

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ

"МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ АЛНАШСКИЙ РАЙОН УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ"  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АСАНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ Т.К.  
БОРИСОВА»

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО



Протокол № 1 от  
30 08 2024 г



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

 / Т.Ф.Крылова

Приказ № 129 01-02 от

30 08 2024 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы социальной жизни»**

**по АООП для обучающейся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1**

**6 класс**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающейся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) Векшиной А.А.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В соответствии с учебным планом предмет «Основы социальной жизни» изучается в 6 классе в общем объеме 2 часа в неделю, всего 68 часов (при 34 неделях учебного года).

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

**К личностным** БУД, формируемым на этом третьем этапе школьного обучения, относятся умения:

- осознание себя как гражданина России, имеющего определенные права и обязанности;
- соотнесение собственных поступков и поступков других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами;
- определение нравственного аспекта в собственном поведении и поведении других людей;
- ориентировка в социальных ролях;
- осознанное отношение к выбору профессии.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### **Коммуникативные учебные действия:**

*Коммуникативные учебные действия представлены комплексом следующих умений:*

- признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый-незнакомый и т.п.);
- использовать некоторые доступные информационные средства и способы решения коммуникативных задач;
- выявлять проблемы межличностного взаимодействия и осуществлять поиск возможных и доступных способов разрешения конфликта;
- с определенной степенью полноты и точности выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть диалогической и основами монологической форм речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации

#### **Регулятивные результаты**

*К регулятивным БУД, обеспечивающим обучающимся организацию учебной деятельности относятся:*

- постановка задач в различных видах доступной деятельности (учебной, трудовой, бытовой);
- определение достаточного круга действий и их последовательности для достижения поставленных задач;
- осознание необходимости внесения дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения полученного результата с эталоном;
- осуществление самооценки и самоконтроля в деятельности;
- адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих.

#### **Познавательные результаты**

- Применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;

- извлекать под руководством педагога необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач; использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий;
- использовать готовые алгоритмы деятельности;
- устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью. Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) Организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП (вариант 2).

### **Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов на конец школьного обучения (IX класс):**

#### **Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни; знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **Личная гигиена и здоровье**

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.*

*Утренний и вечерний туалет:* содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

*Гигиена тела.* Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

*Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).*

*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

*Уход за волосами.* Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

*Правила и приемы ухода за органами зрения.* Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

*Особенности соблюдения личной гигиены подростком.* Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

*Негативное влияние на организм человека вредных веществ:* табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

### **Охрана здоровья.**

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная.

*Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

*Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.* Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

*Первая помощь.* Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

*Уход за больным на дому:* переодевание, умывание, кормление больного.

*Виды врачебной помощи на дому.* Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

*Документы, подтверждающие нетрудоспособность:* справка и листок нетрудоспособности.

### **Жилище.**

*Общее представление о доме.* Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

*Домашние животные.* Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные

и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

*Планировка жилища.* Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

*Кухня.* Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

*Кухонная утварь.* Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

*Санузел и ванная комната.* Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

*Электробытовые приборы в ванной комнате:* стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

*Мебель в жилых помещениях.* Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

*Убранство жилых комнат:* зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

*Уход за жилищем.* Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

*Насекомые и грызуны в доме:* виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

*Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.*

## **Одежда и обувь.**

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

*Значение опрятного вида человека.*

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка

изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании средств для выведения пятен.

*Предприятия бытового обслуживания.* Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

*Выбор и покупка одежды.* Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

*Магазины по продаже одежды.* Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

*Обувь.* Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

*Магазины по продаже различных видов обуви.* Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

*Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

*Предприятия бытового обслуживания.* Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

*Обувь и здоровье человека.* Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

## **Питание.**

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

*Хлеб и хлебобулочные изделия.* Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

*Мясо и мясопродукты;* первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

*Яйца, жиры.* Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

*Овощи, плоды, ягоды и грибы.* Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

*Мука и крупы.* Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

*Соль, сахар, пряности и приправы.* Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

*Чай и кофе.* Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

*Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

*Рынки.* Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

*Завтрак.* Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

*Обед.* Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

*Ужин.* Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

*Изделия из теста.* Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

*Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

## **Транспорт**

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

*Пригородный транспорт.* Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

*Междугородний железнодорожный транспорт.* Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

*Междугородний автотранспорт.* Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

## **Средства связи**

*Основные средства связи:* почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.



