптированные банковские карты (игровые/демонстрационные), макеты монет и купюр разного номинала, игрушечный кассовый аппарат, корзина для покупок.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 1 дополнительный класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 99 (33 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть (24 часа)(Разделы: Представления о себе, Семья)							
1–3	Я — мальчик. Мое имя. Узнавание себя в зеркале.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Игра «Покажи на кукле и на себе нос/глаза». Работа с индивидуальным зеркалом.	Видеоупражнение «Кто это?» (ФГИС); Анимация «Зеркало» (ЦОК).	Попросить родителей показать свое фото до года и сейчас.
4–6	Части тела: голова, руки, ноги. Игровые действия («похлопай», «помаши»).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Выполнение инструкций педагога с опорой на части тела.	Интерактивная игра «Собери человечка» (РЭШ).	Нарисовать ладошку и раскрасить пальчики.
7–9	Моя семья: мама, папа. Различение лиц на фотографиях.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №3: Составление фотоколлажа «Моя семья» (наклейка готовых фото).	Сюжетные картинки «Семья за обедом» (ЦОК).	Рассмотреть семейный альбом вместе со взрослыми.
10–12	Быт семьи: кто готовит еду, кто	Комбинированный урок	3		Пр.р. №4: Сортировка	Короткий мультфильм о	Помочь убрать одну игрушку в

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	убирает.				картинок «Еда» (мама) и «Пылесос» (папа).	помощи родителям (до 2 мин).	коробку.
13–15	Режим дня: утро (подъем, умывание), вечер (сон).	Урок систематизации знаний	3		Пр.р. №5: Раскладывание пиктограмм режима дня по порядку (с помощью).	Презентация-схема «Утро-Вечер» (ЦОК).	Посмотреть в окно утром (светло) и вечером (темно).
16–18	Здоровье: хорошее и плохое самочувствие (боль). Сообщение жестом/символом.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №6: Выбор карточки «Я здоров» или «У меня болит живот» при вербальном описании ситуации взрослым.	Аудиозапись плача/улыбки для различения эмоций (ЦОК).	Показать маме карточку, если устал.
19–21	Полезные привычки: мытье рук перед едой. Алгоритм из 2 действий.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №7: Имитация мытья рук под стук метронома (включил-выключил).	Обучающий ролик «Микробы на руках» (визуализированный).	Вытереть мокрые руки полотенцем после прогулки.
22–24	Повторение тем четверти.	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Лото «Найди свою	Фотографии одноклассников	Принести чистую расческу из дома.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	Идентификация своего фото среди чужих.				маму/папу».	(игра «Чей портрет?»).	
II четверть (21 час) <i>(Разделы: Гигиена тела, Одевание)</i>							
25–27	Гигиена лица: вытирание лица салфеткой после еды.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №9: Протирание губ бумажной салфеткой (без размазывания).	Инструкция в картинках «Как пользоваться платком» (ЦОК).	Положить использованную салфетку в мусорное ведро.
28–30	Чистка зубов. Знакомство со щеткой и пастой. Сухая чистка.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №10: Отработка захвата щетки тремя пальцами без пасты.	Видеоролик «Чистим зубы с Бобром» (РЭШ).	Найти свою зубную щетку в стаканчике.
31–33	Мытье рук: открывание крана, намачивание, намыливание.	Урок формирования умений	3		Пр.р. №11: Упражнение с мылом-пищевой пленкой (движение ладоней).	Песенка-мультфильм про мыло (ЦОК).	Намочить тряпочку для пыли и протереть стол.
34–36	Одевание: различие лицевой и	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №12: Раскладывание футболок на две	Интерактив «Оденем куклу правильно» (ФГИС).	Проверить, не надеты ли носки наизнанку.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	изнаночной стороны одежды.				стопки (где рисунок — там лицо).		
37–39	Застегивание липучек на обуви и одежде.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №13: Тренировка на дидактическом панно «Застегни коврик».	Обучающая анимация «Липучка» (ЦОК).	Попытаться расстегнуть липучки на куртке самостоятельно.
40–42	Надевание носков. Понятие «правый-левый» (по вышивке).	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №14: Натягивание носка на ногу с физической подсказкой за пятку.	Картинка-подсказка «Где пяточка?» (распечатка).	Сложить свои носки парами после стирки.
43–45	Обувание тапочек/сменной обуви.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №15: Поиск своей пары обуви в общей раздевалке по опознавательному знаку.	Видеоинструкция «Надеваем ботинки» (ЦОК).	Поставить обувь ровно на полочку мысками вперед.
III четверть (30 часов) (Разделы: Прием пищи, Туалет)							
46–48	Прием пищи:	Урок открытия	3		Пр.р. №16:	Фотоинструкция	Налить воды в

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	питье из кружки двумя руками. Захват ручки.	новых знаний			Перенос пустой пластиковой кружки от стола к кулеру и обратно.	«Держи крепко» (ЦОК).	собачью миску (если есть питомец).
49–51	Еда ложкой густой пищи (каша, картофельное пюре).	Урок формирования умений	3		Пр.р. №17: Зачерпывание песка/манки глубокой ложкой и перенос в пустую банку.	Мультипликационный алгоритм пользования ложкой (РЭШ).	Помогать накладывать ложки сахара в чай (маме).
52–54	Использование салфетки во время еды.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №18: Протирание рта бумажной салфеткой перед проглатыванием.	Демонстрационное видео «Этикет за столом» (адаптированное).	Следить за наличием салфетки на своем месте.
55–57	Сообщение о желании пить (карточка/чашка символами PECS).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №19: Передача карточки «Пить» взрослому в момент жажды.	Набор коммуникативных карточек (ЦОК).	Подойти к холодильнику и показать на сок.
58–60	Туалет: сообщение о физиологической потребности (жест/слово).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №20: Использование сигнальной карточки «Туалет» до	Социальная история «Я хочу в туалет» (ЦОК).	Сказать взрослому новое слово сразу, как захотелось.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					выхода из класса.		
61–63	Сидение на унитазе. Спускание трусов до колен.	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №21: Упражнение на удержание равновесия сидя на скамье (симуляция).	Визуальное расписание «Шаги в туалете» (распечатка).	Самостоятельно спустить штаны перед посадкой.
64–66	Пользование туалетной бумагой (отрывание, комкание).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №22: Тренировка отрывания одного-двух квадратов бумаги.	Обучающий ролик «Сколько нужно бумаги» (ЦОК).	Поменять рулон бумаги в держателе (простой механизм).
67–69	Мытье рук после туалета (строгий алгоритм).	Урок закрепления	3		Пр.р. №23: Прохождение всего маршрута «Унитаз → Кран → Полотенце» без пропуска шагов.	Таймер-напоминание «Моем руки 20 секунд» (анимация).	Проверить сухость рук перед выходом из ванной.
70–72	Накладывание пищи в тарелку половником (суп, салат).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №24: Перенос крупы из одной миски в другую	Видео «Сервировка своими руками» (ЦОК).	Положить печенье в вазочку для гостей.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					половником (тренировка зачерпывания).		
73–75	Повторение тем III четверти.	Урок рефлексии	3		Пр.р. №25: Комплексная игра «Обед»: помыл руки $\rightarrow$ взял ложку $\rightarrow$ съел три ложки.	Интерактивный тренажер «Один день жизни» (ФГИС).	Выполнить одно действие самообслуживания молча.
IV четверть (24 часа) <i>(Разделы: Гигиена тела — усложненный уровень, Итоговый контроль)</i>							
76–78	Мытье головы шампунем. Закрывание глаз.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №26: Нанесение пены на голову мягкой губкой (симуляция в тазу).	Обучающий фильм «Ванная комната» (ЦОК).	Намочить волосы под душем (с помощью мамы).
79–81	Расчесывание	Комбинированный	3		Пр.р. №27:	Видеоинструкция	Причесать куклу

