

# Из СИПРа в разделе ЧЕЛОВЕК

Представление о себе как Я, осознание общности и различий Я от ДРУГИХ.

- 1) соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале.
- 2) представление о собственном теле
- 3) отнесение себя к определенному полу

4) умение определять МОЁ и НЕ МОЁ, осознавать и выражать свои интересы и желания.

5) умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы





Умение решать  
каждодневные жизненные  
задачи, связанные с  
удовлетворением  
первоочередных  
потребностей

- 1) умение обслужить себя:  
принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться
- 2) умение сообщать о своих потребностях



**Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностями ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами**

- 1) умение определять свое самочувствие
- 2) умение соблюдать гигиену
- 3) умение следить за своим внешним видом

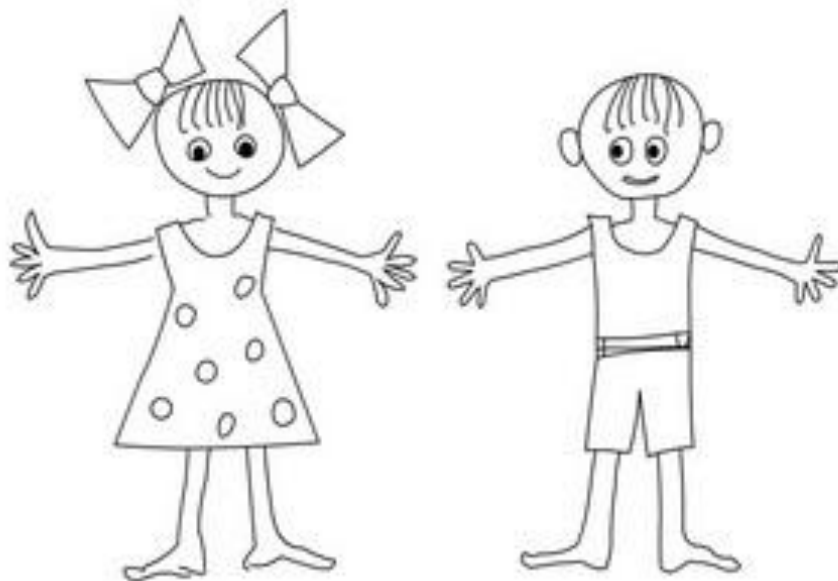


# **Представление о своей семье и взаимоотношениях в семье**



# Представления о себе

Кто я?



# Узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду

- Ожидаемый результат:

узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду;

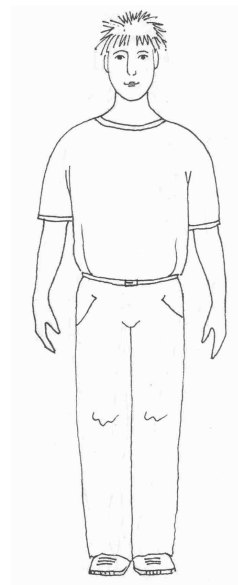
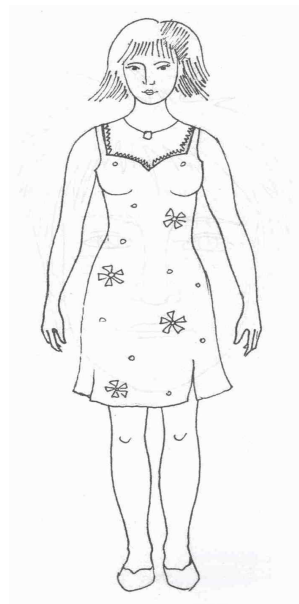
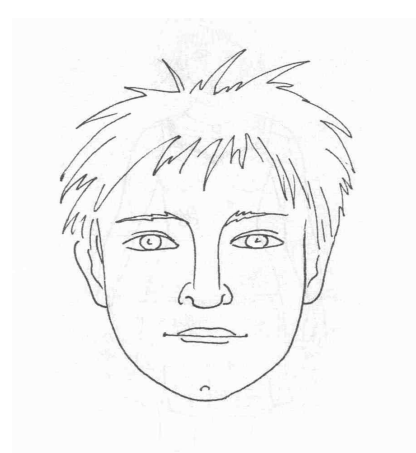
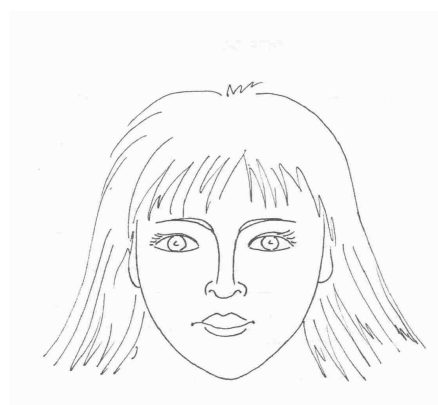
- Методические рекомендации:

