

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №20»
(МАОУ СОШ №20)**

мкр-н «Менделеево», 6, г. Тобольск, Тюменская область, 626128
Телефон (3456) 36-33-16, тел./факс (3456)36-23-17, 36-33-43 E-mail tobsh20@obl72.ru

Приложение к АООП УО

Рассмотрено
на заседании Педагогического
совета МАОУ СОШ №20
(протокол от 03.07.2026 г. №16)

Согласовано на заседании
Управляющего совета
МАОУ СОШ № 20
(протокол от 28.07.2026 г. №7)

Утверждено приказом
директора МАОУ СОШ №20
от 28.07.2026 г. №129



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №20"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №20"
Дата: 2026.10.13 20:40:34 +07'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Человек» для 7 класса
(АООП для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями))**

г. Тобольск
2026 г.

1.Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Рабочая программа предмета «Человек» для общего образования разработана на основе нормативных документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1023 “Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья”.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)".

Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета – формирование представления о себе самом и ближайшем окружении.

Задачи курса:

-формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими, представления о собственном теле; соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале; отнесение себя к определенному полу;

- распознавание своих ощущений и обогащение сенсорного опыта;
- развитие способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать представления о возрастных изменениях;
- формировать адекватное отношение к своим возрастным изменениям;
- формировать умения поддерживать образ жизни, соответствующему возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;
- формировать умения поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;

- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения решать возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие собственной активности ребенка;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;
- развитие планирования и контроля деятельности;
- развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач;
- формировать основы функциональной грамотности на уроке;
- развивать навыки применения знаний функциональной грамотности на практике, в повседневной жизнедеятельности;
- сформировывать основы функциональной грамотности на уроке, с учетом познавательных возможностей учащихся;
- развивать навыки применения знаний функциональной грамотности на практике, в повседневной жизнедеятельности.

Основные виды коррекционной работы:

- коррекция нарушений психофизического развития детей.
- коррекция внимания, памяти;
- коррекция слухового и зрительного восприятия;
- коррекция устной связной речи;
- коррекция познавательной деятельности.
- расширять представления функциональной грамотности, применение знаний на практике.

Технологии обучения:

1. дифференцированное обучение;
2. традиционное обучение;
3. информационно-коммуникативные технологии;
4. здоровьесберегающие технологии.

Виды и формы контроля: безоценочная, входной и промежуточный контроль не предусмотрены. Показателем усвоения обучающимися программы учебного материала 6 класса является овладение формированием представления о себе и ближайшем окружении, повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Приобщение ребенка 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. Программа представлена разделами: «Представления о себе», «Семья».

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Согласно учебному плану на изучение предмета «Человек» в 7 классе отводится - 66 часов из расчета 2 ч в неделю, 34 учебные недели.

Количество часов:

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
16 ч	16 ч	20ч	14 ч
1 полугодие 32 часа		2 полугодие 34 часов	

4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

Природа – родная земля, заповедная природа, планета Земля, экологическое сознание;
 труд и творчество – уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие
 патриотизм - любовь к Родине, своему краю, народу, служение Отечеству;
 социальная солидарность - свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям, институтам государства и гражданского общества;
 гражданственность - долг перед Отечеством, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок;
 семья - любовь и верность, забота, помощь и поддержка, равноправие, здоровье, достаток, уважение к родителям;

личность - саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору.

5. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Результаты освоения учебного предмета делятся на две группы.

Личностные результаты:

- Социально- эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определяет состояние своего здоровья.

Гендерная идентичность:

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования).

Возрастная идентификация:

- определяет свою возрастную группу (ребёнок, подросток, юноша);
- проявляет уважение к людям старшего возраста.

Уверенность в себе:

- осознаёт, что может и что ему пока не удаётся.

Чувства, желания, взгляды:

- понимает эмоциональное состояние других людей;
- понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.);
- проявляет собственные чувства.

Социальные навыки:

- умение устанавливать и поддерживать контакт;
- умеет кооперироваться и сотрудничать;
- избегает конфликтных ситуаций;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;

- использует элементарные формы речевого этикета;
- принимает доброжелательные шутки в свой адрес;
- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т.д.).

Мотивационно-личностный блок:

- испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне);
- стремится помогать окружающим.

Биологический уровень:

- сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.);
- сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.).

Осознаёт себя в следующих социальных ролях:

- семейно-бытовых.

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь:

- осознает, что определенные его действия несут опасность для него;

Ответственность за собственные вещи:

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Экологическая ответственность:

- не мусорит на улице;
- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;

Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;
- принимать и оказывать помощь.

6. Содержание учебного предмета.