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	волос. Снятие волос со щетки.	й урок			Движения расческой сверху вниз перед зеркалом.	«Уход за волосами» (РЭШ).	или мягкую игрушку.
82–84	Стрижка ногтей ножницами (с прямыми лезвиями, под присмотром).	Урок-практикум	3		Пр.р. №28: Отрезание полосок картона безопасными ножницами.	Иллюстрация «Форма ногтя» (ЦОК).	Собрать обрезанные ногти и выбросить в мусор.
85–87	Одевание колготок. Поиск шва.	Урок формирования умений	3		Пр.р. №29: Сбор ткани колготок в гармошку перед натягиванием.	Анимированная схема надевания колготок (ЦОК).	Вывернуть снятую одежду на лицевую сторону.
88–90	Завязывание узла на шнурках (базовая петля).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №30: Шнуровка на дидактических ботинках (один узел).	Тренажер-игра «Завяжи бантик» (ФГИС).	Затянуть завязки на шапке или капюшоне.
91–93	Итоговая проверочная работа. Блок 1: Диалогическая речь. Назвать имя, фамилию, показать части тела по просьбе учителя.	Урок контроля знаний	1	КР №1 (устно)		Карточки-задания для итогового мониторинга (ЦОК).	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
94–96	Итоговая проверочная работа. Блок 2: Практический навык. Выполнить цепочку «Мытье рук» (открыть воду → намылить → смыть) без вербальной подсказки.	Урок контроля умений	1	КР №2 (практ.)	Пр.р. №31 (контрольная)	Чек-лист оценки навыка гигиены (ЦОК).	Нет
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 3: Коммуникативный навык. Использовать карточку «Хочу пить» в смоделированной ситуации.	Урок контроля навыков	1	КР №3 (коммун.)	Пр.р. №32 (контрольная)	Набор ситуаций-картинок «Что делать, если...» (ЦОК).	Нет

Примечания к организации учебного процесса:

- Типы уроков:** Для обучающихся с вариантом 8.4 преобладают уроки открытия новых знаний через наглядно-действенный показ и уроки формирования практических умений. Теоретические блоки сведены к минимуму.

2. **Контрольные работы:** Носят диагностический характер. Оценивается не правильность выполнения в общепринятом смысле, а степень самостоятельности (выполняет сам, выполняет с частичной физической помощью, выполняет по подражанию).
3. **Практические работы:** Являются основной формой деятельности на каждом уроке. В таблице выделены ключевые формируемые навыки.
4. **Домашнее задание:** Для данной категории детей домашнее задание носит характер включения отработанного навыка в естественную среду жизнедеятельности (бытовые поручения семье). Оно должно быть максимально конкретным и посильным.
5. **Электронные ресурсы:** Библиотека ЦОК (Цифровая образовательная платформа), РЭШ (Российская электронная школа) и ФГИС «Моя школа» используются исключительно как источник визуальных алгоритмов (социальных историй), адаптированных коротких роликов и интерактивных заданий с минимальным количеством текста и отвлекающих стимулов.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» второй 1 дополнительный класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 99 (33 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть (24 часа)(Разделы: Представления о себе — углубление, Семья)							
1–3	Мое полное имя и фамилия. Запись своего имени печатными буквами по трафарету.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Обводка контура своей подписи на бейдже.	Интерактивный тренажер «Напиши свое имя» (ЦОК).	Показать свою фамилию на шкафчике в раздевалке.
4–6	Мой возраст. Счет прожитых лет на пальцах/счетных палочках.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Выкладывание возраста свечами на	Анимация «День рождения» (ФГИС).	Посчитать свечи на реальном праздничном

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					муляже торта.		торте дома.
7–9	Полоролевая идентификация: различия во внешнем виде мальчиков и девочек (одежда, прическа).	Урок систематизации знаний	3		Пр.р. №3: Раскладывание кукольной одежды на две группы («для него», «для нее»).	Игра-сортировка «Мальчики и девочки» (РЭШ).	Нарисовать портрет друга/друзки из класса.
10–12	Родственные отношения: брат, сестра, бабушка, дедушка. Кто кому кем приходится.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №4: Составление схемы семьи (я посередине, мама слева, папа справа).	Видеосюжет «В гостях у бабушки» (ЦОК).	Позвонить бабушке вместе со взрослым и сказать «Привет».
13–15	Профессии родителей (упрощенно: где работают, делают).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №5: Подбор орудия труда к картинке профессии (молоток-папа-строитель).	Короткие ролики о профессиях (адаптированные, ЦОК).	Принести папину каску или мамин халат для выставки.
16–18	Семейные традиции: празднование Нового года, дня рождения.	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №6: Наклеивание фотографий с семейного праздника в альбом.	Презентация «Как мы празднуем» (визуализированная).	Украсить одно окно в доме наклейкой.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
19–21	Правила поведения за семейным столом (ждать всех, говорить «спасибо»).	Урок этической культуры	3		Пр.р. №7: Сюжетно-ролевая игра «Семейный ужин» с использованием карточек-подсказок.	Социальная история «У меня день рождения» (ЦОК).	Помочь раздать ложки членам семьи перед ужином.
22–24	Повторение тем четверти. Дифференциация понятий «свой — чужой» (семья/гости).	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Выбор правильного приветствия (объятие семье, кивок гостям).	Набор фото «Семья и гости» (игра-классификация).	Подготовить место для гостя (стул, салфетка).
II четверть (21 час) (Разделы: Гигиена тела — усложнение алгоритмов)							
25–27	Мытье рук: использование дозатора жидкого мыла, вытирание индивидуальным полотенцем.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №9: Нажатие на рычаг дозатора одной порцией мыла.	Инструкция-картинка «Жидкое мыло» (ЦОК).	Повесить свое мокрое полотенце ровно на крючок.
28–30	Чистка зубов: выдавливание	Урок-практикум	3		Пр.р. №10: Чистка зубов	Обучающий мультфильм «Тайна	Проверить чистоту щетки

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	пасты размером с горошину, вертикальные движения щеткой.				без воды 1 минуту под таймер-песочные часы.	зубной щетки» (РЭШ).	после использования.
31–33	Уход за лицом: умывание с мылом (избегая попадания в глаза), промокание лица.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №11: Нанесение увлажняющего крема на щеки и лоб массажными движениями.	Видеоурок «Утреннее умывание» (ЦОК).	Самостоятельно протереть очки (если носит) или экран планшета.
34–36	Гигиена при насморке: пользование тканевым носовым платком, его хранение в кармане.	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №12: Складывание использованного бумажного платка перед выбрасыванием.	Анимированная схема «Как чихать правильно» (ЦОК).	Положить чистый платок в карман куртки утром.
37–39	Расчесывание волос: выбор расчески (массажная/гребень), расчесывание от корней к концам.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №13: Упражнение «Причесать куклу», избегая вырывания волос.	Тренажер-игра «Уход за волосами» (ФГИС).	Собрать свои волосы резинкой (попытка сделать хвост).
40–42	Стрижка ногтей: использование книпсера (кусачек)	Урок-практикум	3		Пр.р. №14: Подстригание ногтей на ногах	Иллюстрация «Безопасные инструменты»	Сложить состриженные ногти на лист