Ребенок учится различать мальчика и девочку (юношу и девушку) по внешнему виду (одежда, прическа), соотносить себя и других с определенной возрастной категорией (например, девушка, юноша); называть внешние отличительные признаки мальчиков или девочек (юношей и девушек).

- Формируемые понятия: мальчик, девочка, юноша, девушка

# Практические задания

- **Задание 1.** Кто это? (Где девочка? Где мальчик? Покажи).
- А ты девочка или мальчик? (А ты кто? Покажи).
- **Задание 2.** Кто это? Почему ты так думаешь? (Где девочка? Где мальчик? Чем они отличаются? Покажи).
- **Задание 3.** Кто это? Почему ты так думаешь? (Где женщина? Где мужчина? Чем они отличаются? Покажи).





# Идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки)

- Ожидаемый результат:

идентификация себя как мальчика (девочки), юноши (девушки)

- Методические рекомендации:

Ребенок учится различать мальчика и девочку (юношу и девушку) по внешнему виду (одежда, прическа), соотносить себя и других с определенной возрастной категорией (например, девушка, юноша); называть внешние отличительные признаки мальчиков или девочек (юношей и девушек).

- *Формируемые понятия:* мальчик, девочка, юноша, девушка

# Практические задания

- Задание 1.  
Нарисуй свой  
портрет!



# **Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка))**

- Ожидаемый результат:

узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка));

- Методические рекомендации:

Ребенок получает представление о строении тела человека: голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колени, ступня, пальцы, пятка). Он учится показывать и называть части тела на другом человеке, на себе, кукле, изображении. *Формируемые понятия:* части тела, голова, волосы, уши, шея, лицо, туловище, спина, живот, руки, локоть, ладонь, пальцы, ноги, колени, ступня, пальцы, пятка

# Практические задания



колени



грудь



палец



нога



туловище



рука



стопа



живот



ладонь

# Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы))

- Ожидаемый результат:
- узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы));
- Методические рекомендации:
- Ребенок получает представление о том, что люди отличаются друг от друга биологическими характеристиками: цветом глаз, волос, формой носа, рта. Ребенок учится находить части лица на другом человеке, на себе, кукле, изображении и знакомится с их назначением. Например, у меня есть рот, он мне нужен для того, чтобы пить, есть, говорить, смеяться.
- *Формируемые понятия:* глаза, брови, нос, лоб, рот, губы, язык, зубы

# Практические задания

 нос	 щека	 ухо
 лицо	 голова	 губы
 глаз	 волосы	 язык

# Знание видов деятельности для организации своего свободного времени

- Ожидаемый результат:

знание видов деятельности для организации своего свободного времени

- Методические рекомендации:

Ребенок получает представление о видах деятельности, которыми можно заниматься в свое свободное время: рисовать, ходить в кино, слушать музыку, гулять в парке, играть в компьютерные игры и др.

Рекомендуем рассматривать фотографии с различными видами отдыха, в которых принимал участие ребенок, его коллекции марок, наклеек, игрушек и т.д. Ребенок учится рассказывать о своих увлечениях (хобби).

