

Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГОБУ
«Петропавловск-Камчатская
школа № 1 для обучающихся
с ОВЗ»

_____ С.И. Кирпиченко
« 30 » августа 2024 г.

ФЕДЕРАЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Основы социальной жизни»

на основе ФАООП УО

(интеллектуальными нарушениями)

(вариант 1)

12 класс

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Е. Е. Тяпкина

« _____ » _____ 2024 г.

Методист

_____ О.А. Чепурнова

« _____ » _____ 2024 г.

Рассмотрено

на заседании ШМО (протокол № 1 от

« _____ » _____ 2024 г.)

Руководитель ШМО

_____ О.Н. Пашинова

« _____ » _____ 2024 г.

Составитель:

_____ Е.С.Шепенко

« _____ » _____ 2024 г.

Петропавловск – Камчатский, 2024

Структура рабочей программы

1. Пояснительная записка.....	3-4
2. Учебно-тематическое планирование.....	5
3. Содержание тем учебного материала	6-7
4. Планируемые результаты освоения учебного предмета.....	8-9
5. Календарно-тематическое планирование.....	10-21
6. Контрольно-измерительные материалы.....	22-33
7. Воспитательная работа.....	34-35
8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.....	36-37

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно методическими документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- статья 2 (пункты 9,16, 23,28);
- статья 5 (пункт 5);
- статья 41 (пункт 5);
- статья 42 (пункты 1, 2, 3);
- статья 55 (пункт 3);
- статья 79.
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГОБУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», утвержденные приказом директора Учреждения 65.08 – ОД от 30.08.2019 г;
- Учебный план КГОБУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Локальные акты КГОБУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Рабочая программа для обучающихся 12 класса рассчитана на 68 часов в год (2 час в неделю), в том числе на контрольные работы – 4 часа и на практические работы - 13 часов.

Содержание рабочей программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков базового уровня учебного плана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), что соответствует требованиям образовательной программы.

Рабочая программа включает в себя содержание, предусмотренные ФАООП ОО у/о (вариант 1) по предмету «Основы социальной жизни».

В программе предусмотрена индивидуальная работа с обучающимися, имеющими особенности здоровья.

Цель рабочей программы – достижение доступного обязательного минимума знаний по предмету «Основы социальной жизни» для успешной социализации в социуме.

Для достижения данной цели поставлены следующие задачи:

- сформировать у учащихся знания, необходимые для ориентации в жизненном пространстве в таких сферах как личная гигиена, культура поведения, торговля, питание, транспорт, одежда и обувь, средства связи, медицинская помощь;
- развить у учащихся навыки коммуникативного общения в быту, при обращении к работникам различных предприятий и организаций для решения необходимых вопросов;

- сформировать умения самообслуживания, ведения домашнего хозяйства;
- воспитать потребность культурного поведения в обществе, личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость, элементы трудовой культуры.

Курс «Основы социальной жизни» направлен на то, чтобы помочь детям приобрести жизненный опыт, занимаясь разнообразными видами деятельности, выработать у учащихся достаточный уровень самостоятельности при выборе социально приемлемых выходов из обыденных и экстремальных проблемных ситуаций. Выпускник школы должен уметь применять полученные знания в быту, культурно вести себя в обществе и различных житейских ситуациях, быть способным адаптироваться к меняющимся социально-экономическим отношениям, вести здоровый образ жизни.

Данная рабочая программа предназначена для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью. Занятия по основам социальной жизни направлены на сокращение разрыва в общем и речевом развитии детей с нарушениями интеллекта и их сверстников с интеллектуальной нормой. Для этого постоянное повторение изученного материала на уроках сочетается с пропедевтикой новых знаний, требуется постоянный контроль и конкретная помощь учителя, дополнительное объяснение и показ способов и приёмов работы, в большом количестве проводятся тренировочные упражнения во время усвоения нового материала.

Данная адаптированная рабочая программа разработана в рамках реализации программы развития КГ ОБУ «Петропавловск-Камчатская школа №1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» на 2021-2024 годы и предполагает использование оборудования, технических средств обучения и дидактических материалов, приобретенных школой в контексте реализации проекта «Современная школа» федерального проекта «Образование».