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	или ножниц под присмотром взрослого.				(менее опасные манипуляции).	(ЦОК).	бумаги и выбросить.
43–45	Повторение гигиены. Комплексное действие: утренний туалет за фиксированное время.	Урок закрепления	3		Пр.р. №15: Выполнение цепочки действий по визуальному расписанию без пропусков.	Электронный чек-лист утренних процедур (ЦОК).	Проверить наличие всех предметов гигиены на полке.
III четверть (30 часов) <i>(Разделы: Одевание, Прием пищи)</i>							
46–48	Различение лицевой и изнаночной стороны, передней и задней части одежды. Швы, ярлычки.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №16: Перед выворачиванием вещи найти швы и потрогать их пальцами.	Игра «Одень человека правильно» (ЦОК).	Попытаться надеть футболку сам, контролируя лицевую сторону.
49–51	Застегивание пуговиц (начиная с нижней), кнопок на брюках и рубашках.	Урок формирования умений	3		Пр.р. №17: Тренировка на дидактическом фартуке с рядами разных	Видеоинструкция «Пуговица и петля» (РЭШ).	Застегнуть одну пуговицу на манжете маминой рубашки.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					застежек.		
52–54	Завязывание бантика на шнурах (упрощенный метод «заячьи уши»).	Урок-практикум	3		Пр.р. №18: Завязывание узла на поясе халата или ленте подарка.	Интерактивный тренажер «Шнуровка» (ФГИС).	Затянуть шнурки на капюшоне куртки двойным узлом.
55–57	Надевание верхней одежды: пальто/куртка (попадание в проймы), шапка, шарф.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №19: Правильное положение шарфа (крест-накрест или один оборот).	Алгоритм одевания на прогулку (карточки ЦОК).	Отряхнуть варежки от снега перед входом в помещение.
58–60	Прием пищи: использование ножа для намазывания масла на хлеб.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №20: Движение ножом от себя по тарелке, придерживая хлеб вилок.	Короткий ролик «Бутерброд своими руками» (ЦОК).	Намазать масло на печенье пластиковым ножом.
61–63	Использование вилки: накалывание кусочков пищи (мясо, овощи), не прокалывая насквозь.	Урок-практикум	3		Пр.р. №21: Перенос кусочков пластилина с тарелки коробку помощью вилки.	Мультфильм «Этикет: как есть вилкой» (адаптированный).	Помогать накалывать продукты на шпажки для канапе.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
64–66	Наливание жидкости в стакан из кувшина/бутылки (удержание двумя руками).	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №22: Тренировка наливания воды в лейку для цветов (контроль наклона).	Визуальная инструкция «Наливаем сок» (ЦОК).	Налить воду собаке в миску до отметки.
67–69	Использование бумажной и тканевой салфетки за столом (разворачивание, класть на колени).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №23: Складывание салфетки пополам перед собой.	Сюжетная картинка «Сервировка стола» (ЦОК).	Следить за чистотой своих губ во время еды.
70–72	Уборка за собой: складывание посуды в раковину, сметание крошек щеткой.	Урок трудового воспитания	3		Пр.р. №24: Протирание стола влажной губкой после еды.	Видео помощник «Я на кухне» (ЦОК).	Выбросить упаковку от своего перекуса в мусор.
73–75	Повторение тем III четверти. Комплексный обед с использованием столовых приборов.	Урок закрепления	3		Пр.р. №25: Полный цикл приема пищи (салат — вилка, суп — ложка, второе — вилка+нож).	Интерактивный стол «Накрой на стол» (ФГИС).	Поставить свою чашку вверх дном на блюдец.
IV четверть (24)							

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
часа)(Раздел: Туалет, Итоговый контроль)							
76–78	Пользование унитазом: поднимание сидения (для мальчика), спускание одежды ниже колен.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №26: Упражнение на удержание равновесия при спускании штанов стоя.	Социальная история «Чистота в туалете» (ЦОК).	Проверить, опущены ли брюки полностью, чтобы не испачкать их.
79–81	Пользование туалетной бумагой: правильное количество слоев, направление движения спереди назад.	Урок-практикум	3		Пр.р. №27: Отрыв нужного количества бумаги по перфорации одним движением.	Анимированная схема гигиенических процедур (ЦОК).	Самостоятельно положить новый рулон, если старый закончился.
82–84	Смыв воды: нажатие кнопки бачка (однократно), ожидание наполнения.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №28: Нажатие на педаль мусорного ведра ногой для выброса бумаги.	Видеоролик «Работа сливного бачка» (ознакомительный).	Оставить сиденье чистым (протереть капли при необходимости).
85–87	Мытье рук после туалета:	Урок контроля навыка	3	КР №1 (практ.)	Пр.р. №29 (контрольная):	Таймер-напоминание	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	обязательное использование мыла и тщательное вытирание насухо.				Выполнение полного алгоритма мытья рук без вербальных подсказок учителя.	«Мыть руки 20 секунд» (ЦОК).	
88–90	Опрятность внешнего вида: проверка чистоты рук, лица, одежды перед зеркалом перед выходом.	Урок систематизации	3		Пр.р. №30: Поиск пятен на одежде в отражении зеркала и попытка их затереть.	Фото-чек-лист «Опрятный ученик» (ЦОК).	Поправить воротник или рукава самостоятельно.
91–93	Итоговая проверочная работа. Блок 1: Коммуникативный. Сообщение о плохом самочувствии указанием на больное место + карточка «Болит».	Урок контроля знаний	1	КР №2 (устно-прак.)		Набор карточек симптомов болезни (ЦОК).	Нет
94–96	Итоговая проверочная работа. Блок 2: Бытовой навык.	Урок контроля умений	1	КР №3 (прак.)	Пр.р. №31 (контрольная)	Визуальное расписание «Собираемся гулять» (ЦОК).	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	Полное самостоятельное одевание на прогулку (кроме сложной обуви) по сигналу.						
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 3: Социальный. Знание состава своей семьи (выбор 3-х фото из 6-ти предложенных) и название ролей.	Урок контроля представлений	1	КР (диагн.) №4	Пр.р. №32 (контрольная): Игра «Лото моя семья».	Фотографии одноклассников вперемешку родными (ЦОК).	Нет

Методические пояснения ко 2-му дополнительному классу:

- Усложнение:** Во втором дополнительном классе происходит переход от выполнения отдельных операций к выполнению коротких цепочек действий (алгоритмов) из 3–4 звеньев.
- Контрольные работы:** Носят форму мониторинга сформированности жизненных компетенций. Оценивается автоматизация действия и снижение потребности в физической помощи взрослого.
- Практические работы:** Акцент смещается на качество исполнения (аккуратность, сухость рук, ровность одежды) и скорость выполнения социально значимого действия.
- Домашнее задание:** Продолжает носить характер бытовой инклюзии — перенос школьного навыка в домашние условия для генерализации умения.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 1 класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 102 (33 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть (24 часа) <i>(Разделы: Представления о себе — идентификация)</i>							
1–3	Я – ученик. Мое имя и фамилия. Называние себя («Я Миша»).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Прикрепление именного бейджа на грудь перед зеркалом.	Анимация «Кто я?» (ЦОК).	Показать свое фото в семейном альбоме маме.
4–6	Части тела: голова, шея, туловище. Соотнесение со схемой человека.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Игра «Робот» (выполнение команд: «подними голову», «поверни туловище»).	Интерактивная схема тела (ФГИС Моя школа).	Обвести свою ладонь карандашом на бумаге.
7–9	Лицо человека: глаза, нос, рот, уши. Различение по картинке.	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №3: Лепка из пластилина шариков-«глаз» для маски.	Презентация «Мое лицо» (ЦОК).	Нарисовать портрет папы (круг-голова и точки-глаза).
10–12	Мальчик или девочка. Различение своей одежды от одежды другого	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №4: Сортировка кукольной одежды на две	Видеоряд «Дети играют» (адаптированный, РЭШ).	Выбрать футболку своего любимого

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	пола.				кучки (платья/рубашки).		цвета утром.
13–15	Мой возраст. Понятие «сейчас», «год назад был младше».	Комбинированный урок	3		Пр.р. №5: Сравнение двух фотографий (младенец и сейчас), поиск сходств.	Сюжетные картинки «Как я расту» (ЦОК).	Посадить семена растения и наблюдать за ростом (развитие во времени).
16–18	Мои чувства: радость, грусть, злость (по пиктограммам лица).	Урок развития эмоциональной сферы	3		Пр.р. №6: Подбор пиктограммы к своему настроению утром.	Игра «Угадай эмоцию» (озвученная, ЦОК).	Улыбнуться маме, когда она приходит с работы.
19–21	Здоровье: что такое болезнь (температура, кашель). Сообщение взрослому.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №7: Выбор карточки «Мне плохо» при имитации головной боли педагогом.	Короткий мультфильм про градусник (до 1 мин).	Положить термометр на стол вечером самостоятельно.
22–24	Повторение тем четверти. Идентификация «Я» среди группы сверстников.	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Хороводная игра «Узнай по голосу» (закрывать глаза — узнать одноклассника).	Аудио-фрагменты голосов класса (запись учителя).	Помахать рукой охраннику школы при входе.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
II четверть (21 час) (Разделы: Гигиена тела)							
25–27	Утренний туалет: чистка зубов. Алгоритм (щетка → паста → вода).	Урок-практикум	3		Пр.р. №9: Сухая чистка зубов щеткой под счет до 10 (без пасты).	Обучающий ролик «Пуль-буль спешит на помощь» (ЦОК).	Найти свою зубную щетку в стакане без подсказки.
28–30	Мытье рук: последовательность действий (открыл кран → намочил → мыло → смыл).	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №10: Прохождение маршрута гигиены по следам-наклейкам на полу.	Песенка-мультфильм «Моем руки» (РЭШ).	Намазать руки кремом после прогулки.
31–33	Использование полотенца. Различение своего крючка/полки в ванной.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №11: Упражнение «Сухой-сухой» (тщательное вытирание между пальцами).	Инструкция-картинка «Повесь полотенце ровно» (ЦОК).	Повесить мокрое кухонное полотенце на батарею.
34–36	Уход за волосами: расчесывание индивидуальной расческой.	Урок практической деятельности	3		Пр.р. №12: Расчесывание парика или куклы длинными	Видеоинструкция «Расческа не дерет» (ЦОК).	Почистить одежду липким роликом перед выходом.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					волосами.		
37–39	Гигиена носа: пользование бумажной салфеткой при насморке.	Урок формирования умений	3		Пр.р. №13: Упражнение «Сдуй перышко» (правильный выдох носом).	Анимированная схема «Используй платок» (ЦОК).	Проверить чистоту носового платка в кармане.
40–42	Стрижка ногтей ножницами (только на руках, под строгим присмотром).	Урок-практикум	3		Пр.р. №14: Отрезание полосок цветной бумаги безопасными ножницами.	Иллюстрация «Острые предметы только со взрослым» (ЦОК).	Сложить состриженные ногти на листок бумаги.
43–45	Повторение гигиены. Комплекс утренних процедур по визуальному расписанию.	Урок закрепления	3		Пр.р. №15: Выполнение цепочки из 3-х действий без пауз.	Электронный чек-лист утра (ФГИС).	Принести свой грязный пакет со сменкой учителю.
III четверть (30 часов) (Разделы: Одевание, Прием пищи)							
46–48	Ориентировка в одежде: лицевая/изнаночная сторона, перед/спина.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №16: Перед надеванием найти ярлык	Игра «Оденем Катю» (ЦОК).	Попытаться надеть штаны стоя, придерживаясь

