

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ
«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)
6 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.

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 в 6 классе рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю). В том числе на контрольные работы – 6 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 7 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 адаптированная рабочая программа разработана в рамках реализации программы развития КГБУ «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 6 класса рассчитана на 68 часов. Количество часов в неделю – 2 час.

6 класс

№	Перечень разделов	Количество часов	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	«Питание»	22	16	6	-	-
2	«Личная гигиена и здоровье»	6	-	6	-	-
3	«Охрана здоровья»	8	-	3	5	-
4	«Транспорт»	4	-	-	4	-
5	«Средства связи»	8	-	-	8	-
6	«Семья»	4	-	-	2	2
7	«Одежда и обувь»	7	-	-	2	5
8	«Жилище»	3	-	-	-	3
9	«Предприятия, организации, учреждения»	2	-	-	-	2
10	Повторение	4				4
	Итого	68	16	15	21	16

3. Содержание учебного материала

Питание (22 ч)

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).

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.

Магазины по продаже продуктов питания. 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.

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

Личная гигиена и здоровье (6 ч)

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.

Охрана здоровья (8 ч)

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.

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

Транспорт (4 ч)

Городской транспорт. 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.

Средства связи (8 ч)

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.

Одежда и обувь (7 ч)

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. 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 пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распорвшегося шва

Жилище (4 ч)

Кухонная мебель: названия, назначение.

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

Уход за жилищем. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений.

Семья (4 ч)

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 старших младшим: домашние обязанности.

Предприятия, организации, учреждения (2 ч)

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

Повторение (4 ч)

4. Планируемые результаты

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

№	Тема	Часы
	2 часа в неделю	68 ч
1	Мебель и оборудование кухни.	2
2	Правила безопасной работы на кухне. Сервировка стола к ужину.	2
3	Виды круп. Приготовление блюд из круп.	2
4	Приготовление каши	2
5	Приготовление блюд из макаронных изделий.	2
6	Приготовление блюд из молочных продуктов.	2
7	Приготовление блюд из картофеля.	2
8	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа	2
9	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины	2
10	Специализированные продовольственные магазины.	2
11	Повторение и обобщение пройденного материала. Самостоятельная работа.	2
12	Уход за кожей рук и ногтями.	2
13	Уход за кожей ног и ногтями.	2
14	Закаливание организма. Контрольная работа.	2
15	Медицинские учреждения.	2
16	Функции основных врачей-специалистов.	1
17	Функции основных врачей-специалистов.	1
18	Виды медицинской помощи.	2
19	Вызов врача на дом.	2
20	Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. (	2
21	Написание адреса на конверте	2
22	Телеграф. Составление текстов и отправление телеграмм.	2
24	Повторение и обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	2
25	Виды транспорта	2
26	Городской транспорт, правила пользования.	2
27	Осанка, мимика и жесты во время разговора.	2
28	Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	2
29	Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	1
30	Уход за изделиями из цветных хлопчатобумажных тканей.	4
31	Основные правила организации рабочего места школьника, спального места.	1
32	Виды половых покрытий. Уход за полами.	2
33	Состав семьи. Правила поведения в семье.	2
34	Детские учреждения.	2
35	Кухонная мебель и оборудование. Виды круп. Способы приготовления круп.	4

