

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.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Основы социальной жизни»
предметной области «Человек и общество»
на основе ФАООП УО
(интеллектуальными нарушениями)
(вариант 1)
5 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 предмета.....	6-7
4. Планируемые результаты освоения учебного предмета.....	8-9
5. Календарно-тематическое планирование.....	10-19
6. Контрольно-измерительные материалы.....	20-31
7. Воспитательная работа.....	32-33
8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.....	34-35

1. 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) КГБОУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», утвержденные приказом директора Учреждения 65.08 – ОД от 30.08.2019 г;
- Учебный план КГБОУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Локальные акты КГБОУ «Петропавловск-Камчатская школа № 1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Рабочая программа рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю). В том числе на контрольные работы – 5 часов 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 продолжения образования в 6 классе.

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 рабочая программа разработана в рамках реализации программы развития КГБУ «Петропавловск-Камчатская школа №1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» на 2021-2025 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 5 класс

Рабочая программа рассчитана на 68 часов. Количество часов в неделю – 2 часа.

№	Перечень разделов	Кол-во часов	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	«Питание»	18	16	2	-	-
2	«Личная гигиена и здоровье»	8	-	8	-	-
3	«Семья»	5	-	5		-
4	«Жилище»	14	-	-	14	-
5	«Одежда и обувь»	12	-	-	7	5
6	«Транспорт»	4	-	-	-	4
7	Повторение	7				7
	Итого	68	16	15	21	16

3. Содержание тем учебного предмета

Питание (18 ч)

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

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

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).

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.

Личная гигиена и здоровье (8 ч)

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.

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

Семья (5 ч)

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.

Жилище (14 ч)

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).

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

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.

Одежда и обувь (12 ч)

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.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.

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

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.

Транспорт (4 ч)

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.

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; адекватно взаимодействовать с коллективом;
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

№	Тема	Часы
	2 часа в неделю	68 ч
1	Значение продуктов питания для человека.	1
2	Кухонная и столовая посуда.	2
3	Сервировка стола к завтраку.	2
4	Приготовление бутербродов.	2
5	Приготовление винегрета.	2
6	Приготовление блюд из яиц.	2
7	Контрольная работа.	2
8	Основные виды магазинов, их назначение.	2
9	Виды отделов в продуктовых магазинах.	1
10	Виды отделов в продуктовых магазинах.	1
11	Самостоятельная работа.	1
12	Правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены.	2
13	Уход за полостью рта и ушами.	2
14	Уход за волосами. Правила охраны зрения.	2
15	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	2
16	Поведение в музее, библиотеке.	2
17	Поведение в кино, театре.	2
18	Поведение за столом. Правила приёма пищи.	1
19	Виды жилых помещений.	2
20	Почтовый адрес дома, школы.	2
21	Написание адреса на почтовой открытке.	2
22	Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки.	2
23	Последовательность уборки детской комнаты.	2
24	Правила вытирания пыли и подметания пола.	2
25	Повторение и обобщение пройденного материала.	1
26	Контрольная работа.	1
27	Виды одежды и головных уборов, назначение.	2
28	Повседневный уход за одеждой и головными уборами, подготовка к хранению.	2
29	Виды обуви, назначение.	2
30	Правила ухода за различными видами обуви.	1
31	Уход за мокрой обувью, подготовка обуви к сезонному хранению.	2
32	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	2
33	Виды городского транспорта. Правила поведения в транспорте.	2
34	Правила дорожного движения. Ролевая игра «Правила дорожного движения».	2
35	Виды посуды. Хлебобулочные изделия. Блюда из вареных овощей.	2
36	Продуктовые магазины. Виды отделов в магазине.	2
37	Виды одежды и обуви.	2
38	Уход за одеждой и обувью.	2

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 курсе «Основы социальной жизни» являются знания, результатов обучения – умения, навыки и результатов воспитания – мировоззренческие установки, интересы, мотивы и потребности личности.

Процесс обучения 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 основам социальной жизни 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»
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 помощью учителя правильно	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 руководством учителя.	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.	Обнаруживает незнание большей части программного материала, не может воспользоваться помощью учителя или других учащихся.