Формы организации обучения: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Методы урока: пассивные, активные и интерактивные.

-словесные (рассказ, объяснение, беседа, работа с книгой или печатным текстом),

-наглядные (наблюдение, демонстрация, просмотр),

- практические (упражнения, карточки, тесты, ролевые игры, викторины, КВН).

Технологии обучения: разноуровневое обучение, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии, обучение в сотрудничестве, проблемное обучение (элементы), проектные метод (элементы).

Средства проверки и оценки результата: тесты, четвертные самостоятельные работы, административное тестирование, итоговая контрольная работа.

2 Учебно-тематическое планирование

Рабочая программа для обучающихся 12 класса рассчитана на 68 часов. Количество часов в неделю – 2 час.

12 класс

№	Перечень разделов	Количество часов	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	«Питание»	18	16	2	-	-
2	«Личная гигиена и здоровье»	4	-	4	-	-
3	«Охрана здоровья»	6	-	6	-	-
4	«Одежда и обувь»	4	-	4	-	-
5	«Средства связи»	4	-	-	4	-
6	«Семья»	17	-	-	9	8
7	«Транспорт»	4	-	-	2	2
8	«Жилище»	4	-	-	-	4
9	Предприятия, организации, учреждения	7	-	-	7	-
	Итого	68	16	16	22	14

3 Содержание учебного материала

Питание (18 ч)

Организация питания семьи. Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания. 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.

Мясные блюда (виды, способы приготовления). Приготовление котлет из готового фарша. Жарка мяса. Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление печенья. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование продуктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.

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

Личная гигиена и здоровье (4 ч)

Здоровый образ жизни — требование современного общества. Значение здоровья в жизни и деятельности человека. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.

Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица. Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены для девушек (виды, правила пользования). Гигиенические правила для юношей.

Охрана здоровья (6 ч)

Функции основных врачей-специалистов. Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования.

Жилище (4 ч)

Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности. Планировка жилища. Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений. Кухня. Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в зависимости от ее

назначения. Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.). Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат. Уход за жилищем. Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов.

Одежда и обувь (4 ч)

Одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей. Уход за одеждой. Виды 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. Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром. Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой. Уход за шерстяными и трикотажными изделиями.

Транспорт (4 ч)

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Средства связи (4 ч)

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Семья (17 ч)

Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки. Будущая семья. Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.

Предприятия, организации, учреждения (7 ч)

Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу. Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства. Государственная служба занятости населения: назначение, функции.

4 Планируемые результаты освоения учебного предмета

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 педагогического работника;

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 педагогического работника 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;

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);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Ожидаемые результаты работы по формированию базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

положительное отношение к познавательной деятельности, желание приобретать новые знания, умения;

осваивать новые виды деятельности;

участвовать в творческом, созидательном процессе;

осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена коллектива;

признание для себя общепринятых морально-этических норм;

способность к самооценке своих действий, поступков;
осознание себя как гражданина, как представителя определённого народа и культуры;
интерес и уважение к другим народам;
стремление к красоте, готовность поддерживать состояние окружающей среды и своего здоровья.

Коммуникативные учебные действия:

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**5 Календарно – тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни»
на 2024 – 2025 учебный год**

№	Тема	Часы
	2 часа в неделю	68 ч
1.	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила безопасной работы на кухне.	1
2.	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила безопасной работы на кухне.	1
3.	Блюда из мяса.	1
4.	Блюда из мяса.	1
5.	Блюда из рыбы.	1
6.	Блюда из рыбы.	1
7.	Консервирование грибов и дикоросов.	1
8.	Консервирование грибов и дикоросов.	1
9.	Консервирование овощей и ягод.	1
10.	Консервирование овощей и ягод.	1
11.	Блюда из теста.	1
12.	Блюда из теста.	1
13.	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	1
14.	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	1
15.	Урок-конкурс	1
16.	Урок-конкурс	1
17.	Уход за кожей лица, тела, ног.	1
18.	Уход за кожей лица, тела, ног.	1
19.	Уход за волосами, ногтями. Косметические средства.	1
20.	Уход за волосами, ногтями. Косметические средства.	1
21.	Оптовая и розничная торговля. Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы.	1
22.	Оптовая и розничная торговля. Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы.	1
23.	Профилактика заболеваний с помощью народных средств.	1
24.	Профилактика заболеваний с помощью народных средств.	1
25.	Уход за больным.	1
26.	Уход за больным.	1
27.	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа	1
28.	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа	1
29.	Уход за одеждой из различных материалов	1
30.	Уход за одеждой из различных материалов	1
31.	Уход за одеждой из различных материалов	1
32.	Самостоятельная работа	1
33.	Денежные переводы.	1
34.	Заполнение бланка денежного перевода. Практическая работа.	1
35.	Товары по почте.	1
36.	Самостоятельная работа.	1