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					сзади на футболке.		за стул.
49–51	Застегивание липучек и молний на обуви и куртках.	Урок-практикум	3		Пр.р. №17: Тренировка на дидактическом ботинке-шнуровке (липучка).	Тренажер-игра «Застегни куртку» (РЭШ).	Застегнуть липучку на рукаве пальто младшего брата/сестры.
52–54	Надевание носков и гольфов. Понятие «пара».	Комбинированный урок	3		Пр.р. №18: Поиск потерявшегося носка в корзине для белья по цвету.	Презентация «Где вторая носок?» (ЦОК).	Сложить свои носки вместе после сушки.
55–57	Прием пищи: использование ложки (захват тремя пальцами, зачерпывание).	Урок формирования навыка	3		Пр.р. №19: Перенос крупы ложкой из одной миски в другую без просыпания.	Мультфильм «Ложка для каши» (адаптированный).	Накладывать сухой корм коту/собаке в миску.
58–60	Питье из кружки двумя руками (не проливая).	Урок-практикум	3		Пр.р. №20: Наливание воды из маленькой лейки в стакан (контроль наклона).	Видеоурок «Учимся пить аккуратно» (ЦОК).	Полить один цветок на подоконнике из детской лейки.
61–63	Использование салфетки во время	Комбинированный урок	3		Пр.р. №21: Упражнение «Не	Карточка-подсказка	Следить, чтобы крошки

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	еды (промакивание губ).				испачкай» (еда йогурта с контролем движений).	«Салфетка рядом» (ЦОК).	не падали на пол во время ужина.
64–66	Еда вилкой (накалывание мягких кусочков: банан, вареная картошка).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №22: Игровое упражнение «Нанижи кубики на вилку».	Анимация «Вилка как инструмент» (ЦОК).	Помогать накалывать оливки на шпажки для стола.
67–69	Накладывание пищи в тарелку столовой ложкой (из общей салатницы).	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №23: Перенос песка лопаткой в ведро (аналогия движения).	Визуальная инструкция «Возьми сам» (ЦОК).	Положить одну ложку сахара в чай папе.
70–72	Уборка своей посуды после еды в раковину/специальную корзину.	Урок закрепления	3		Пр.р. №24: Протирание губкой клеенки на своем месте.	Короткий ролик «Чистая кухня» (ФГИС).	Выбросить фантик от конфеты сразу после еды.
73–75	Повторение тем III четверти. Самостоятельный перекус (фрукт + напиток).	Урок систематизации	3		Пр.р. №25: Полный цикл приема пищи яблочного пюре (открывание баночки, ложка, мытье).	Интерактивный комикс «Обед» (ЦОК).	Поставить свою чашку в сушилку дном вверх.
IV четверть							

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
(27 часов)(Разделы: Туалет, Семья, Итоговый контроль)							
76–78	Туалет: сообщение о потребности словом или жестом до «аварии».	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №26: Использование коммуникативной карточки «Туалет» у двери кабинета.	Социальная история «Я терплю» (ЦОК).	Сказать взрослому дома фразу «Хочу писать».
79–81	Сидение на унитазе. Спускание брюк/колготок ниже колен.	Урок-практикум	3		Пр.р. №27: Имитация посадки на скамью с удержанием равновесия.	Видеоролик «В школьном туалете» (ЦОК).	Самостоятельно спустить домашние штаны перед сном.
82–84	Пользование туалетной бумагой (отрывание, сминание).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №28: Тренировка отрывания одного квадрата по линии перфорации.	Анимированная схема «Сколько бумаги брать» (ЦОК).	Помочь заменить рулон мягкой бумаги на кухне.
85–87	Мытье рук после туалета (строгое соблюдение)	Урок контроля навыка	3	КР №1 (практ.)	Пр.р. №29 (контрольная): Выполнение	Таймер-эстафета «Помой лапы» (герой собака,	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	алгоритма I-II четвертей).				мытья рук под словесную инструкцию без физ. подсказок.	ЦОК).	
88–90	Семья: мама, папа, я. Узнавание на групповой фотографии класса и семьи.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №30: Создание фотоколлажа «Моя семья» (приклеивание готовых лиц).	Презентация «Кто живет в доме» (ЦОК).	Показать пальцем на маму на экране телефона.
91–93	Бытовая деятельность семьи: кто готовит, кто чинит.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №31: Сортировка инструментов (игрушечных) и посуды.	Сюжетные картинки «Дела родителей» (ЦОК).	Подать папе отвертку, когда он просит.
94–96	Семейные традиции: совместный ужин, просмотр мультфильмов.	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №32: Сервировка игрушечного стола на три персоны (тарелка-вилка-чашка).	Мультфильм «Семейный вечер» (доброжелательный тон, РЭШ).	Постелить свою салфетку на колени перед едой.
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 1: <i>Представления о себе.</i> Назвать имя,	Урок контроля знаний	1	КР №2 (устно-прак.)		Набор диагностических карточек (ЦОК).	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	фамилию, показать части тела по просьбе.						
100–102	Итоговая проверочная работа. Блок 2: Навыки самообслуживания. Выполнить алгоритм одевания одного предмета (надеть шапку и завязать липучки).	Урок контроля умений	1	КР №3 (прак.)	Пр.р. №33 (контрольная)	Визуальное расписание «Оденься сам» (ЦОК).	Нет

Примечания к организации учебного процесса в 1 классе:

- Типы уроков:** Преобладают уроки открытия новых знаний через наглядно-действенный показ и уроки-практикумы. Словесная инструкция всегда дублируется визуальной опорой.
- Контрольные работы:** Носят характер мониторинга жизненных компетенций. Оценивается степень самостоятельности: выполняет сам по памяти $\rightarrow$ выполняет по визуальной схеме $\rightarrow$ выполняет с физической помощью.
- Практические работы:** Являются основной формой обучения. Каждая операция дробится на минимальные действия (например, захват ложки).
- Домашнее задание:** Направлено исключительно на генерализацию навыка (перенос из школы домой). Задания должны быть успешными и поощряемыми родителями.
- Электронные ресурсы:** Используются адаптированные материалы Библиотеки ЦОК и платформы ФГИС «Моя школа», исключающие избыточные сенсорные стимулы (минимум фонового шума, крупные объекты, медленный темп смены кадров).