*Письма.* Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

*Бандероли.* Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

*Посылки.* Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

*Телефонная связь.* Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

*Интернет-связь.* Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

### **Предприятия, организации, учреждения.**

*Образовательные учреждения.* Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

*Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.* Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

*Исполнительные органы государственной власти (города, района).* Муниципальные власти. Структура, назначение.

### **Семья.**

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старшим младшим: домашние обязанности.

*Семейный досуг.* Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

*Досуг как источник получения новых знаний:* экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

*Досуг как средство укрепления здоровья:* туристические походы; посещение спортивных секций и др.

*Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби):* коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

*Отдых.* Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

*Экономика домашнего хозяйства.* Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Раздел	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Личная гигиена и здоровье</b>		<b>5 ч</b>
1		Повторение. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека	1
2		Гигиена тела. Утренний и вечерний туалет	1
3		Личные вещи для совершения туалета. Правила содержания личных вещей	1
4		Правила и приемы ухода за органами зрения	1
5		Входная контрольная работа	1
	<b>Охрана здоровья</b>		<b>7 ч</b>
6		Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения	1
7		Самолечение и его негативные последствия	1
8		Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах	1
9		Первая помощь при обморожениях	1
10		Первая помощь при отравлениях	1
11		Первая помощь при солнечном ударе	1
12		Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	1
	<b>Жилище</b>		<b>11 ч</b>
13		Виды жилья: собственное и государственное. Коммунальные удобства в городе и сельской местности	1
14		Домашние животные. Содержание животных в городской квартире	1
15		Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход	1
16		Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба	1
17		Электробытовые приборы на кухне: назначение, правила использования и ухода, техника безопасности	1
18		Кухонная утварь. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями	1
19		Кухонная мебель: названия, назначение	1
20		Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения	1
21		Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение. Уход за мебелью	1
22		Убранство жилых комнат. Правила ухода за убранством жилых комнат	1
23		Магазины по продаже различных видов мебели	1
	<b>Одежда и обувь</b>		<b>10 ч</b>
24		Виды одежды в зависимости от сезона. Особенности разных видов одежды	1
25		Правила и приемы повседневного ухода за одеждой	1
26		Предупреждение появления вредителей на одежде (моли)	1
27		Ручная и машинная стирка изделий	1

28	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья	1
29	Специализированные магазины. Магазины по продаже одежды	1
30	Правила возврата или обмена купленного товара. Хранение чека. Гарантийные средства носки	1
31	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека	1
32	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине	1
33	Правила ухода за обувью из различных материалов	1
	<b>Питание</b>	<b>19 ч</b>
34	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания	1
35	Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения хлебобулочных изделий	1
36	Традиционное блюдо - каша	1
37	Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения	1
38	Виды растительного масла. Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц	1
39	Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Напитки для завтрака	1
40	Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред	1
41	Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей	1
42	Чай. Виды чая. Способы заварки чая. Польза чая.	1
43	Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления кофе	1
44	Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов	1
45	Супы (виды, способы приготовления). Гарниры	1
46	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка	1
47	Свежие и замороженные продукты. Правила хранения.	1
48	Овощные салаты: виды, способы приготовления	1
49	Овощные салаты. Приготовление овощного салата	1
50	Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины	1
51	Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание)	1
52	Рынки. Виды продовольственных рынков. Основное отличие рынка от магазина	1
	<b>Транспорт</b>	<b>3 ч</b>
53	Пригородный транспорт. Стоимость проезда. Расписание	1
54	Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале	1
55	Платформа, перрон, путь. Правила поведения на железнодорожной станции. Приготовление овощного салата	1
	<b>Средства связи</b>	<b>3 ч</b>
56	Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России"	1
57	Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка	1

58		Культура разговора по телефону	1
	<b>Предприятия, организации, учреждения</b>		<b>3 ч</b>
59		Образовательные организации	1
60		Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы	1
61		Учреждения дополнительного образования. Экскурсия	1
	<b>Семья</b>		<b>5 ч</b>
62		Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье	1
63		Семейный досуг. Виды досуга	1
64		Любимые и нелюбимые занятия в свободное время	1
65		Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций	1
66		Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография	1
	<b>Повторение</b>		<b>2 ч</b>
67		Итоговая контрольная работа	1
68		Работа над ошибками. Итоговый урок года.	1

# ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## **Учебники:**

Курс не обеспечен учебниками. Реализация настоящей рабочей программы опирается на электронный учебник:

Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида. М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2013 г.