37.	Правила общежития. Приём гостей. Сюжетно-ролевые игры.	1
38.	Правила общежития. Приём гостей. Сюжетно-ролевые игры.	1
39.	Правила общежития. Приём гостей. Сюжетно-ролевые игры.	1
40.	Основные статьи расходов (повторение).	1
41.	Расходы на удовлетворение культурных потребностей.	1
42.	Сбережения. Виды вкладов.	1
43.	Сбережения. Виды вкладов.	1
44.	Планирование основных расходов семьи на месяц.	1
45.	Способы оплаты жилья и коммунальных услуг. Контрольная работа.	1
46.	Знакомство с собой.	1
47.	Закон о занятости населения. Порядок признания безработным.	1
48.	Закон о занятости населения. Порядок признания безработным.	1
49.	Варианты поиска работы.	1
50.	Варианты поиска работы.	1
51.	Кодекс законов о труде.	1
52.	Кодекс законов о труде.	1
53.	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Службы аэровокзала.	1
54.	Порядок приобретения билета и его возврата.	1
55.	Аэровокзал. Культура общения пассажиров.	1
56.	Аэровокзал. Культура общения пассажиров.	1
57.	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.	1
58.	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.	1
59.	Интерьер и оборудование кухни.	1
60.	Интерьер и оборудование кухни.	1
61.	Основы семейных отношений. Традиции, досуг, организация отдыха. Взаимоотношения в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях.	1
62.	Основы семейных отношений. Традиции, досуг, организация отдыха. Взаимоотношения в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях.	1
63.	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации (ролевая игра).	1
64.	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации (ролевая игра).	1
65.	Контрольная работа	1
66.	Повторение и обобщение пройденного материала	1
67.	Повторение и обобщение пройденного материала	1
68.	Повторение и обобщение пройденного материала	1

6 Контрольно-измерительные материалы

Модернизация системы образования предполагает существенное изменение организации контроля качества знаний обучающихся и качества преподавания в соответствии с учебными планами и учебниками. Основным предметом оценки результатов образования в социально-бытовом ориентировании являются знания, результатов обучения – умения, навыки и результатов воспитания – мировоззренческие установки, интересы, мотивы и потребности личности.

Процесс обучения социально-бытовой ориентировке постоянно сопровождается контролем.

Стартовый контроль осуществляется в начале года в виде тестирования. Он определяет исходный уровень обученности.

Текущий контроль осуществляется в виде практической работы. С помощью текущего контроля возможно диагностирование дидактического процесса, выявление его динамики, сопоставление результатов обучения на отдельных его этапах.

Рубежный контроль выполняет этапное подведение итогов за четверть в форме теста или практической работы.

Заключительный контроль осуществляется методами диагностики – тест, викторина, конкурс, проект (элементы).

Способы контроля знаний по социально-бытовой ориентировке разнообразны: устный опрос (фронтальный и индивидуальный), творческие работы, ролевые игры, самоконтроль и взаимоконтроль.

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности обучающихся положены объективность и дифференцированный подход. Исходя из поставленных целей, возрастных особенностей и возможностей детей учитываются:

- правильность и осознанность изложения материала, полнота раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности общеучебных и специфических умений.