- Формируемые понятия: свободное время

# Практические задания

возраст	Я хочу, я могу	Я должен
1 год	сидеть, ходить, спать, играть, писать и какать в памперс	
5 лет	смотреть телевизор, рассматривать книжки, умываться, играть	сам есть, ходить в туалет, сам играть, одеваться и раздеваться
14 лет	сам выбирать, что надеть, сам решать, с кем дружить, сам делать покупки	сам следить за своей одеждой и обувью; отвечать за свою учебу; отвечать за чистоту своего тела, получить паспорт
18 лет	гулять один; ложиться спать в удобное для меня время; иметь друга/подругу	отвечать за свои слова и поступки; работать; отвечать за своего друга/подругу



# Сообщение сведений о себе

- Ожидаемый результат:

сообщение сведений о себе;

- Методические рекомендации:

Сначала ребенок учится сообщать о себе, называя имя, фамилия, возраст, город проживания, школа (анкетные данные), заполнять анкету. После этого ребенок учится рассказывать о себе более развернуто (с опорой на наглядность), сообщая не только анкетные данные, но и называя любимые занятия в школе, значимые события своей жизни, любимые занятия дома, любимая еда, фильмы и т.п. Когда ребенок научится рассказывать о себе, он дополняет рассказ сведениями о своей семье, например: «Я живу с мамой Раей, папой Сашей, сестрой Кристиной и т.д.». Отдельно ребенок учится называть свои анкетные данные (адрес), заполнять анкету, расписываться.

- Формируемые понятия: адрес, анкета, анкетные данные, подпись



# Рассказ о себе

- Ожидаемый результат:

рассказ о себе

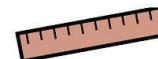
- Методические рекомендации:

Сначала ребенок учится сообщать о себе, называя имя, фамилия, возраст, город проживания, школа (анкетные данные), заполнять анкету. После этого ребенок учится рассказывать о себе более развернуто (с опорой на наглядность), сообщая не только анкетные данные, но и называя любимые занятия в школе, значимые события своей жизни, любимые занятия дома, любимая еда, фильмы и т.п. Когда ребенок научится рассказывать о себе, он дополняет рассказ сведениями о своей семье, например: «Я живу с мамой Раей, папой Сашей, сестрой Кристиной и т.д.». Отдельно ребенок учится называть свои анкетные данные (адрес), заполнять анкету, расписываться

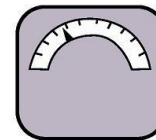
- *Формируемые понятия:* адрес, анкета, анкетные данные, подпись

# Практические задания

1 Мой рост \_\_\_\_\_



2 Мой вес \_\_\_\_\_



3 Мой обхват талии \_\_\_\_\_



4 Моя рука \_\_\_\_\_



5 Мой размер ноги  
(для обуви) \_\_\_\_\_



6 Мой размер головы  
(для шапки) \_\_\_\_\_



7 Мой размер безымянного  
или среднего пальца  
(чтобы купить кольцо) \_\_\_\_\_



8 Мой обхват шеи  
(чтобы купить рубашку) \_\_\_\_\_



# Семья



# Узнавание (различение) членов семьи

- Ожидаемый результат:

узнавание (различение) членов семьи;

- Методические рекомендации:

Ребенок учится узнавать среди других людей членов своей семьи (в том числе на фотографии, видео), различать их и называть, отличать взрослых от детей.

- *Формируемые понятия:* семья, мама, папа, брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя, тетя, дети, взрослые

# Определение своей социальной роли в семье

- Ожидаемый результат:

определение своей социальной роли в семье;

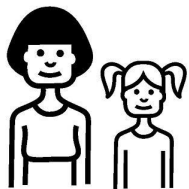
- Методические рекомендации:

Ребенок получает представление о добром, заботливом, уважительном отношении членов семьи друг к другу. Сначала ребенок учится определять свою социальную роль в семье (например, я – сын/дочь, внук/внучка).

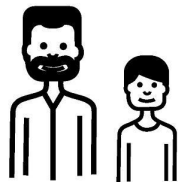
После этого он определяет социальные роли других членов семьи (например, тетя – сестра мамы, папа – сын бабушки и дедушки, которые живут вместе с нами).