6. Контрольно-измерительные материалы

Модернизация системы образования предполагает существенное изменение организации контроля качества знаний и умений 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. Что является мебелью для кухни:
А) Вытяжка
Б) Табуретка
В) Холодильник
2. Что является оборудованием для кухни:
А) Вытяжной шкаф (вытяжка)
Б) Табуретка
В) Холодильник
3. Как хранить содержимое открытой консервной банки (металлической):
А) Поставить в холодильник в банке
Б) Переложить в стеклянную банку или тарелку и убрать в холодильник
В) На кухонном столе
4. При варке какой каши требуется больше всего жидкости:
А) Рассыпчатой
Б) Вязкой
В) Жидкой
5. Из какой зерновой культуры получают крупу «пшено»:
А) Просо
Б) Пшеница
В) Рожь
6. Какую крупу не моют:
А) Манную
Б) Перловую
В) Рисовую
7. В какую воду закладывают макароны:
А) В холодную
Б) В тёплую
В) В кипящую
8. Какое приспособление применяют при варке макарон:
А) Сито
Б) Дуршлаг
В) Яйцерезка
9. Какой основной продукт используют при приготовлении сырников:
А) Сыр
Б) Творог
В) Картофель

Контрольный тест по итогам 1 четверти, 2 уровень

1. Что является посудой:
А) Кастрюля
Б) Ложка
2. Что является столовым прибором:
А) Кастрюля
Б) Ложка
3. Что является приспособлением:
А) Тарелка
Б) Тёрка
4. Что является мебелью для кухни:
А) Вытяжка
Б) Табуретка
5. Что является оборудованием для кухни:
А) Вытяжной шкаф (вытяжка)
Б) Табуретка
6. Из какой зерновой культуры получают крупу «пшено»:
А) Просо
Б) Рис
7. Какую крупу не моют:
А) Манную
Б) Перловую
8. Какое приспособление применяют при варке макарон:
А) Терка
Б) Дуршлаг

Дополнительные вопросы:

9. При варке какой каши требуется больше всего жидкости:
А) Рассыпчатой
Б) Вязкой
В) Жидкой
10. Как хранить содержимое открытой консервной банки (металлической):
А) Поставить в холодильник в банке
Б) Переложить в стеклянную банку или тарелку и убрать в холодильник
В) На кухонном столе

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 1 уровень

1. Когда наносят защитный крем для рук:
А) Во время работы
Б) До работы
В) После работы
2. Как часто нужно стричь ногти на руках:
А) 1 раз в день
Б) 1 раз в неделю
В) 1 раз в месяц
3. Когда наносят питательный или увлажняющий крем для рук:
А) Во время работы
Б) После работы
В) До работы
4. Как часто нужно мыть руки:
А) 1 раз в день
Б) 2 раза в день
В) По мере загрязнения
5. Какие средства служат для ухода за ногами:
А) Крем, помада, пудра
Б) Крем, присыпка (тальк), спрей – дезодорант
В) Крем, румяна, тени
6. Когда лучше стричь ногти на ногах:
А) После принятия ванны или душа
Б) До принятия ванны или душа
В) Во время принятия ванны или душа
7. Какие средства служат для того, чтобы ноги меньше потели:
А) Крем
Б) Присыпка (тальк), спрей-дезодорант
В) Носки
8. Какое средство служит для смягчения кожи ног:
А) Крем
Б) Присыпка (тальк), спрей-дезодорант
В) Носки

Контрольный тест по итогам 2 четверти, 2 уровень

1. Когда наносят защитный крем для рук:
А) Во время работы
Б) До работы
2. Как часто нужно стричь ногти на руках:
А) 1 раз в неделю
Б) 1 раз в месяц
3. Когда наносят питательный или увлажняющий крем для рук:
А) После работы
Б) До работы
4. Как часто нужно мыть руки:
А) 2 раза в день
Б) По мере загрязнения
5. Какие средства служат для ухода за ногами:
А) Крем, присыпка (тальк), спрей – дезодорант
Б) Крем, румяна, тени
6. Когда лучше стричь ногти на ногах:
А) После принятия ванны или душа
Б) До принятия ванны или душа
7. Как часто следует мыть волосы:
А) Не менее одного раза в неделю
Б) Один раз в месяц

Дополнительные вопросы:

1. Какие средства служат для того, чтобы ноги меньше потели:
А) Крем
Б) Присыпка (тальк), спрей-дезодорант
В) Носки
2. Какое средство служит для смягчения кожи ног:
А) Крем
Б) Присыпка (тальк), спрей-дезодорант
В) Носки