выполнить практическое задание по самостоятельно составленному плану действий.			
---	--	--	--

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. Какая посуда называется кухонной:
А) Кастрюля
Б) Ложка
В) Тарелка
2. Какие из этих предметов называют столовым прибором:
А) Кастрюля
Б) Ложка
В) Тарелка
3. Какая посуда называется столовой:
А) Кастрюля
Б) Ложка
В) Тарелка
4. Какие виды бутербродов ты знаешь:
А) Простые, сложные, открытые, закрытые
Б) Простые, непростые, разные
В) Сложные, вкусные, красивые
5. Какие продукты нужны для приготовления винегрета:
А) Свёкла, яйцо, капуста, огурец
Б) Свёкла, картофель, морковь, солёный огурец, лук
В) Свёкла, морковь, укроп, капуста, репа
6. Какое блюдо варится быстрее всего:
А) Яйцо всмятку
Б) Яйцо «в мешочек»
В) Яйцо вкрутую
7. Какое блюдо варится дольше всего:
А) Яйцо всмятку
Б) Яйцо «в мешочек»
В) Яйцо вкрутую
8. Как называются инструменты, с помощью которых едят:
А) Кухонные приборы
Б) Столовые приборы
В) Столовая посуда

Контрольный тест по итогам 1 четверти, 2 уровень

1. Какая посуда называется кухонной:
А) Кастрюля
Б) Тарелка
2. Какие из этих предметов называют столовым прибором:
А) Кастрюля
Б) Ложка
3. Какая посуда называется столовой:
А) Кастрюля
Б) Тарелка
4. Какие виды бутербродов ты знаешь:
А) Простые, сложные, открытые, закрытые
Б) Вкусные, красивые
5. Какие продукты нужны для приготовления винегрета:
А) Помидоры, яйцо, яблоки
Б) Свёкла, картофель, морковь, солёный огурец, лук
6. Какие из этих предметов называют кухонной посудой:
А) Сковорода
Б) Стакан
7. Какой из этих предметов называют столовым прибором:
А) Ковш
Б) Вилка
8. Как называются инструменты, с помощью которых едят:
А) Кухонные приборы
Б) Столовые приборы

Дополнительные вопросы:

9. Какое блюдо варится дольше всего:
А) Яйцо всмятку
Б) Яйцо «в мешочек»
В) Яйцо вкрутую
10. Какое блюдо варится быстрее всего:
А) Яйцо всмятку
Б) Яйцо «в мешочек»
В) Яйцо вкрутую

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 1 уровень

1. Что нужно сделать утром:
А) Умыться, почистить зубы, причесаться
Б) Мыть руки
В) Принять душ, вымыть ноги, почистить зубы
2. Что является предметом личной гигиены:
А) Одежда и обувь
Б) Полотенце для рук
В) Ложки и вилки
3. Как нужно водить зубной щёткой при чистке зубов:
А) Вдоль дёсен
Б) Снизу вверх и сверху вниз
В) Вдоль дёсен и снизу вверх, и сверху вниз
4. Сколько раз в день нужно чистить зубы:
А) Один раз
Б) Два раза
В) Три раза
5. Что нужно делать для защиты органов слуха:
А) Защищать от сильного ветра и шума
Б) Ковырять в ушах
В) Сильно сморкаться
6. Что нужно делать для того, чтобы сохранить хорошее зрение:
А) Читать лёжа
Б) Читать в транспорте
В) Не читать лёжа и не читать в транспорте
7. Как нужно мыть волосы:
А) Не менее одного раза в месяц
Б) Не менее двух раз в месяц
В) Не менее одного раза в неделю
8. Как нужно мыть уши:
А) Водой
Б) Намыленным пальцем
В) Чем придётся
9. Что ты можешь одолжить своему однокласснику:
А) Зубную щётку
Б) Зубную пасту
В) Мочалку

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 2 уровень

1. Что нужно сделать утром:
А) Умыться, почистить зубы, причесаться
Б) Принять душ, вымыть ноги, почистить зубы
2. Что является предметом личной гигиены:
А) Одежда и обувь
Б) Полотенце для рук
3. Как нужно водить зубной щёткой при чистке зубов:
А) Вдоль дёсен
Б) Вдоль дёсен и снизу вверх, и сверху вниз
4. Сколько раз в день нужно чистить зубы:
А) Один раз
Б) Два раза
5. Что нужно делать для защиты органов слуха:
А) Защищать от сильного ветра и шума
Б) Сильно сморкаться
6. Что нужно делать для того, чтобы сохранить хорошее зрение:
А) Читать лёжа
Б) Не читать лёжа и не читать в транспорте
7. Как нужно мыть волосы:
А) Не менее одного раза в месяц
Б) Не менее одного раза в неделю
8. Как нужно мыть уши:
А) Водой
Б) Намыленным пальцем

Дополнительные вопросы:

9. Что ты можешь одолжить своему однокласснику:
А) Зубную щётку
Б) Зубную пасту
В) Мочалку
10. Что охраняет и защищает наше зрение:
А) Шапка
Б) Солнцезащитные очки
В) Капюшон

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 1 уровень

1. Какие жилые помещения относятся к постоянному жилью?