«5»	«4»	«3»	«2»
<p>Дает правильные, осознанные ответы на все поставленные вопросы, может подтвердить правильность ответа предметно-практическими действиями, знает и умеет применять свои знания при работе с различным инструментом, приспособлением, электрическим прибором. Умеет самостоятельно, с минимальной</p>	<p>Ответ в основном соответствует требованиям, при ответе ученик допускает отдельные неточности, оговорки, нуждается в дополнительных вопросах, помогающих ему уточнить ответ. Практические задания выполняет с помощью учителя. План или порядок действий составляется под</p>	<p>При незначительной помощи учителя или учащихся класса дает правильные ответы на поставленные вопросы, формулирует задачу. Полученные знания применяет частично, с практической работой справляется под постоянным контролем и помощью учителя.</p>	<p>Обнаруживает незнание большей части программного материала, не может воспользоваться помощью учителя или других учащихся.</p>

помощью учителя правильно выполнить практическое задание по самостоятельно составленному плану действий.	руководством учителя.		
---	--------------------------	--	--

Критерии для оценивания устных ответов являются общими для всех предметов.

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

Оценка «4» ставится, если обучающийся дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности и исправляет их с помощью учителя; допускает аграмматизмы в речи.

Оценка «3» ставится, если обучающийся частично понимает тему, излагает материал недостаточно полно и последовательно, допускает ряд ошибок в речи, не способен самостоятельно применять знания, нуждается в постоянной помощи учителя.

Оценка «2» ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей или наиболее существенной части изученного материала, допускает ошибки в формулировке правил, искажает их смысл, в работе с текстом допускает грубые ошибки, не использует помощь взрослых.

Отметка за четверть выставляется как среднеарифметическое отметок на основе результатов тематического контроля.

Годовая отметка выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учётом динамики индивидуальных учебных достижений обучающимися на конец года.

Контрольный тест по итогам 1 четверти, 1 уровень

1. Какую посуду моют первой:
А) **Стеклянную**
Б) Тарелки
В) Сковородки
2. Какую посуду моют последней:
А) Стеклянную
Б) Тарелки
В) **Сковородки**
3. Какую пищу можно давать детям ясельного возраста:
А) Обычную
Б) В размолотом или размятом виде
В) **Небольшими кусочками**
4. Как правильно мыть молочную посуду:
А) **Сначала холодной, затем горячей водой**
Б) Сначала горячей, затем холодной водой
В) Любой водой
5. Для варки пельмени кладут:
А) В холодную воду
Б) В горячую воду
В) **В кипящую воду**
6. Соус называется красным, потому что в него добавляют:
А) Свёклу
Б) **Томат**
В) Морковь
7. Вегетарианским называется борщ, приготовленный:
А) На мясном бульоне
Б) На рыбном бульоне
В) **На овощном отваре**
8. Дрожжевым называется тесто, в котором есть:
А) Сода
Б) **Дрожжи**
В) Кефир

Контрольный тест по итогам 1 четверти, 2 уровень

1. Какую посуду моют первой:
А) Стекланную
Б) Сковородки
2. Какую посуду моют последней:
А) Тарелки
Б) Сковородки
3. Какую пищу можно давать детям ясельного возраста:
А) Обычную
Б) Небольшими кусочками
4. Как правильно мыть молочную посуду:
А) Сначала холодной, затем горячей водой
Б) Любой водой
5. Для варки пельмени кладут:
А) В холодную воду
Б) В кипящую воду
6. Соус называется красным, потому что в него добавляют:
А) Томат
Б) Морковь
7. Вегетарианским называется борщ, приготовленный:
А) На мясном бульоне
Б) На овощном отваре
8. Дрожжевым называется тесто, в котором есть:
А) Сода
Б) Дрожжи

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 1 уровень

1. Как передаются инфекции дыхательных путей:
А) Через продукты питания
Б) Через укусы кровососущих насекомых
В) Воздушно-капельным путём
2. В каком случае человек освобождается от учёбы или работы:
А) Уход за больным ребёнком до 14 лет
Б) Уход за больным человеком 60 лет
В) Заболела голова
3. Какие документы подтверждают нетрудоспособность человека (освобождают от работы или учёбы):
А) Записка от родителей
Б) Заявление человека о том, что он заболел
В) Справка из медицинского учреждения, больничный лист
4. Как ухаживать за больным:
А) Больше разговаривать с больным
Б) Лекарства давать по времени, как назначил врач
В) Делать всё так, как захочет больной
5. Как предупредить заболевание:
А) Чистота помещения, личная гигиена, ватно-марлевая повязка при общении с больным
Б) Не ходить к больному, даже если он нуждается в помощи
В) Ничего не надо делать
6. Как передаются кожные инфекции:
А) Контактным путём
Б) Воздушно-капельным путём
В) Через укусы насекомых
7. В каком случае человек не имеет права на больничный лист:
А) Уход за больным ребёнком 7 лет
Б) Уход за больным инвалидом 1-й группы
В) Здоровая женщина с беременностью 5 месяцев
8. Как передаются кишечные инфекции:
А) Воздушно-капельным путём
Б) Через укусы насекомых
В) Через продукты питания, воду, грязные руки