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 2 класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 102 (34 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть (24 часа) <i>(Разделы: Представления о себе — углубление)</i>							
1–3	Мое полное имя и фамилия. Запись имени печатными буквами по обводке.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Подписывание своего рисунка именем на мольберте.	Тренажер «Пишем имя» (ЦОК).	Найти свою фамилию на списке группы в раздевалке.
4–6	Мой возраст и дата рождения. Понятие календаря и года.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Обводка даты рождения в настенном календаре маркером.	Интерактивный календарь «Когда мой праздник?» (ФГИС).	Отметить дату рождения мамы крестиком в календаре дома.
7–9	Половая принадлежность: различия во внешнем виде мужчин и женщин (прическа, одежда, голос).	Урок систематизации знаний	3		Пр.р. №3: Сортировка фигурок людей на «дядей» и «тётъ».	Игра «Найди отличия: мальчик/девочка» (ЦОК).	Показать папину рубашку и мамин халат.
10–12	Расширение семьи: дяди, тети, двоюродные братья/сестры. Генеалогическое	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №4: Наклеивание фото родственников на ветки	Презентация «Моя большая семья» (ЦОК).	Поздороваться с пришедшей тетей за руку.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	древо (упрощенно).				бумажного дерева.		
13–15	Профессиональная деятельность родителей (название профессии + место работы).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №5: Подбор спецодежды к картинке (каска-строитель, белый халат-врач).	Короткие видео «Где работают мама и папа» (адаптированные, РЭШ).	Нарисовать инструмент, которым работает папа/мама.
16–18	Семейные обязанности: кто выносит мусор, кто гуляет с собакой, кто моет пол.	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №6: Распределение карточек-заданий членам игровой семьи (куклам).	Социальная история «Помощь по дому» (ЦОК).	Вынести свой фантик в мусорное ведро без напоминания.
19–21	Правила поведения в гостях (не брать чужое, говорить «спасибо»).	Урок этической культуры	3		Пр.р. №7: Сюжетная игра «Я в гостях у друга», отработка просьбы «Можно мне?..»	Видеоряд «Визит вежливости» (ЦОК).	Принести угощение для одноклассников (печенье в общей тарелке).
22–24	Повторение тем четверти. Дифференциация понятий «родственник — знакомый».	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Классификация фото «Семья» и «Учителя школы».	Набор сюжетных картинок «Кто есть кто» (ЦОК).	Помахать рукой соседу при встрече на улице.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
II четверть (21 час) <i>(Разделы: Гигиена тела — самостоятельность)</i>							
25–27	Мытье рук: регулировка температуры воды (термостат), использование дозатора мыла одной рукой.	Урок-практикум	3		Пр.р. №9: Смешивание горячей и холодной воды до исчезновения пара.	Анимированная схема «Правильная вода» (ЦОК).	Намылить руки до густой пены самостоятельно.
28–30	Чистка зубов: контроль количества пасты, чистка жевательных поверхностей круговыми движениями.	Урок контроля навыка	3	КР №1 (прак.)	Пр.р. №10 (контрольная): Чистка зубов под визуальным контролем учителя (без физ. помощи).	Таймер чистки зубов «Лев чистит зубы» (ЦОК).	Проверить чистоту раковины после себя.
31–33	Уход за лицом: умывание с мылом, промокание лица полотенцем (не тереть).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №11: Нанесение детского крема тонким слоем массажными линиями.	Видеоурок «Свежесть лица» (ЦОК).	Протереть экран смартфона специальной салфеткой.
34–36	Гигиена при	Урок	3		Пр.р. №12:	Иллюстрация	Положить

[illegible]

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
46–48	Ориентировка в одежде: правый/левый ботинок, лицевая/изнанка колготок (швы внутри).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №16: Поиск отличий на двух одинаковых варежках (опознавательный знак).	Игра «Обуй куклу» (ЦОК).	Попытаться надеть носки, не садясь на кровать.
49–51	Застегивание пуговиц (начиная с нижней петли), шнуровка обуви узлом.	Урок-практикум	3		Пр.р. №17: Тренировка на бизборде «Одень человечка».	Тренажер-игра «Завяжи бантик» (РЭШ).	Завязать шарф поверх куртки свободным узлом.
52–54	Надевание свитера/кофты через голову (защита глаз от ткани).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №18: Упражнение «Сними футболку одним движением через горловину».	Видеоинструкция «Как надевать узкий ворот» (ЦОК).	Вывернуть снятую кофту на лицевую сторону.
55–57	Прием пищи: использование ножа для намазывания (масло, паштет).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №19: Движение ножом от себя по хлебу, придерживая его вилкой.	Короткий ролик «Бутерброд сам» (ЦОК).	Намазать масло на блины пластиковым ножом.
58–60	Еда вилкой и ножом одновременно	Урок-практикум	3		Пр.р. №20: Разрезание пластилинового	Анимация «Нож и вилка танцуют» (ЦОК).	Помогать резать отварные

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	(отрезание кусочка котлеты/овоща).				червячка пластмассовым ножом.		овощи для салата безопасным ножом.
61–63	Наливание жидкости из тяжелого графина/бутылки двумя руками.	Урок формирования навыков	3		Пр.р. №21: Переливание воды из кувшина в узкую вазу (контроль наклона).	Визуальная инструкция «Не пролей» (ЦОК).	Налить воду в чайник для родителей (до отметки).
64–66	Использование тканевой салфетки (разворачивание, класть на колени).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №22: Складывание салфетки простым прямоугольником.	Сюжетная картинка «Сервировка праздничного стола» (ЦОК).	Следить за осанкой во время семейного ужина.
67–69	Накладывание горячего второго блюда половником (поддержание тарелки второй рукой).	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №23: Перенос крупы половником в кастрюлю (тренировка веса).	Видео «Накладываем сами» (ЦОК).	Положить салат каждому члену семьи в тарелку.
70–72	Уборка со стола: очистка тарелки в мусор (кости, шкурки),	Урок закрепления	3		Пр.р. №24: Протирание стола влажной, затем сухой	Короткий ролик «Чистая кухня» (ФГИС).	Поставить солонку и перечницу на центр стола

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	складывание приборов.				тряпкой насухо.		ровно.
73–75	Повторение тем III четверти. Комплексный обед с использованием всех приборов.	Урок систематизации	3		Пр.р. №25: Полный цикл приема пищи суп+мясо (смена ложек, использование ножа).	Интерактивный комикс «Обед в столовой» (ЦОК).	Отнести свою глубокую тарелку в раковину.
IV четверть (27 часов) (Разделы: Туалет, Семья, Итоговый контроль)							
76–78	Пользование унитазом: использование туалетного сиденья (накладка) при необходимости.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №26: Упражнение на удержание равновесия при спускании одежды стоя.	Социальная история «Чистый унитаз» (ЦОК).	Проверить наличие бумаги перед посадкой.
79–81	Гигиена интимной зоны (с помощью взрослого, гендерно корректно).	Урок-практикум (индивидуально)	3		Пр.р. №27: Правильное направление движений бумагой/у гигиеническим	Анимированная схема «Личная гигиена» (ЦОК).	Сообщить маме о необходимости смены белья.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
					душем.		
82–84	Смыв воды: нажатие кнопки бачка, проверка чистоты стульчака.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №28: Нажатие на педаль сенсорного мусорного ведра ногой.	Видеоролик «Работа слива» (ознакомительный, ЦОК).	Опустить сиденье и крышку унитаза после себя.
85–87	Мытье рук после туалета: обязательное использование щетки для ногтей.	Урок контроля навыка	3	КР №2 (прак.)	Пр.р. №29 (контрольная): Выполнение полного цикла гигиены без вербальных и визуальных подсказок.	Таймер-напоминание «Чистые руки» (ЦОК).	Нет
88–90	Семья: распределение ролей (сын/дочь, внук/внучка, брат/сестра).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №30: Составление рассказа о семье по схеме-мнемотаблице (3 предложения).	Презентация «Мои роли в семье» (ЦОК).	Назвать бабушку ласковым словом («бабуля») при звонке.
91–93	Бытовая взаимопомощь: помощь младшим, уважение к старшим.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №31: Имитация уступания места взрослому в автобусе (стулья).	Сюжетные картинки «Хорошие поступки» (ЦОК).	Подать тапочки пришедшему гостю.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
94–96	Семейные традиции: подготовка к празднику (выбор подарка, упаковка).	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №32: Заворачивание коробки в бумагу (загиб углов, скотч).	Видео «Делаем подарок своими руками» (ЦОК).	Нарисовать открытку для члена семьи.
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 1: Коммуникативный. Рассказ о своей семье (имена членов семьи + их роль).	Урок контроля знаний	1	КР №3 (устно-прак.)		Набор фотографий-символов «Моя семья» (ЦОК).	Нет
100–102	Итоговая проверочная работа. Блок 2: Навыки самообслуживания. Полное одевание на прогулку (включая застегивание молнии и завязывание шапки).	Урок контроля умений	1	КР №4 (прак.)	Пр.р. №33 (контрольная)	Визуальное расписание «Зима: собираемся» (ЦОК).	Нет