- А) Гостиница
- Б) Общежитие
- В) Квартира**

2. Какие жилые помещения относятся к временному жилью?

- А) Частный дом
- Б) Интернат**
- В) Квартира

3. Какие из этих помещений называют подсобными?

- А) Спальня
- Б) Кухня**
- В) Гостиная (зал)

4. Какие из этих помещений называют жилыми?

- А) Санузел
- Б) Детская**
- В) Прихожая

5. Для чего служит окно?

- А) Для света и проветривания**
- Б) Для тепла и от сырости
- В) От песка и грязи

6. Для чего служит отопление?

- А) Для света и проветривания
- Б) Для тепла и от сырости**
- В) От песка и грязи

7. Что является инвентарём для уборки?

- А) Тряпка, ваза, ведро, совок
- Б) Ведро, веник, совок, тряпка**
- В) Веник, совок, нож, вилка

8. Что называется ежедневной уборкой?

- А) Уборка 1 раз в неделю
- Б) Уборка 1 раз в день**
- В) Уборка 1 раз в 3 месяца

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 2 уровень

1. Какие жилые помещения относятся к постоянному жилью?

А) Гостиница

Б) Квартира

2. Какие жилые помещения относятся к временному жилью?

А) Интернат

Б) Квартира

3. Какие из этих помещений называют подсобными?

А) Кухня

Б) Детская

4. Какие из этих помещений называют жилыми?

А) Санузел

Б) Детская

5. Для чего служит окно?

А) Для света и проветривания

Б) Для тепла и от сырости

6. Для чего служит отопление?

А) Для света и проветривания

Б) Для тепла и от сырости

8. Что является инвентарём для уборки?

А) Тряпка, ваза, ведро, совок

Б) Ведро, веник, совок, тряпка

Дополнительные вопросы:

9. Что называется ежедневной уборкой?

А) Уборка 1 раз в неделю

Б) Уборка 1 раз в день

В) Уборка 1 раз в 3 месяца

10. Для чего служит коврик у входной двери?

А) Для света и проветривания

Б) Для тепла и от сырости

В) От песка и грязи

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 1 уровень

1. Какая одежда бывает только женской?
А) Пальто
Б) Куртка
В) Платье
2. Какая одежда называется спортивной?
А) Платье, юбка, блузка
Б) Брюки, свитер, куртка
В) Платье, свитер, шуба
3. Когда носят демисезонную одежду?
А) Весной и осенью
Б) Летом
В) Зимой
4. Что лучше носить в мокрую погоду?
А) Валенки
Б) Резиновую обувь
В) Босоножки
5. Чем чистят замшевую обувь?
А) Кремом и щёткой
Б) Мокрой тряпкой
В) Специальной резиновой щёткой
6. Как ухаживают за текстильной обувью?
А) Моют с мылом
Б) Чистят щёткой и кремом
В) Чистят промасленной губкой
7. Какую обувь не моют?
А) Резиновую
Б) Кожаную
В) Замшевую
8. Как следует хранить зимнюю обувь летом?
А) Почистить, набить мысок газетой и убрать в шкаф, закрыв от пыли
Б) Пусть стоит в прихожей
В) Убрать в шкаф грязную, потом к зиме почистить

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 2 уровень

1. Что относится к головным уборам?
А) Шорты
Б) Кепка
 2. Какая одежда бывает только женской?
А) Брюки
Б) Платье
 3. Какая одежда называется домашней?
А) Халат
Б) Юбка
 4. Когда носят демисезонную одежду?
А) Весной и осенью
Б) Летом
 5. Что лучше носить в мокрую погоду?
А) Валенки
Б) Резиновую обувь
 6. Что носят зимой?
А) Соломенную шляпу
Б) меховую шапку
 7. Как следует хранить зимнюю обувь летом?
А) Почистить, набить мысок газетой и убрать в шкаф, закрыв от пыли
Б) Пусть стоит в прихожей
 8. Какую обувь не моют?
А) Резиновую
Б) Замшевую
- Дополнительные вопросы:
9. Чем чистят замшевую обувь?
А) Кремом и щёткой
Б) Специальной резиновой щёткой
 10. Как ухаживают за текстильной обувью?
А) Моют с мылом
Б) Чистят щёткой и кремом
В) Чистят промасленной губкой