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 2 уровень

9. Как передаются инфекции дыхательных путей:
А) Через продукты питания
Б) Воздушно-капельным путём
10. В каком случае человек освобождается от учёбы или работы:
А) Уход за больным ребёнком до 14 лет
Б) Заболела голова
11. Какие документы подтверждают нетрудоспособность человека (освобождают от работы или учёбы):
А) Записка от родителей
Б) Справка из медицинского учреждения, больничный лист
12. Как ухаживать за больным:
А) Лекарства давать по времени, как назначил врач
Б) Делать всё так, как захочет больной
13. Как предупредить заболевание:
А) Чистота помещения, личная гигиена, ватно-марлевая повязка при общении с больным
Б) Не ходить к больному, даже если он нуждается в помощи
14. Как передаются кожные инфекции:
А) Контактным путём
Б) Через укусы насекомых
15. В каком случае человек не имеет права на больничный лист:
А) Уход за больным ребёнком 7 лет
Б) Здоровая женщина с беременностью 5 месяцев
16. Как передаются кишечные инфекции:
А) Через укусы насекомых
Б) Через продукты питания, воду, грязные руки

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 1 уровень

1. Что является обязательным страхованием:
А) Страхование имущества, страхование от несчастного случая
Б) Страхование автомобиля, страхование жизни на время полёта в самолёте
В) Деньги
2. Для чего служат сберегательные банки:
А) Для того, чтобы банкиры забирали деньги себе
Б) Для сохранения и увеличения денежных средств населения
В) Для того, чтобы люди тратили меньше денег
3. Чьи это культурные потребности: книга «Сказки»
А) Молодёжи
Б) Детей
В) Пожилых людей
4. Чьи это культурные потребности: диск с музыкой молодёжной группы
А) Молодёжи
Б) Детей
В) Пожилых людей
5. Какие расходы называются обязательными расходами:
А) Содержание аптечки (лечение)
Б) Питание
В) Одежда, обувь, головные уборы
6. Какие расходы называются текущими расходами:
А) Оплата жилья
Б) Оплата коммунальных услуг
В) Предметы личной гигиены
7. Как называется денежное возмещение, которое выплачивает страховое учреждение страхователю:
А) Договор
Б) Взнос
В) Страховка
8. За счёт чего можно экономить в домашнем хозяйстве:
А) Делать ремонт своими руками
Б) Отказывать себе в питании
В) Не оплачивать жильё и коммунальные услуги

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 2 уровень

1. Что является обязательным страхованием:
А) Страхование имущества, страхование от несчастного случая
Б) Страхование автомобиля, страхование жизни на время полёта в самолёте
2. Для чего служат сберегательные банки:
А) Для сохранения и увеличения денежных средств населения
Б) Для того, чтобы люди тратили меньше денег
3. Чьи это культурные потребности: книга «Сказки»
А) Молодёжи
Б) Детей
4. Чьи это культурные потребности: диск с музыкой молодёжной группы
А) Молодёжи
Б) Детей
5. Какие расходы называются обязательными расходами:
А) Содержание аптечки (лечение)
Б) Питание
6. Какие расходы называются текущими расходами:
А) Оплата коммунальных услуг
Б) Предметы личной гигиены
7. Как называется денежное возмещение, которое выплачивает страховое учреждение страхователю:
А) Договор
Б) Страховка
8. За счёт чего можно экономить в домашнем хозяйстве:
А) Делать ремонт своими руками
Б) Не оплачивать жильё и коммунальные услуги