- *Формируемые понятия:* сын, дочь, племянник/племянница, внук/внучка, тетя, дядя, сестра, брат

# Практические задания



дочь



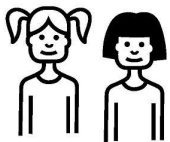
сын



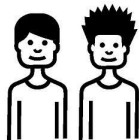
покупатель



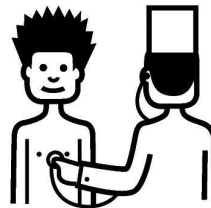
пассажир



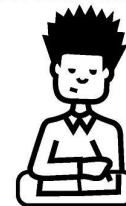
подруга



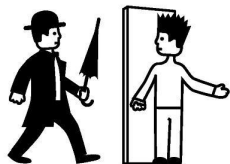
друг



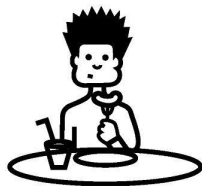
пациент



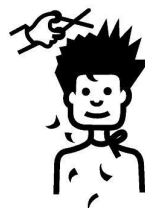
ученик



хозяин



клиент в кафе



клиент в парикмахерской



пешеход



# Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи

- Ожидаемый результат:

представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи

- Методические рекомендации:

Ребенок получает представление о домашней хозяйственной деятельности членов семьи, досуге семьи. Важно сориентировать ребенка в том, какую посильную помощь он может оказать своей семье (например, помочь маме мыть посуду, подметать пол и др.).

- Формируемые понятия: досуг, домашняя работа

# Практические задания

- **Задание 1.**

Кто это? Что  
они делают?

Покажи, на  
какой

картинке

играет

девочка?

Мальчик? Где

женщина

готовит обед?



# Представление о профессиональной деятельности членов семьи

- Ожидаемый результат:

представление о профессиональной деятельности членов семьи

- Методические рекомендации:

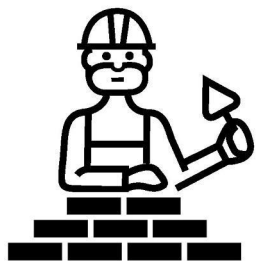
Ребенок знакомится с профессиями взрослых членов семьи; расширяется представление о ранее знакомых профессиях, их действиях и атрибутах труда.

- *Формируемые понятия:* учитель, врач, водитель, продавец, повар, пожарный, строитель, полицейский, парикмахер, летчик

# Практические задания



рабочий лист «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»



Какие профессии являются чаще мужскими?  
Какие чаще женскими?

Нарисуй или наклей картинку  
твоей возможной будущей профессии



# Гигиена тела



# **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)**

- *Ожидаемый результат:*

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)

- Методические рекомендации:

Обучение начинается через совместные действия (используется прием «рука в руке»). По мере необходимости учитель помогает ребенку удерживать руки под струей воды, постепенно уменьшая физическую помощь. Время удержания рук под струей воды увеличивается до 1 минуты. Сначала ребенок учится потирать рука о руку без воды, затем под струей воды. Рекомендуем использовать жидкое мыло, поскольку действие нажимание, необходимое для выдавливания мыла на руку, сформировано на предметно-практической деятельности. Внимание обращается на распределение мыла по поверхности обеих рук (растирание). Трудность представляет удержание куска мыла в руках. Ребенку предлагается упражнение на вынимание мыла из таза с водой и помещение его в мыльницу. Важно, чтобы размер куска мыла соответствовал размеру ладони ребенка.

Соблюдать последовательность действий при мытье рук ребенок учится по подражанию, по образцу, по словесной инструкции или с опорой на изображения (фото, картинки, пиктограммы). Ребенок учится брать мыло и удерживать его под струей воды. Внимание обращается на тщательное растирание намыленных рук и смывание мыла. Если ребенок не осваивает одну из операций последовательности действий при мытье и вытирании рук, то она разбивается на более мелкие шаги и отрабатывается отдельно. Например, смывание мыла с рук: удержание рук под струей воды, потирание ладони о ладонь, потирание ладонью одной руки по тыльной стороне другой руки.