Контрольный тест по итогам года, 1 уровень

1. Какая посуда называется кухонной:
А) Кастрюля
Б) Ложка
В) Тарелка
2. Какая посуда называется столовой:
А) Кастрюля
Б) Ложка
В) Тарелка
3. Сколько раз в день нужно чистить зубы:
А) Один раз
Б) Два раза
В) Три раза
4. Что является предметом личной гигиены:
А) Одежда и обувь
Б) Полотенце для рук
В) Ложки и вилки
5. Какие жилые помещения относятся к постоянному жилью?
А) Гостиница
Б) Общежитие
В) Квартира
6. Что является инвентарём для уборки?
А) Тряпка, ваза, ведро, совок
Б) Ведро, веник, совок, тряпка
В) Веник, совок, нож, вилка
7. Когда носят демисезонную одежду?
А) Весной и осенью
Б) Летом
В) Зимой
8. Как следует хранить зимнюю обувь летом?
А) Почистить, набить мысок газетой и убрать в шкаф, закрыв от пыли
Б) Пусть стоит в прихожей
В) Убрать в шкаф грязную, потом к зиме почистить

Контрольный тест по итогам года, 2 уровень

1. Какая посуда называется кухонной:
А) Кастрюля
Б) Тарелка
2. Какая посуда называется столовой:
А) Кастрюля
Б) Тарелка
3. Сколько раз в день нужно чистить зубы:
А) Один раз
Б) Два раза
4. Что является предметом личной гигиены:
А) Одежда и обувь
Б) Полотенце для рук
5. Какие жилые помещения относятся к постоянному жилью?
А) Гостиница
Б) Квартира
6. Что является инвентарём для уборки?
А) Тряпка, ваза, ведро, совок
Б) Ведро, веник, совок, тряпка
7. Когда носят демисезонную одежду?
А) Весной и осенью
Б) Летом
8. Как следует хранить зимнюю обувь летом?
А) Почистить, набить мысок газетой и убрать в шкаф, закрыв от пыли
Б) Пусть стоит в прихожей

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.

8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы

Основная литература

1. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). – М., Просвещение, 2023г.

Учебно-методический комплекс

Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка. 5 класс. Учебное пособие. ФГОС ОВЗ., М.: Владос, 2020, 55 с

Дополнительная литература:

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. Нескользкая 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. Нескользкая 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» 5 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.	1-6 2-6 3-6 1-7, 12-14 1-7, 12-14 7, 14 12-14	Таблица «Кухня», набор кухонной и столовой посуды, кухонные приборы и приспособления, карточки-задания, тесты. Таблица «Столовая посуда», средства и приспособления для мытья посуды, продукты. 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.
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.	8-11 8-11 9-10 9-10 8-11 8,11 11	Набор предметов по уходу за полостью рта и ушами, таблицы, карточки, набор предметов и средств личной гигиены, буклет «Уход за волосами», набор предметов и средства для ухода за волосами. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Семья	Проблемное обучение Личностно-ориентированный	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация.	15-17 15-17	Таблицы, тесты, фрагмент видеофильма «Этикет», слайды, читательский билет.

	подход Дифференцированное обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	15-16 15-17 15-17 15-16 15-17	Презентации, видеоролики. Компьютер, 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.	20-22 18-24 20-22 19-24 18-24 22-23 21, 24	Таблицы, тесты, карточки, кроссворды, иллюстрации, инвентарь и приспособления для сухой и влажной уборки. Открытки, образец заполнения открытки, адрес школы, направляющая сетка. 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.	26-30 26-30 27, 30 26-30 26-32 27,30 27, 30-31	Таблицы, тесты, карточки, иллюстрации, образцы обуви, обувная щётка, крем, бархатка, кожаная обувь, газеты, коробки. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Транспорт	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа.	34 33-35 35 33-35	Таблицы, карточки, тесты, слайды. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.

	обучение Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	Работа с карточками- заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	33-35 34-35 34	
--	--	--	--------------------------	--