Наименование	Количество	Содержание тем учебного предмета
--------------	------------	----------------------------------

разделов	часов,	
Диагностика	1 ч.	Проведение диагностики по пройденным темам за прошлые года обучения
Представления о себе	26 ч.	Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступни, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание строения человека (скелет, мышцы, кожа). Узнавание (различение) внутренних органов человека (на схеме тела) (сердце, легкие, печень, почки, желудок). Знание назначения внутренних органов. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Знание видов деятельности для организации своего свободного времени. Сообщение сведений о себе. Рассказ о себе. Знание возрастных изменений человека.
Гигиена тела	14 ч.	Различение вентиля с горячей и холодной водой. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук полотенцем. Сушка рук с помощью автоматической сушилки. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Нанесение крема на руки. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой. Нанесение покрытия на ногтевую поверхность. Удаление декоративного покрытия с ногтей. Вытирание лица. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица. Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой. Очищение носового хода. Нанесение косметического средства на лицо. Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком. Расчесывание волос. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос:

		намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос. Соблюдение последовательности действий при сушке волос феном: включение фена (розетка, переключатель), направление струи воздуха на разные участки головы, выключение фена, расчесывание волос. Мытье ушей. Чистка ушей. Вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела. Гигиена интимной зоны. Пользование гигиеническими прокладками. Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).
Обращение с одеждой и обувью	13 ч.	Узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джермпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) деталей предметов одежды: пуговицы (молнии, заклепки), рукав (воротник, манжеты). Знание назначения деталей предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Знание назначения видов обуви (спортивная, домашняя, выходная, рабочая). Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение видов одежды (повседневная, праздничная, рабочая, домашняя, спортивная). Выбор одежды в зависимости от предстоящего мероприятия. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная). Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание

		обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Соблюдение последовательности действий при одевании комплекта одежды (например, надевание колготок, надевание футболки, надевание юбки, надевание кофты). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды, верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.
Туалет	2 ч.	Сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой или большой нужды. Пользование туалетной бумагой. Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе (горшке), оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.
Прием пищи	7 ч.	Сообщение о желании пить. Питье через соломинку. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Использование ножа и вилки во время приема пищи: отрезание ножом кусочка пищи от целого куска, наполнение вилки гарниром с помощью ножа. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку
Семья	4 ч.	Узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) обучающихся и взрослых. Определение своей социальной роли в семье. Различение социальных ролей членов семьи. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи. Представление о профессиональной деятельности членов семьи. Рассказ о своей семье.
Итого:	66 ч.	

7. Тематическое планирование с определением основных видов деятельности на уроке.

Номер урока по порядку	Темы разделов	Количество часов	Основные виды деятельности
1	Представление о себе.	26	Беседа, практические занятия.

2	Гигиена тела.	14	Беседа, практические занятия.
3	Обращение с одеждой и обувью.	13	Просмотр презентаций, беседа.
4	Туалет	2	Просмотр презентаций, беседа ,практические занятия.
5	Прием пищи.	7	Беседа, практические занятия.
6	Семья.	4	Беседа, игра, просмотр мультфильмов.

8.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Картины, наглядные пособия; предметы различной формы, величины, цвета.

Невербальные средства общения (жест, мимика, голос).

Электронные презентации.

Дидактические игры по лексическим темам.

Шнуровки, липучки.

Принадлежности для ухода за своим телом.

Оборудование, позволяющее выполнять на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определённым признакам.

Пазлы, лото, разрезные картинки.

Альбомы с фотографиями детей, изображений, предметов, людей, объектов природы, цифр и др.

Учебные столы.

Предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины).

Звучащие предметы для встряхивания.

Предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра).

Поурочное планирование по предмету «Человек».

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Домашнее задание
----------------	-------------------	---------------------	-------------------------

	1 четверть – 16 часов.		
	Представление о себе.	10	
1	Человек. Пол человека. Идентификация себя как мальчика или девочку.	1	Повторить различия мальчиков и девочек.
2	Части тела: голова (волосы, уши, шея, лицо).	1	Повторить части головы.
3	Части лица человека: глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Назначения частей лица.	1	Повторить назначения частей лица.
4	Глаза – орган зрения.	1	Повторить назначение глаз.
5	Забота о зрении.	1	Повторить правила заботы о зрении.
6	Уши - орган слуха.	1	Повторить назначение ушей.
7	Забота о слухе, правила сохранения слуха.		Повторить правила заботы о слухе.
8	Нос - орган обоняния и дыхания.	1	Повторить назначение носа.
9	Рот. Речевой аппарат. Язык – орган вкуса.	1	Повторить части рта, их назначение.
10	Кожа – орган осязания. Правила ухода за кожей.	1	Повторить назначение кожи.
	Гигиена тела	6	
11	Горячая и холодная вода. Регулирование напора струи воды. Смешивание воды до комфортной температуры.	1	Алгоритм регулировки напора и температуры воды.
12	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.	1	Повторить последовательность действий при мытье рук.
13	Гигиена глаз.	1	Повторить правила гигиены глаз.
14	Гигиена ушей.	1	Повторить правила гигиены ушей.
15	Гигиена рта. Алгоритм чистки зубов.	1	Повторить правила гигиены рта.
16	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.	1	Повторить последовательность действий при мытье лица.
	2 четверть – 16 часов.		