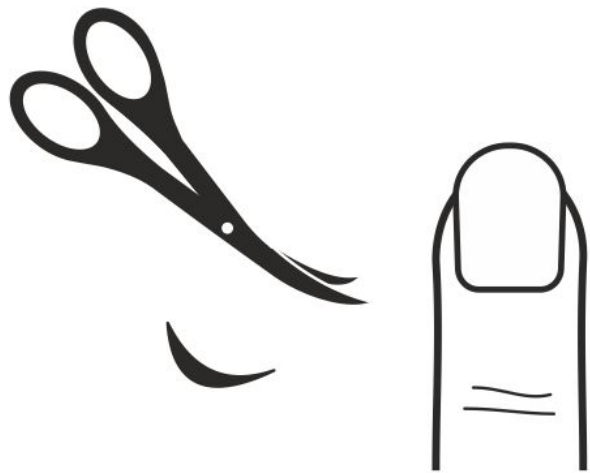
# Подстригание ногтей ножницами

- Ожидаемый результат:

подстригание ногтей ножницами

- Методические рекомендации:

Начинать учить ребенка подстригать ногти ножницами необходимо после того, как он научился вырезать маникюрными ножницами фигурный контур. Ориентиром является линия, разделяющая отросшую часть ногтя (белого цвета) от основного ногтя. Перед подстриганием ногтей на руках и ногах рекомендуется опустить их в теплую воду на 5-10 минут. Поскольку подстригание ногтей на рабочей руке затруднительно и может быть небезопасным для ребенка, необходим контроль или помощь со стороны взрослого. При подстригании ногтей на ногах важно помочь ребенку выбрать позу, удобную для подстригания ногтей (сидя на стуле, стоя, поставив одну ногу на стул и т.п.).



ПОДСТРИГАТЬ НОГТИ

# **Соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком**

- Ожидаемый результат:

соблюдение последовательности действий при бритье электробритвой, безопасным станком

- Методические рекомендации:

Начинать работу следует со знакомства с устройством электробритвы\безопасного станка и правилами техники безопасности. При бритье электробритвой подросток вставляет вилку в розетку, включает бритву и водит её бреющей поверхностью по щекам, над верхней губой, по подбородку и шее. Перед бритьем станком подросток наносит средство для бритья на определенные участки лица, затем проводит по ним станком, выполняя движения сверху вниз и снизу вверх, периодически промывая станок. После этого он моет лицо, смывая остатки средства для бритья, и вытирает его насухо. Подросток учится использовать специальные средства после бритья (лосьон, крем), которые равномерно наносит на выбритые сухие участки лица. Внимание обращается на уход за электроприбором, его чистку после каждого использования. В СИОП подростка последовательность бритья разбивается пошагово. Если подросток не осваивает одну из операций последовательности действий при бритье, то она разбивается на более мелкие шаги и отрабатывается отдельно.



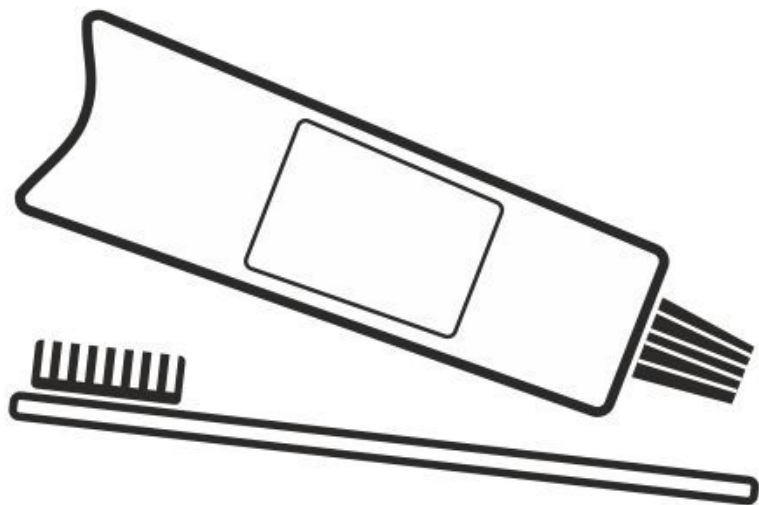
# Чистка зубов

- Ожидаемый результат:

чистка зубов

- Методические рекомендации

Обучение ребенка чистке зубов начинается с беседы учителя с родителями, в ходе которой учитель выясняет состояние зубов ребенка, получает информацию о том, какой зубной пастой и щеткой пользуется ребенок. Чистить зубы ребенок учится выметающими движениями (наружную и внутреннюю поверхность - от десны к краю зуба) и горизонтальными движениями (жевательную поверхность). Удерживая руку ребенка со щеткой в своей руке, учитель дает образец выполнения действий. Сначала ребенок учится чистить зубы без зубной пасты, затем с ее использованием. Продолжительность чистки зубов в среднем составляет 3-4 минуты. Зубная паста должна быть приятной на вкус и нравиться ребенку.