Методические пояснения ко 2 классу:

1. **Усложнение:** Во 2 классе происходит переход от выполнения действия по прямому показу к выполнению по словесной инструкции и визуальной схеме. Акцент делается на качестве исполнения (аккуратность, сухость, ровность).
2. **Контрольные работы:** Оценивается уровень автоматизации навыка (выполняет самостоятельно, выполняет с речевой подсказкой, нуждается в физической помощи).
3. **Практические работы:** Включают элементы мелкой моторики (застегивание мелких пуговиц, работа ножом) и планирования последовательности.
4. **Домашнее задание:** Направлено на социализацию и выполнение посильных семейных обязанностей, закрепляющих школьные навыки.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 3 класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 102 (34 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть (24 часа) (Разделы: Представления о себе — социальное Я)							
1–3	Мои паспортные данные (имя, фамилия). Понятие адреса проживания (город, улица, дом).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Заполнение упрощенной анкеты «Мое досье» печатными буквами.	Интерактивный тренажер «Мой адрес» (ЦОК).	Показать номер своего дома и квартиры на входной двери.
4–6	Мой день рождения. Знак зодиака (упрощенно), возрастные изменения (был малыш — стал школьник).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Сравнение одежды и роста на фото разных лет (альбом развития).	Презентация «Как я меняюсь» (ЦОК).	Рассказать другу в классе, сколько лет исполнилось.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
7–9	Половая принадлежность и гигиена: понимание необходимости раздельного мытья/девочки/мальчики (интимные зоны).	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №3: Сортировка средств гигиены (мужской станок/дезодорант vs женская прокладка).	Социальная история «Взрослею» (ЦОК).	Самостоятельно положить свои носки в свой ящик комода.
10–12	Родословная: прабабушки и прадедушки. Составление рассказа «Моя семья три поколения назад».	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №4: Раскрашивание родословного древа до уровня бабушки и дедушки.	Видеосюжет «История моей фамилии» (адаптированный, РЭШ).	Позвонить бабушке и спросить имя ее мамы (своей прабабушки).
13–15	Профессиональная этика родителей: зачем нужна работа, зарплата, уважение к труду.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №5: Игра «Собери папу на работу» (выбор инструментов из множества).	Короткие видео «Профессии наших мам» (ЦОК).	Помочь накрыть стол к ужину, когда родители устали после работы.
16–18	Семейный бюджет (упрощенно): деньги на продукты, на одежду, на отдых.	Урок практической экономики	3		Пр.р. №6: Распределение игровых монеток по конвертам «Еда», «Игрушки», «Транспорт».	Анимация «Откуда берутся деньги» (ЦОК).	Выбрать в магазине одну покупку на выданную мелкую сумму.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
19–21	Правила поведения в общественных местах (поликлиника, магазин): очередь, тишина.	Урок этической культуры	3		Пр.р. №7: Сюжетно-ролевая игра «Я в аптеке» (тихий голос, просьба).	Визуальное расписание «Поход в магазин» (ЦОК).	Стоять спокойно в очереди в столовой без подсказок.
22–24	Повторение тем четверти. Дифференциация понятий «семья — соседи — одноклассники».	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Классификация карточек людей по группам близости общения.	Набор сюжетных картинок «Кто есть кто в социуме» (ЦОК).	Поздороваться с соседом по лестничной клетке первым.
II четверть (21 час) (Разделы: Гигиена тела — подростковые изменения)							
25–27	Изменения кожи лица (прыщи, жирность). Умывание спецсредствами (гель для подростков).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №9: Нанесение очищающего геля ватным диском по массажным линиям.	Обучающий ролик «Уход за кожей» (ЦОК).	Пользоваться своими полотенцем для лица (не общим).
28–30	Использование дезодоранта-антиперспиранта (после душа, на сухую)	Урок-практикум	3		Пр.р. №10: Тренировка нажатия на кнопку	Инструкция-картинка «Защита от запаха» (ЦОК).	Проверить наличие чистого платка в кармане

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	кожу подмышек).				баллончика (одно нажатие под каждую руку).		перед школой.
31–33	Бритье (симуляция безопасным станком или электробритвой без лезвия).	Урок-практикум	3		Пр.р. №11: Имитация движений бритвы по кремю для на бритья воздушном шарике.	Видеоурок «Первое бритье» (для подростков, ЦОК).	Протереть раковину от мыльных брызг после умывания.
34–36	Уход за волосами: мытье головы шампунем 2-в-1, использование бальзама (ополаскивателя).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №12: Равномерное нанесение бальзама, избегая попадания на корни.	Анимация «Зачем нужен бальзам» (ЦОК).	Сменить наволочку на своей подушке самостоятельно.
37–39	Стрижка ногтей на ногах (осторожность), подпиливание формы пилочкой.	Урок контроля навыка	3	КР №1 (прак.)	Пр.р. №13 (контрольная): Полная обработка ногтей на руках без порезов под присмотром.	Иллюстрация «Безопасные ножницы» (ЦОК).	Сложить маникюрный набор в чехол острыми концами внутрь.
40–42	Гигиена полости рта:	Урок открытия	3		Пр.р. №14:	Короткий ролик	Менять

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	использование зубной нити (флосса) или ирригатора (демонстрация).	новых знаний			Очищение промежутков между зубами зубочисткой (под контролем).	«Чистота между зубов» (ЦОК).	зубную щетку каждые 3 месяца (отметить в календаре).
43–45	Повторение гигиены. Комплекс ухода за собой утром и вечером (тайм-менеджмент).	Урок закрепления	3		Пр.р. №15: Выполнение алгоритма подготовки ко сну за 15 минут.	Электронный чек-лист вечера (ФГИС Моя школа).	Положить грязную одежду в корзину для белья.
III четверть (30 часов) (Разделы: Одевание, Прием пищи — этикет)							
46–48	Подбор одежды по погоде (термобелье, слои одежды) и по ситуации (спортивная/парадная).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №16: Составление лука (комплекта) на выход по схеме мероприятия.	Игра «Оденься по погоде» (ЦОК).	Подготовить форму для секции заранее (вечером).
49–51	Шнуровка ботинок различными способами (крест-накрест, прямой узел, двойной узел).	Урок-практикум	3		Пр.р. №17: Завязывание шнурков одной рукой (тренировка ловкости).	Тренажер-игра «Юный сапожник» (РЭШ).	Почистить обувь кремом и щеткой после улицы.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
52–54	Глажка простых вещей (носовой платок, фартук) теплым утюгом под присмотром.	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №18: Движение утюгом по ткани без нажима (проглаживание складки).	Видеоинструкция «Горячо-Безопасно» (ЦОК).	Повесить свою выглаженную футболку на плечики.
55–57	Прием пищи: использование ножа и вилки по европейскому типу (вилка в левой руке).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №19: Отрезание кусочка мяса и удержание его вилкой без помощи рук.	Анимация «Столовый этикет» (ЦОК).	Помогать резать хлеб во время семейного завтрака.
58–60	Наливание горячих напитков (чай, компот) из чайника в чашку (через ситечко).	Урок-практикум	3		Пр.р. №20: Переливание воды из заварочного чайника в пиалу (контроль веса и пара).	Визуальная инструкция «Осторожно, кипятки» (ЦОК).	Накладывать сахар в общую сахарницу чистой ложкой.
61–63	Использование тканевой салфетки (разворачивание полностью, заправление краем в воротник при еде лобстера/спагетти - имитация).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №21: Складывание салфетки веером или в виде лилии (простые origami).	Сюжетная картинка «Сервировка ресторана» (ЦОК).	Следить за локтями (не класть их на стол во время еды).