## **Методическая литература для учителя:**

Т.А. Девяткова, Л.Л.Кочетова, А.Г.Петрикова. Н.М.Платонова, А.М.Щербакова Социальнобытовая ориентировка. В специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. Пособие для учителя. М. Гуманитарный издательский центр «Владос» 2014 г.

## **Материально-техническое обеспечение:**

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Компьютерные презентации к урокам

## **Электронные образовательные ресурсы**

- Российская электронная школа <http://resh.edu.ru/>
- Библиотека видеоуроков по школьной программе <https://interneturok.ru/>
- Единая коллекция Цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>
- Образовательный портал на базе интерактивной платформа для обучения детей <https://uchi.ru/>
- Учительский портал – международное сообщество учителей <https://www.uchportal.ru>

## СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Критерии для оценивания устных ответов:

**Отметка «5» ставится ученику, если он:** обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя или самостоятельно обосновать, сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

**«4» ставится, если ученик** дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки ответа на «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; допускает некоторые ошибки в речи; при работе над текстом или разборе предложения допускает 1-2 ошибки, которые исправляет при помощи учителя.

**«3» ставится, если ученик** обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно, допускает ряд ошибок в речи, затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя, нуждается в постоянной помощи учителя.

**«2» ставится, если ученик** обнаруживает незнание большей или наиболее существенной части изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке правил, искажающие их смысл; в работе с текстом допускает грубые ошибки, не использует помощь учителя.

Все виды контрольно-оценочных работ оцениваются следующим образом:

«5» - за работу, в которой выполнено свыше 65% заданий

«4» - за работу, в которой выполнено от 51 до 65% заданий

«3» - за работу, в которой выполнено от 35% до 50% заданий

«2» - за работу, в которой выполнено меньше 35% заданий

В процессе обучения осуществлять мониторинг базовых учебных действий (БУД), который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой работы.

Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки:

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

Баллы проставляются в индивидуальной карте ученика в течении всего учебного года.

# **Контрольно-измерительные материалы**

## Входная контрольная работа

### 1. Личная гигиена – это .....

- А. Содержание в чистоте и аккуратности свой организм;                    Б. Мытье рук;

### 2. Прочти и найди правильный ответ. Как часто надо мыть уши:

- А. только в бане;                    Б. каждое утро.

### 3. Соотнести правильное определение

- |                     |                                     |
|---------------------|-------------------------------------|
| А. Одежда –         | 1. это то, что мы одеваем на ноги   |
| Б. Головные уборы – | 2. это то, что мы одеваем на тело   |
| В. Обувь –          | 3. это то, что мы одеваем на голову |

### 4. Что делают с грязной обувью из материала?

- А) моют;    Б) сушат;    В) чистят;    Г) стирают.

### 5. Выбери и напиши продукты растительного и животного происхождения.

А. Продукты растительного происхождения: \_\_\_\_\_

Б. Продукты животного происхождения: \_\_\_\_\_

Слова для справки: Хлеб, колбаса, рис, молоко, яйцо, морковь, картофель

### 6. Культурный человек – это тот, кто ...

- А. соблюдает нормы и правила поведения принятые обществом;  
Б. опаздывает на уроки.

### 7. Какое транспортное средство не относится к автомобильному транспорту?

- А. Автобус                    Б. Поезд                    В. Автомобиль

### 8. Какое из перечисленных транспортных средств не относится к воздушному транспорту?

- А. Самолет                    Б. Катер                    В. Вертолет

### 9. В продуктовом магазине можно купить:

- А. хлеб                    Б. сапоги                    В. крупу                    Г. Молоко                    Д. велосипед

### 10. Соотнеси стрелочками названия магазинов и их назначение.

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| А. Продуктовый        | 1. корм и лекарство для животных, рыбки, хомячки. |
| Б. Промышленный       | 2. продукты питания                               |
| В. Специализированный | 3. порошок, косметика, сувениры.                  |

### 11. Семья – это...

- А. близкие родственники, которые проживают совместно и ведут общее хозяйство;  
Б. родственники, которые работают на одном предприятии;

### 12. Как нужно вести себя за столом?

- А) громко разговаривать, стараясь всех перекричать  
Б) разговаривать спокойно с соседом, быть внимательным  
В) громко смеяться, перебивать соседей

### 13. К солнечным процедурам относят:

- А) загарание;                    Б) ванны для ног;                    В) контрастный душ.

## СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТОВОЙ РАБОТЫ (ПЯТИБАЛЬНАЯ).

81 - 100% = оценка «5»;

61 – 80% = оценка «4»;

50 – 60% = оценка «3»;

Ниже 50% = оценка «2».

## ОТВЕТЫ:

1.А    2.Б    3.А-2,Б-3,В-1    4.Б    5.А-хлеб, рис, морковь, картофель. Б-колбаса, яйцо, молоко

6.А    7.Б    8.Б    9.А,В,Г    10.А-2, Б-3, В-1    11.А    12.Б    13.А



## Итоговая контрольная работа

### 1. Что не является способом закаливания:

- А) обтирание В) загорание Б) моржевание Г) обливание

### 2. Отметь факторы закаливания:

- А) Солнце, воздух и вода Б) Ветер, туман, дождь В) Песок, соль, сахар.

### 3. Что не является способом сохранения зрения:

- А) солнцезащитные очки Б) контактные линзы В) коррекционные очки

### 4. Укажи последовательность стирки белья:

- А) полоскание Б) замачивание В) стирка Б, В, А.

### 5. Что такое фурнитура?

- А) ножницы, игла Б) пуговица, кнопка В) наперсток, нитки

### 6. Назовите блюдо, требующее минимум тепловой обработки:

- А) яичница Б) жареный картофель В) овощное рагу Г) котлеты

### 7. Что не является молочным продуктом?

- А) кефир Б) сыр В) ряженка Г) кисель

### 8. Кто не является родственником?

- А) Мама Б) Сестра В) Дедушка Г) Сосед

### 9. Как не нужно относиться друг к другу в семье?

- А) Помогать старшим Б) Заботиться о родных  
В) Быть равнодушными Г) Поздравлять с праздниками

### 10. Кем тебе приходится мама твоей мамы

- А) Тётей Б) Сестрой В) Бабушкой Г) Племянницей

### 11. Что допускается делать в обществе?

- А) громко говорить Б) вести себя культурно В) показывать пальцем

### 12. Что не является правилом поведения в театре:

- А) Приходить за 20 минут до начала представления В) Вести себя спокойно  
Б) Сохранять билет до конца представления Г) Громко разговаривать

### 13. Что не является правилом поведения на улице:

- А) Правильно перехожу улицу Б) Здравуюсь со знакомыми  
В) Играю на проезжей части Г) Берегу зелёные насаждения

### 14. Что относится к автомобильному транспорту?

- А) самолет; Б) автобус; В) теплоход

### 15. Специализированные продовольственные магазины:

- А) универмаг Б) супермаркет В) молочный

### 16. Что не является видом городского транспорта:

- А) автобус В) троллейбус Б) электричка Г) трамвай

### 17. Почтовое отправление – это...

- А) письмо, телеграмма Б) СМС, записка В) газета

### 18. Отметь медицинское учреждение:

- А) Поликлиника Б) Вокзал В) Магазин

### 19. Вид медицинской помощи:

- А) Покупка лекарств Б) Вызов врача на дом В) Проветривание

### 20. Вызываем скорую помощь по телефону -

- А) 02 Б) 01 В) 03

## СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТОВОЙ РАБОТЫ

- 81 - 100% = оценка «5»; 61 – 80% = оценка «4»;  
50 – 60% = оценка «3»; Ниже 50% = оценка «2».

- ОТВЕТЫ:** 1.Б 2.А 3.А 4.Б,В,А 5.Б 6.А 7.Г 8.Г 9.В 10.В 11.Б 12.Г 13.Г  
14.Б 15.А 16.Б 17.А 18.А 19.Б 20. В