ДЛЯ ЧИСТКИ ЗУБОВ

# Обращение с одеждой и обувью





# Узнавание (различение) предметов

## одежды

- Ожидаемый результат:
- узнавание (различение) предметов одежды (пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки))
- Методические рекомендации:
- Ребенок знакомится с предметами верхней одежды, нижним бельем и др., рассматривает детали предмета одежды (пуговицы, молнии, воротник, манжеты и др.). Внимание обращается на то, чем один предмет одежды отличается от другого (например, у свитера нет пуговиц, а у кофты есть пуговицы; у футболки есть короткие рукава, а майка без рукавов). Уточняется назначение отдельных предметов одежды (например, шубу носят зимой в мороз, шорты носят летом в жару).



ped-kopilka.ru



# Знание назначения предметов одежды

- Ожидаемый результат:

знание назначения предметов одежды;

- Методические рекомендации:

Ребенок знакомится с предметами верхней одежды, нижним бельем и др., рассматривает детали предмета одежды (пуговицы, молнии, воротник, манжеты и др.). Внимание обращается на то, чем один предмет одежды отличается от другого (например, у свитера нет пуговиц, а у кофты есть пуговицы; у футболки есть короткие рукава, а майка без рукавов). Уточняется назначение отдельных предметов одежды (например, шубу носят зимой в мороз, шорты носят летом в жару).

# Снятие предмета одежды

- Ожидаемый результат:

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)

- Методические рекомендации:

Начинать обучение следует с одежды, удобной для снятия. Первоначально ребенок учится снимать одежду, расстегнутую и приспущенную взрослым. При снятии брюк (трусов, шорт, колготок) ребенок берет за пояс, спускает до колен, затем поочередно вынимает ноги из брюк. При снятии свитера (футболки, майки, платья) ребенок скрещивает руки, захватывает низ свитера и поднимает вверх до уровня головы. Затем поочередно вынимает руки из рукавов и через голову снимает свитер. Снимая куртку (пальто, пиджак, рубашку, кофту, блузку), ребенок приспускает ее с плеч, вытаскивает одну руку из рукава, затем, свободной рукой придерживая куртку, вынимает другую руку.

# Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка)

- Ожидаемый результат:

застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка)

- Методические рекомендации:

Начинать обучение рекомендуем с застегивания «липучки»: ребенок учится накладывать одну деталь застежки на другую. При застегивании кнопок ребенок учится совмещать верхнюю деталь кнопки с нижней частью и надавливать. При застегивании молнии внимание обращается на точное попадание в патрон конца молнии, который может быть дополнительно промаркирован, при этом патрон максимально спущен вниз.

- Застегивая пуговицу, ребенок пальцами одной руки удерживает ее, а пальцами другой руки расширяет петлю и накидывает ее на пуговицу (или вставляет пуговицу в петлю). При застегивании ремня ребенок просовывает ремень в пряжку, оттягивает его в сторону, вставляет язычок в отверстие и протягивает ремень дальше (в петлю). Если ребенок затрудняется в застегивании молний, липучек и др. на себе, то ему упрощают задание, предлагая, например, застегнуть крупную молнию на макете, на одежде другого человека, стоящего рядом, на одежде, лежащей перед ним. При застегивании молнии на обуви нога стоит на полной ступне, при этом одной рукой ребенок тянет за «собачку», другой рукой соединяет две стороны молнии. Завязывая шнурок, ребенок берет концы шнурка, оборачивает один конец шнурка вокруг другого, пропуская его внутрь, и тянет за оба конца. После того как получился узелок, ребенок делает из концов шнурка две петельки и для получения бантика завязывает их таким же способом.