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
64–66	Этикет за столом: просили передать блюдо — говорим «пожалуйста» и «спасибо», не тянемся через весь стол.	Урок этической культуры	3		Пр.р. №22: Проигрывание ситуации «Передайте соль» за тренировочным столом.	Короткий ролик «Вежливый гость» (ЦОК).	Не начинать есть, пока всем не разложат еду.
67–69	Накладывание торта/пирога лопаточкой, разливание супа половником из супницы.	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №23: Порционное деление пластилинового пирога пластиковым ножом.	Видео «Домашний праздник» (ЦОК).	Разложить ложки рядом с тарелками перед приходом гостей.
70–72	Уборка со стола: перенос посуды в раковину, сортировка приборов.	Урок закрепления	3		Пр.р. №24: Протирание крошек специальной щеткой-сметкой в совок.	Короткий ролик «Чистая кухня» (ФГИС).	Собрать свои грязные тарелки со стола после праздника.
73–75	Повторение тем III четверти. Посещение кафе/симуляция заказа официанту.	Урок систематизации	3		Пр.р. №25: Чтение меню (картинки+цены) и выбор блюда указкой.	Интерактивный симулятор «Кафе» (ЦОК).	Поблагодарить маму за приготовленный ужин.
IV четверть (27 часов)(Разделы:							

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
Туалет — полная самостоятельность, Семья, Итоговый контроль)							
76–78	Пользование унитазом: замена рулона туалетной бумаги, устранение мелких засоров ершиком.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №26: Упражнение «Чистый ободок» (протираание сиденья салфеткой).	Социальная история «Идеальный туалет» (ЦОК).	Сообщить взрослым, если бумага закончилась.
79–81	Гигиена интимной зоны (самостоятельно, с использованием биде/душа при наличии).	Урок-практикум (индивидуально)	3		Пр.р. №27: Регулировка температуры воды в душе до принятия процедур.	Анимированная схема «Ежедневная чистота» (ЦОК).	Своевременно относить грязное белье в стирку.
82–84	Общественный туалет: автоматический смыв, сушилки-автоматы, диспенсеры мыла.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №28: Поиск сенсора движения для спуска воды руками без кнопок.	Видеоролик «Туалет в торговом центре» (ЦОК).	Мыть руки дольше обычного после посещения ТЦ.
85–87	Мытье рук в общественном месте: использование	Урок контроля навыка	3	КР №2 (прак.)	Пр.р. №29 (контрольная): Выполнение	Таймер-напоминание «Антисептик»	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	антисептика-геля при отсутствии воды.				гигиены рук в незнакомом помещении по памяти.	(ЦОК).	
88–90	Семья: права и обязанности ребенка (помощь, учеба) и родителей (забота, покупка вещей).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №30: Составление договора «Права и обязанности семьи» (рисунки + подпись).	Презентация «Конвенция о правах ребенка» (адаптированная, ЦОК).	Выполнить одно обещанное дело без напоминания.
91–93	Конфликты в семье: как попросить прощения, как уступить.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №31: Разбор кейсов «Я взял чужую вещь» (алгоритм извинения).	Социальная история «Мирись-мирись» (ЦОК).	Сказать «Прости» младшему брату после ссоры первым.
94–96	Семейные традиции: уход за могилами предков (этикет кладбища), поминовение.	Урок формирования нравственных основ	3		Пр.р. №32: Оформление букета цветов лентой, правила поведения у памятника.	Фотоэкскурсия «Памятные места» (уважительный тон, ЦОК).	Полить комнатные цветы в память о бабушке (если традиция).
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 1: Коммуникативный. Телефонный звонок	Урок контроля знаний	1	КР №3 (устно-прак.)		Карточки-подсказки для телефонного разговора (ЦОК).	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	родственнику по сценарию («Алло, это бабушка? Это я...»).						
100–102	Итоговая проверочная работа. <i>Блок 2: Навыки самообслуживания.</i> Полная сервировка своего места к ужину (тарелка, приборы, салфетка, стакан) по схеме.	Урок контроля умений	1	КР №4 (прак.)	Пр.р. №33 (контрольная)	Визуальное пособие «Накрываем на стол правильно» (ЦОК).	Нет

Методические пояснения к 3 классу:

1. **Усложнение:** Переход от бытового самообслуживания к элементам социально-бытового ориентирования (поход в кафе, общественный транспорт, общение по телефону).
2. **Контрольные работы:** Оценивается способность применять навыки в измененных условиях (например, алгоритм мытья рук в школе применить в гостях).
3. **Практические работы:** Включают элементы бытовой техники (утюг, микроволновка простым режимом) и более сложную мелкую моторику (шнуровка, складывание салфеток).
4. **Домашнее задание:** Направлено на формирование ответственности за общее семейное пространство и имущество.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Человек» 4 класс (обучающиеся с РАС, вариант 8.4) Всего часов: 102 (34 недели 3 часа в неделю)

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
I четверть							

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
(24 часа)(Разделы: Представления о себе — Личность и будущее)							
1–3	Мои увлечения и интересы. Составление рассказа «Что я люблю делать».	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №1: Создание коллажа «Мое хобби» из вырезок журналов.	Интерактивная доска «Мир увлечений» (ЦОК).	Принести в школу предмет своего хобби (марки, модель, мяч).
4–6	Мой характер: добрый, спокойный, активный. Самоанализ поступков («Я поступил хорошо/плохо»).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №2: Раскрашивание пиктограмм эмоций на контуре своего лица.	Анимация «Почему я злюсь» (способы совладания, ЦОК).	Перед сном вспомнить один хороший поступок за день.
7–9	Половая принадлежность и возраст: понятие подростка, юноши/девушки. Вторичные половые признаки (упрощенно).	Урок формирования представлений	3		Пр.р. №3: Сортировка одежды на «детскую» и «взрослую» (размеры S/M/L).	Социальная история «Тело меняется» (ЦОК).	Выбрать для себя дезодорант или шампунь с подходящим запахом.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
10–12	Моя семья: родственные связи через брак (зять, невестка, сват). Взаимоотношения со старшими родственниками.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №4: Составление генеалогического древа с указанием брачных связей.	Презентация «Кто кому кем приходится» (ЦОК).	Поздравить тетю с днем рождения открыткой.
13–15	Профессиональная деятельность: чем отличается работа от подработки/хобби. Трудовой договор (упрощенно).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №5: Игра «Собери портфель профессий» (инструменты врача, учителя, повара).	Короткие видео «Один день на работе» (адаптированные, РЭШ).	Помыть папину рабочую машину или протереть его инструменты.
16–18	Семейный досуг: планирование выходных (выбор фильма, места прогулки голосованием).	Урок практической деятельности	3		Пр.р. №6: Составление плана-схемы субботнего дня на доске.	Интерактивный календарь «Выходной» (ЦОК).	Предложить семье свою идею для прогулки в субботу.
19–21	Правила поведения в сложных ситуациях: пожар, заблудился в толпе, незнакомец.	Урок безопасности жизнедеятельности	3		Пр.р. №7: Тренировка звонка в службу спасения (112) на игрушечном телефоне.	Обучающий мультфильм «Уроки Тетушки Совы. Безопасность» (ЦОК).	Проверить знание домашнего адреса и телефона мамы.
22–24	Повторение тем	Урок рефлексии	3		Пр.р. №8: Запись	Шаблон	Нарисовать

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	четверти. Понятие «Личный дневник» (запись событий дня рисунками/символами).				погоды и настроения за сегодня в блокнот.	визуального дневника (ФГИС Моя школа).	погоду за окном утром.
II четверть (21 час) <i>(Разделы: Гигиена тела — полная автономия)</i>							
25–27	Комплексный уход за кожей лица подростков (умывание + тоник + крем). Борьба с черными точками.	Урок-практикум	3		Пр.р. №9: Нанесение глиняной маски кистью (избегая области глаз).	Видеоурок «Уход проблемной кожи» (ЦОК).	Самостоятельно выдавить порцию крема на палец (не из тюбика в лицо).
28–30	Бритье безопасным станком (для юношей) или депиляционным кремом (для девушек) — имитация и частичное выполнение.	Урок-практикум	3		Пр.р. №10: Движения бритвой по мылу на макете лица/чашке.	Инструкция «Первое бритье без порезов» (ЦОК).	Менять лезвие в станке вместе с отцом (выбрасывать в контейнер).