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 1 уровень

1. Какие документы необходимо представить при временном трудоустройстве для подростков 14 лет?
А) Паспорт или свидетельство о рождении, справку о состоянии здоровья, свидетельство об образовании.
Б) Паспорт или свидетельство о рождении, справку с места учёбы, заявление от родителей или попечителей.
В) Паспорт, свидетельство об образовании, справку от врача.
2. С какого возраста разрешается приём на постоянную работу?
А) 15 лет.
Б) 14 лет.
В) 18 лет.
3. Какова норма рабочего дня в неделю для учащегося 14-16 лет?
А) 36 часов.
Б) 40 часов.
В) 24 часа.
4. Какова норма рабочего дня в неделю для учащегося 16-18 лет?
А) 36 часов.
Б) 40 часов.
В) 24 часа.
5. Какая работа является запрещённой для лиц моложе 18 лет?
А) В школе.
Б) В казино.
В) На рынке.
6. С какого возраста разрешается приём на временную работу?
А) 15 лет.
Б) 14 лет.
В) 18 лет.

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 2 уровень

1. Какие документы необходимо представить при временном трудоустройстве для подростков 14 лет?
А) Паспорт или свидетельство о рождении, справку о состоянии здоровья, свидетельство об образовании.
Б) Паспорт или свидетельство о рождении, справку с места учёбы, заявление от родителей или попечителей.
2. С какого возраста разрешается приём на постоянную работу?
А) 15 лет.
Б) 14 лет.
3. Какова норма рабочего дня в неделю для учащегося 14-16 лет?
А) 40 часов.
Б) 24 часа.
4. Какова норма рабочего дня в неделю для учащегося 16-18 лет?
А) 36 часов.
Б) 40 часов
5. Какая работа является запрещённой для лиц моложе 18 лет?
А) В казино.
Б) На рынке.
6. С какого возраста разрешается приём на временную работу?
А) 15 лет.
Б) 14 лет.

Контрольный тест по итогам года, 1 уровень

1. Для варки пельмени кладут:
 - А) В холодную воду
 - Б) В горячую воду
 - В) В кипящую воду**
2. Вегетарианским называется борщ, приготовленный:
 - А) На мясном бульоне
 - Б) На рыбном бульоне
 - В) На овощном отваре**
3. Как передаются кожные инфекции:
 - А) Контактным путём**
 - Б) Воздушно-капельным путём
 - В) Через укусы насекомых
4. Как передаются инфекции дыхательных путей:
 - А) Через продукты питания
 - Б) Через укусы кровососущих насекомых
 - В) Воздушно-капельным путём**
5. Какие расходы называются обязательными расходами:
 - А) Содержание аптечки (лечение)
 - Б) Питание**
 - В) Одежда, обувь, головные уборы
6. За счёт чего можно экономить в домашнем хозяйстве:
 - А) Делать ремонт своими руками**
 - Б) Отказывать себе в питании
 - В) Не оплачивать жильё и коммунальные услуги
7. Какая работа является запрещённой для лиц моложе 18 лет?
 - А) В школе.
 - Б) В казино.**
 - В) На рынке.
8. С какого возраста разрешается приём на временную работу?
 - А) 15 лет.
 - Б) 14 лет.**
 - В) 18 лет.

Контрольный тест по итогам года, 2 уровень

1. Для варки пельмени кладут:
А) В холодную воду
Б) В кипящую воду
2. Вегетарианским называется борщ, приготовленный:
А) На мясном бульоне
Б) На овощном отваре
3. Как передаются кожные инфекции:
А) Контактным путём
Б) Воздушно-капельным путём
4. Как передаются инфекции дыхательных путей:
А) Через продукты питания
Б) Воздушно-капельным путём
5. Какие расходы называются обязательными расходами:
А) Содержание аптечки (лечение)
Б) Питание
6. За счёт чего можно экономить в домашнем хозяйстве:
А) Делать ремонт своими руками
Б) Не оплачивать жильё и коммунальные услуги
7. Какая работа является запрещённой для лиц моложе 18 лет?
А) В казино.
Б) На рынке.
8. С какого возраста разрешается приём на временную работу?
А) 15 лет.
Б) 14 лет.

7 Воспитательная работа

Темы уроков по предмету «Основы социальной жизни» тесно переплетаются с воспитательными аспектами рабочей программы воспитания для обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями), получающих общее образование по ФАООП УО (вариант 1). Осуществляется ценностно-ориентированная деятельность – формирование отношений к миру, формирование убеждений, взглядов, усвоение нравственных и других норм жизни людей.