	Обращение с одеждой и обувью.	5	
17	Предметы одежды. Назначение предметов одежды.	1	Повторить назначение одежды.
18	Детали одежды: молнии, пуговицы, заклёпки, липучки.	1	Повторить детали одежды.
19	Обувь. Назначение обуви.	1	Повторить назначение обуви.
20	Головные уборы. Назначение головных уборов.	1	Повторить назначение головных уборов.
21	Выбор одежды в зависимости от погодных условий.	1	Повторить правила выбора одежды в зависимости от погоды.
	Туалет	2	
22	Сообщение о желании сходить в туалет с помощью речи, жестов, картинок.	1	Повторить варианта сообщения о желании сходить в туалет.
23	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.	1	Повторить последовательность действий при походе в туалет.
	Прием пищи	5	
24	Сообщение о желании пить с помощью речи, жестов, картинок.	1	Повторить варианта сообщения о желании пить.
25	Сообщение о желании есть в туалет с помощью речи, жестов, картинок.	1	Повторить варианта сообщения о желании есть.
26	Наливание жидкости в кружку.	1	Повторить правила наливания жидкости в кружку.
27	Накладывание пищи в тарелку.	1	Повторить правила накладывания пищи в тарелку.
28	Использование салфетки во время приема пищи.	1	Повторить необходимость использования салфетки во время приёма пищи.
	Семья	4	
29	Моя семья. Члены моей семьи.	1	Расспросить членов своей семьи о их

			обязанностях по дому, досуговой и трудовой деятельности.
30	Социальные роли членов семьи, их обязанности по дому.	1	Повторить обязанности членов семьи по дому.
31	Досуговая и профессиональная деятельность членов семьи.	1	Подготовить рассказ о своей семье.
32	Рассказ о своей семье.	1	Не задано.
	3 четверть – 20 часов		
	Представление о себе.	12	
33	Туловище: спина, живот.	1	Повторить части туловища.
34	Руки и ноги человека. Назначение рук и ног человека.	1	Функции рук и ног человека.
35	Строение тела человека. Скелет, мышцы, кожа.	1	Функции скелета человека.
36	Строение тела человека. Скелет, мышцы, кожа.	1	Функции мышц и кожи человека.
37	Внутренние органы человека.	1	Повторить внутренние органы человека.
38	Органы пищеварения.	1	Повторить органы пищеварения.
39	Функции органов пищеварения.	1	Повторить функции органов пищеварения.
40	Дыхание человека.	1	Повторить органы дыхания человека.
41	Функции органов дыхания человека.	1	Повторить функции органов дыхания человека
42	Сердце человека. Функции сердца человека.	1	Повторить функции сердца человека.
43	Кровеносная система человека. Функции кровеносной системы человека.	1	Повторить функции кровеносной системы человека.
44	Кровь человека. Состав, значение крови.	1	Повторить значение крови человека.
	Гигиена тела	8	
45	Уход за ногтями. Подстригание ногтей ножницами. Подпиливание ногтей пилочкой.	1	Повторить правила ухода за ногтями.
46	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании волос: намачивание волос, намыливание волос, смывание шампуня с волос, вытирание волос.	1	Повторить последовательность действий при мытье волос.
47	Расчесывание волос.	1	Повторить правила расчёсывания волос.

48	Завязывание хвостика, плетение косички на волосах.	1	Повторить способы плетения косички.
49	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании ног: намачивание ног, намыливание ног, смывание мыла, вытирание ног.	1	Повторить последовательность действий при мытье ног.
50	Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании тела: ополаскивание тела водой, намыливание частей тела, смывание мыла, вытирание тела.	1	Повторить последовательность действий при мытье тела.
51	Гигиена интимной зоны.	1	Повторить правила гигиены интимных зон.
52	Пользование косметическими средствами (дезодорантом, туалетной водой, гигиенической помадой, духами).	1	Повторить правила пользования косметическими средствами.
	4 четверть – 14 часов		
	Прием пищи.	2	
53	Продукты питания.	1	Повторить продукты питания.
54	Правила приема пищи.	1	Повторить правила приёма пищи.
	Представление о себе.	4	
55	Человек здоровый, человек больной	1	Повторить признаки начала заболевания.
56	Способы поддержания здоровья.	1	Повторить способы поддержания здоровья.
57	Закаливание.	1	Повторить правила закаливания.
58	ЗОЖ	1	Повторить основы ЗОЖ.
	Обращение с одеждой и обувью.	8	
59	Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).	1	Упражняться в расстегивании (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка).
60	Выворачивание одежды.	1	Упражняться в выворачивании одежды.
61	Последовательность одевания, раздевания.	1	Упражняться в выворачивании одежды.

62	Уход за одеждой.	1	Повторить правила ухода за одеждой.
63	Предметы ухода за одеждой.	1	Повторить предметы для ухода за одеждой.
64	Последовательность одевания, раздевания.	1	Повторить последовательность одевания, раздевания.
65	Упражнение в обувании и снятии обуви.	1	Повторять последовательность обувания и снятия обуви.
66	Уход за обувью. Предметы ухода.	1	Повторить правила ухода за обувью.