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
31–33	Стирка личных вещей вручную (носки, платки, нижнее белье). Использование стиральной машины (простые режимы).	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №11: Замачивание носков, намыливание, полоскание в тазу.	Анимация «Стиральная машина: куда лить гель» (ЦОК).	Положить свои грязные белые носки отдельно от цветных.
34–36	Глажка своей школьной формы (фартук, юбка/брюки) или спортивной одежды.	Урок-практикум	3		Пр.р. №12: Глажка носового платка носиком утюга, установка утюга на подставку.	Видеоролик «Горячий утюг: правила» (ЦОК).	Погладить свой галстук-бабочку или шейный платок.
37–39	Маникюр и педикюр: подпиливание формы, нанесение бесцветного укрепляющего лака (по желанию).	Урок контроля навыка	3	КР №1 (прак.)	Пр.р. №13 (контрольная): Полная обработка ногтей на руках и ногах безопасно.	Иллюстрация «Красивые ногти» (ЦОК).	Смазать руки кремом после мытья посуды.
40–42	Гигиена полости рта: использование ополаскивателя, чистка языка скребком.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №14: Отмеривание 10 мл ополаскивателя мерным стаканчиком.	Короткий ролик «Свежесть дыхания» (ЦОК).	Следить за сроком годности зубной пасты.
43–45	Повторение гигиены. Сбор	Урок закрепления	3		Пр.р. №15: Упаковка туалетных	Чек-лист путешественник	Проверить наличие зарядки

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	дорожной сумки/косметички в поездку самостоятельно по списку.				принадлежностей в герметичный пакет (авиаправила симуляция).	а (ЦОК).	от телефона перед выходом.
III четверть (30 часов) <i>(Разделы: Одевание, Прием пищи — социальная жизнь)</i>							
46–48	Капсульный гардероб: подбор взаимозаменяемых вещей. Поход в магазин (выбор размера по ярлыку XS/S/M/L).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №16: Примерка вещи в магазине, оценка удобства движений.	Игра «Стилист: собери образ» (ЦОК).	Повесить новую купленную вещь на плечики.
49–51	Ремонт одежды: пришивание пуговицы (на ножке), вешалки-петли к куртке.	Урок трудового обучения	3		Пр.р. №17: Работа с иглой и ниткой на пальцах (безопасная техника).	Видеоинструкция «Пуговица за 2 минуты» (ЦОК).	Пришить оторвавшуюся пуговицу на домашнюю одежду.
52–54	Посещение кафе/столовой самообслуживания:	Урок социальной адаптации	3		Пр.р. №18: Имитация очереди и диалога «Мне, пожалуйста,	Симулятор «Кафе самообслуживан	Протереть стол за собой в школьном

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	выбор блюда на раздаче, поднос, оплата (наблюдение/участие).				суп» у стойки.	ия» (ЦОК).	буфете.
55–57	Прием пищи: этикет использования бумажных салфеток (индивидуальных), зубочисток (в ванной).	Комбинированный урок	3		Пр.р. №19: Скручивание салфетки в трубочку для фиксации прибора при доставке еды.	Картинка «Этикет доставки» (ЦОК).	Не разговаривать с полным ртом во время семейного ужина.
58–60	Заваривание чая в чайнике (засыпание заварки, залив кипятка, накрывание полотенцем).	Урок-практикум	3		Пр.р. №20: Использование щипцов для сахара или специальных ложечек.	Визуальная инструкция «Чайная церемония просто» (ЦОК).	Налить родителям чай в чашки, подав их ручкой вправо.
61–63	Использование ножа для намазывания масла не только на хлеб, но и на блины/сырники.	Комбинированный урок	3		Пр.р. №21: Равномерное распределение густой массы по поверхности.	Короткий ролик «Аккуратная подача» (ЦОК).	Помогать резать мягкий сыр на тарелку гостям.
64–66	Этикет праздничного стола:	Урок этической культуры	3		Пр.р. №22: Сервировка кукольного стола к	Презентация «Сервировка торжества»	Украсить семейный стол веточкой зелени

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	использование тканевой салфетки, раскладывание столовых приборов (рыбный/мясной нож).				празднику (свечи, кольца для салфеток).	(ЦОК).	или салфеткой.
67–69	Уборка кухни: загрузка посудомоечной машины (раскладка приборов в лоток).	Урок трудовой деятельности	3		Пр.р. №23: Сортировка вилок, ложек и ножей по ячейкам корзины.	Видео «Как работает посудомойка» (ЦОК).	Протереть фасады кухонных шкафов от пальцев.
70–72	Повторение тем III четверти. Организация собственного перекуса (полдник) полностью самостоятельно.	Урок систематизации	3		Пр.р. №24: Приготовление бутерброда и налив сока без крошек и пятен.	Интерактивный комикс «Мой обед» (ЦОК).	Вымыть за собой разделочную доску сразу после нарезки.
73–75	Повторение тем III четверти.	Урок систематизации	3				
IV четверть (27 часов) <i>(Разделы: Туалет — общественные места, Семья —</i>							

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
конфликты, Итоговый контроль)							
76–78	Общественный туалет: пользование сушилкой для рук, диспенсером мыла, урной.	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №25: Активация автоматического дозатора движением рук.	Видеоролик «Чистота в ТЦ» (ЦОК).	Использовать влажную салфетку для обработки ручки двери выхода.
79–81	Путешествия: гигиена в поезде/самолете (антибактериальные средства, смена белья в дороге).	Урок-практикум	3		Пр.р. №26: Сбор дорожного гигиенического набора (щетка+паста+салфетки).	Социальная история «Еду в поезде» (ЦОК).	Сложить свое постельное белье в специальный мешок в плацкарте.
82–84	Решение конфликтов в семье: компромисс («Давай посмотрим сначала твой фильм, потом мой»).	Урок формирования навыков общения	3		Пр.р. №27: Разбор кейсов «Хочу гулять — Хочу спать» (поиск середины).	Анимация «Учимся договариваться» (ЦОК).	Уступить пульт от телевизора младшему брату на 10 минут.
85–87	Мытье домашних животных (собаки/кошки) — помощь взрослому.	Урок-практикум	3		Пр.р. №28: Набор воды нужной температуры, удержание животного, подача шампуня.	Видео «Купаем собаку без стресса» (ЦОК).	Вычесать кота специальной щеткой.

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК / ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
88–90	Финансовая грамотность: карманные деньги, копилка, сдача в магазине (понятие).	Урок открытия новых знаний	3		Пр.р. №29: Расчет сдачи с сотни рублей на калькуляторе (игрушечные деньги).	Игра «Магазин: сколько стоит?» (ЦОК).	Откладывать мелочь из магазина в копилку каждый вечер.
91–93	Итоговая проверочная работа. Блок 1: Коммуникативный. Телефонный заказ такси или пиццы по готовому скрипту.	Урок контроля знаний	1	КР №2 (устно-прак.)		Карточки-подсказки «Диалог телефону» по (ЦОК).	Нет
94–96	Итоговая проверочная работа. Блок 2: Навыки самообслуживания. Полная самостоятельная подготовка ко сну (душ, одежда, будильник).	Урок контроля умений	1	КР №3 (прак.)	Пр.р. №30 (контрольная)	Электронный чек-лист вечера (ФГИС).	Нет
97–99	Итоговая проверочная работа. Блок 3: Социально-бытовая адаптация. Сервировка	Урок контроля навыков	1	КР №4 (прак.)	Пр.р. №31 (контрольная)	Визуальное пособие «Праздничный этикет» (ЦОК).	Нет

№ урока	Название темы	Тип урока	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические работы	ЭОР (Библиотека ЦОК ФГИС/РЭШ)	Домашнее задание
	праздничного стола на 4 персоны по схеме (нож справа, вилка слева).						
100–102	Подведение итогов года. Портфолио достижений «Я умею» (фотографии выполненных работ).	Урок рефлексии и планирования	3		Пр.р. №32: Оформление альбома лучших блюд/сервировок/узлов за год.	Шаблон портфолио ученика (ЦОК).	Продемонстрировать родителям одно самое сложное умение года.

Методические пояснения к 4 классу:

1. **Усложнение:** Переход от исполнительской функции к организаторской (планирование досуга, составление списка покупок, сервировка).
2. **Контрольные работы:** Оценивается способность действовать в ситуации фрустрации или дефицита времени (например, быстро вымыть руки в общественном месте, пока ждет очередь).
3. **Практические работы:** Включают элементы бытового ремонта, финансовой ответственности и ухода за другими (животные, младшие дети, растения).
4. **Домашнее задание:** Направлено на проявление инициативы в ведении домашнего хозяйства и планировании бюджета семьи.