Ориентиром современного национального воспитательного идеала является высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа России.

К базовым ценностям нашего общества относятся семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек.

Цели воспитания в образовательной организации:

1) усвоение обучающимися знаний основных норм, которые общество выработало на основе базовых ценностей (в усвоении ими социально значимых знаний);

2) развитие позитивного отношения обучающихся к общественным ценностям (в развитии их социально значимых отношений);

3) приобретение обучающимися соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Общая цель воспитания конкретизируется через учет возрастных особенностей обучающихся и их особых потребностей, обусловленных состоянием здоровья.

В воспитании обучающихся целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения обучающимися с умственной отсталостью социально значимых знаний - знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут. Знание их станет базой для развития социально значимых отношений обучающихся и накопления ими опыта осуществления социально значимых дел в будущем.

Используемые уровни воспитательной работы с группой:

инициирование и поддержка участия группы в общешкольных ключевых делах и событиях;

инициирование работы в группе (на уроке в классе);

выработка правил поведения на занятиях, правила общения со старшими людьми и сверстниками.

Используемые уровни индивидуальной воспитательной работы с обучающимися:

изучение особенностей личностного развития обучающихся через наблюдение за их поведением в повседневной жизни; результаты наблюдения сверяются с результатами бесед классного руководителя с родителями (законными представителями) обучающихся, с другими педагогическими работниками и специалистами, работающими с обучающимися;

поддержка обучающегося в решении важных для него жизненных проблем и задач (налаживание взаимоотношений с одноклассниками или взрослыми, выбор профессии и дальнейшего трудоустройства, успеваемость);

коррекция поведения обучающегося через частные беседы с ним.

Школьный урок

№	Наименование основных разделов предмета	Предполагаемый результат (какие качества воспитываем)
1	Питание	Привитие культуры здоровьесбережения, аккуратности в быту, потребности в чистоте и порядке, соблюдении техники безопасности на кухне, бережливости в расходовании продуктов питания, соблюдении санитарно-гигиенических норм.
2	Личная гигиена и здоровье	Привитие культуры здоровьесбережения, аккуратности в быту, потребности в чистоте и порядке, соблюдении санитарно-гигиенических норм.
3	Семья	Привитие культуры здоровьесбережения, морально-нравственных норм на основе взаимного уважения, заботы друг о друге.
4	Жилище	Привитие культуры здоровьесбережения, аккуратности в быту, потребности в чистоте и порядке, соблюдении санитарно-гигиенических норм, соблюдение правил техники безопасности при использовании бытовых электрических приборов.
5	Одежда и обувь	Привитие культуры здоровьесбережения, аккуратности в быту, потребности в чистоте и порядке, соблюдении санитарно-гигиенических норм.
6	Охрана здоровья	Привитие культуры здоровьесбережения, соблюдении санитарно-гигиенических норм.
7	Транспорт	Привитие культуры здоровьесбережения, соблюдении санитарно-гигиенических норм и правил безопасности на улице и в транспорте.
8	Предприятия, учреждения и организации	Воспитание осознанного отношения к выбору профессии на уроках по профориентации.

8 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы

Основная:

1. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка. 9 класс. Учебное пособие. ФГОС ОВЗ., М.: Владос, 2020, 55 с

Дополнительная:

1. Галле А.Г., Головинская Е.Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала. 5 класс. Учебник для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида по курсу «Технология» Самара 2013
2. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, М., Владос, 2016, 302 с
2. Карпова Е.Г. Уют в вашем доме, М., Внешсигма, 2007
3. Кислякова Ю.Н. Пособие для учителя-дефектолога. Формирование навыков социально-бытовой ориентировки у детей с нарушением развития. Путешествие в мир окружающих предметов.-М.: «Владос», 2004
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида (5-9 кл.): В 2 сб/М., Владос, 2016, 136 с
4. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы. Развёрнутое тематическое планирование, Волгоград.: Издательство «Учитель», 2013
5. Старункина Е.А. Этика и этикет в начальной школе, М., Школьная пресса, 2008

Технические средства обучения

1. Магнитная доска.
2. Документ-камера.
3. Ноутбук.
4. Телевизор.