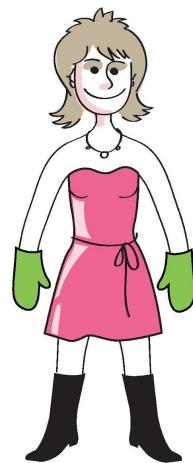
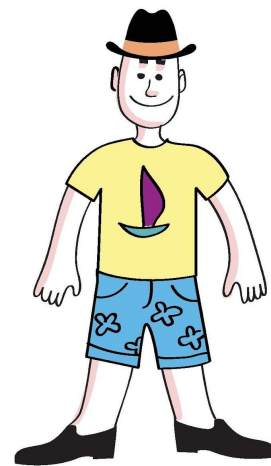
# Контроль своего внешнего вида

- Ожидаемый результат:

контроль своего внешнего вида

- Методические рекомендации:

После того как ребенок научился надевать отдельные предметы одежды (обуви), он учится контролировать свой внешний вид: расправлять воротничок блузки, заправлять рубашку, застегивать ширинку брюк, отряхивать одежду и т.д. Учитель дает образец опрятного внешнего вида, просит ребенка посмотреть на себя (или в зеркало), правильно ли надета, застегнута одежда, обувь. Если ребенок изначально оделся правильно и сказал об этом, учитель хвалит его. Если ребенок не заметил неряшливости в своем внешнем виде, то учитель обращает его внимание на конкретный предмет одежды, например: «Посмотри, правильно одеты брюки? или «Отряхни рукав куртки».





# Прием пищи



# Сообщение о желании пить

- Ожидаемый результат:
- сообщение о желании пить
- Методические рекомендации:

- 

- Ребенка учат просить пить, например, говорить «Дай пить» или выражать желание жестом, причмокиванием и др. Это делают на специально организованных занятиях или в естественных ситуациях во время приема пищи, предлагая ребенку любимые напитки.

# Питье из кружки / стакана

- Ожидаемый результат:

питье из кружки / стакана

- Методические рекомендации:

В зависимости от двигательных возможностей ребенка он учится пить из стакана или кружки, удерживая ее за одну/две ручки. Если ребенок проливает содержимое кружки, рекомендуем надевать на нее насадку (крышку) с носиком. После того, как ребенок захватил кружку, он учится подносить кружку ко рту, не наклоняя ее. Действие выполняется совместно с взрослым. Наклон кружки выполняется только тогда, когда край кружки коснулся нижней губы. Опуская кружку на стол, ребенок учится удерживать ее до тех пор, пока не поставит.

# Сообщение о желании есть

- Ожидаемый результат:

сообщение о желании есть

- Методические рекомендации:

Ребенка учат просить есть, например, говорить «Дай есть» или выражать желание жестом, причмокиванием и др. Это делают на специально организованных занятиях или в естественных ситуациях во время приема пищи, предлагая ребенку любимую пищу.

# Еда ложкой

- Ожидаемый результат:

еда ложкой (захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку)

- Методические рекомендации:

В зависимости от двигательных возможностей ребенка ему подбирают специальную ложку (с насадкой, изгибом и т.п.). Для того, чтобы тарелка не двигалась по столу, рекомендуем ставить ее на противоскользящую салфетку. Чтобы пища не выливалась из ложки при зачерпывании и поднесении ко рту, сначала берут кашеобразную пищу. По мере формирования навыка еды ложкой переходят к более жидкой пище.

# Туалет



# Сообщение о желании сходить в туалет

- Ожидаемый результат:

сообщение о желании сходить в туалет

- Методические рекомендации:

Ребенок учится привлекать внимание взрослого жестом, взглядом, звуком, словом, мимикой, с помощью пиктограмм, коммуникаторов. У детей с нарушением контроля над выделениями формируют биологические часы: регулярно в одно и то же время, связанное с определенными режимными моментами (после сна, перед прогулкой, после еды и др.), ребенка высаживают на унитаз.

# Соблюдение последовательности действий в туалете

- Ожидаемый результат:

соблюдение последовательности действий в туалете: поднятие крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитаза/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук

- Методические рекомендации:

Внимание ребенка обращается на то, что после туалета необходимо смыть унитаз (при необходимости помыть его квачем) и вымыть руки с мылом. После того как мальчик научился справлять малую нужду сидя на унитаза, он учится делать это стоя, пользуясь унитазом или писсуаром. Учитель-мужчина показывает образец выполнения действия. Внимание ребенка обращается на аккуратное мочеиспускание, точное попадание в унитаз (писсуар). Дополнительным ориентиром может быть метка на днище унитаза (писсуара). После туалета ребенок смывает унитаз (писсуар).