Оборудование класса

1. Ученические столы одноместные с комплектом стульев
2. Стол учительский с тумбой
3. Диван.
4. Мебельная горка.
5. Шкафы с полками.
6. Холодильник.
7. Электроплита.
8. Вытяжной шкаф.
9. Микроволновая печь.

Оборудование, технические средства обучения и дидактические материалы, приобретенные школой в контексте реализации проекта «Современная школа» федерального проекта «Образование»:

1. Щипцы для разбивания яиц

2. Открывалка для стеклянных банок
3. Ножеточка на присосках
4. Нескользящая миска для смешивания продуктов
5. Приспособление для открывания банок
6. Кухонный комбайн
7. Мультиварка
8. Электромясорубка
9. Говорящие крышки для банок
10. Таймер кухонный
11. Нож-дозатор
12. Сахарница-дозатор
13. Нескользящая разделочная доска для пищевых продуктов
14. Приспособление для открывания бутылок
15. Ограничитель для тарелки
16. Посудомоечная машина
17. Холодильник
18. Микроволновая печь
19. Электрочайник
20. Кухонные весы

Информационное обеспечение образовательного процесса

1. <http://www.edu.ru> -каталог образовательных интернет-ресурсов;
2. <http://www.fio.ru> - Федерация Интернет-образования
3. www.virlib.ru- Виртуальная библиотека
4. <http://school-collection.edu.ru> - единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
5. <http://www.academic.ru> - словари и энциклопедии
6. <http://www.ug.ru> - Сайт Учительской газеты

Дидактический материал

1. Комплект таблиц по кулинарии.
2. Пособие «Хочу все знать».
3. Пособие «Этикет»
4. Пособие по правилам оказания первой медицинской помощи.
5. Дидактический материал для индивидуальной работы (карточки, тесты).

Приложение № 1

Технологии и методы, применяемые в образовательном процессе на уроках предмета «Основы социальной жизни» 12 класс

Раздел	Образовательные технологии	Методы	Урок	Оборудование
Питание	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Тестирование. Ролевые игры.	1-15,20,21 1-13, 20 1,4,6,8,12 2-15,20 1-15, 20 14, 21	Иллюстрации, карточки, набор кухонной и столовой посуды, моющие средства. Таблица «Сервировка стола к обеду», «Классификация блюд», «Хранение продуктов», «Приготовление напитков». Презентации. Видеоролики по приготовлению рецептов блюд. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель. Нож-дозатор. Кухонные весы. Нескользящая разделочная доска для пищевых продуктов. Приспособление для открывания банок. Кухонные весы. Кухонный таймер. Посудомоечная машина. Холодильник. Микроволновая печь.
Личная гигиена и здоровье	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	16-19	Набор предметов и средств ухода, карточки, тесты, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Семья	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа.	35-43,59-62 35-43,59-62 35-43,59-62 35-43,59-62 35-37	Таблицы, тесты, иллюстрации, текст отрывка, фильм «Этикет». Презентации, видеоролики. Компьютер,

	Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	43, 63	телевизор, видеоувеличитель.
Жилище	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	55-58 55-58 55-58 55-58 58	Таблицы, тесты, образцы моющих средств, инвентарь, приспособления, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Одежда и обувь	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	28-30 28-30 29 28-30 28-30 30	Таблицы, тесты, карточки, иллюстрации, инструкции к стиральной машине. План работы стиральной машины. Утюг, гладильное место, схемы утюжки и складывания белья. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Транспорт	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	51-54 51-54 52 51-54 51-54 52-53 54	Таблицы, карточки, тесты, слайды, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Охрана здоровья	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж.	22-27 22-26 24-25 22-27 22-27	Медицинская аптечка, таблицы, шины, перевязочные средства, иллюстрации, образцы сухих трав, посуда, тесты, карточки.

	Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Практическая работа. Работа с карточками- заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	25-26 27	Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Предприятия, учреждения и организации	Проблемное обучение Личностно- ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками- заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	44-50 44-49 47 44-50 44-50 47 50	Карточки, таблицы, тесты. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Средства связи	Проблемное обучение Личностно- ориентированный подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками- заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	31-34 31-34 32 31-34 31-34 33 34	Карточки, таблицы, тесты. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.