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 1 уровень

1. Что относится к средствам связи:
А) Автобус
Б) Почта
В) Самолёт
2. Что относится к почтовым отправлениям:
А) Книга
Б) Ручка
В) Письмо
3. Какие бывают письма:
А) Сложные, простые, заказные
Б) Простые, заказные, ценные
В) Ценные, бесценные, сложные
4. Какие бывают телеграммы:
А) На художественном бланке
Б) На письме
В) На художественной книге
5. Как пишут предложения в телеграмме:
А) С запятыми и предлогами
Б) Без точек, без запятых и без предлогов
В) Без запятых и с предлогами
6. Как отправить простое закрытое письмо:
А) Отдать работнику почты
Б) Опустить в почтовый ящик на почте
В) Всё равно как
7. Какое письмо почтальоны не кладут в почтовый ящик, а вручают только на почте:
А) Открытое
Б) Простое
В) Заказное
8. Какие виды почтовых отправлений ты знаешь:
А) Письмо, телеграмма, бандероль, посылка, денежный перевод
Б) Бандероль, посылка
В) Телеграмма, денежный перевод, посылка

Контрольный тест по итогам 3 четверти, 2 уровень

1. Что относится к средствам связи:

А) Почта

Б) Самолёт

2. Что относится к почтовым отправлениям:

А) Книга

Б) Письмо

3. Какие бывают письма:

А) Сложные, простые, заказные

Б) Простые, заказные, ценные

4. Какие бывают телеграммы:

А) На художественном бланке

Б) На письме

5. Как пишут предложения в телеграмме:

А) С запятыми и предлогами

Б) Без точек, без запятых и без предлогов

6. Как отправить простое закрытое письмо:

А) Отдать работнику почты

Б) Опустить в почтовый ящик на почте

7. Какие виды почтовых отправлений ты знаешь:

А) Письмо, телеграмма, бандероль, посылка, денежный перевод

Б) Бандероль, посылка

Дополнительные вопросы:

8. Какое письмо почтальоны не кладут в почтовый ящик, а вручают только на почте:

А) Открытое

Б) Простое

В) Заказное

9. Как отправить простое закрытое письмо:

А) Отдать работнику почты

Б) Опустить в почтовый ящик на почте

В) Всё равно как

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 1 уровень

1. Для чего служит нитевдеватель?
А) Бережёт палец от укола иглы
Б) Для хранения игл
В) Вдевать нить в иглу
2. При какой температуре нужно стирать цветные хлопчатобумажные ткани?
А) 100 градусов
Б) Не более 40 градусов
В) Не более 60 градусов
3. Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?
А) Пылесборник
Б) Терморегулятор
В) Люк
4. Какое название относится к устройству утюга?
А) Подошва
Б) Фильтр
В) Дуршлаг
5. Какие ткани гладят при самой высокой температуре утюга?
А) Хлопчатобумажные, льняные
Б) Шерсть, шёлк
В) Капрон
6. Какое бельё нельзя стирать вместе?
А) Рубашку и носки
Б) Простыню и наволочку
В) Белое и цветное
7. Выбери, что тебе нужно для ручной стирки белья:
А) Таз, крем, стиральный порошок, тёплая и холодная вода.
Б) Таз, фартук, тёплая и холодная вода, стиральный порошок.
В) Таз, тёплая и холодная вода, шампунь, утюг.
8. Выбери, что относится к фурнитуре:
А) Игольница, нитки
Б) Игла, ножницы
В) Пуговицы, кнопки, крючки

Контрольный тест по итогам 4 четверти, 2 уровень

1. Для чего служит нитевдеватель?
А) Бережёт палец от укола иглы
Б) Вдевать нить в иглу
2. При какой температуре нужно стирать цветные хлопчатобумажные ткани?
А) Не более 40 градусов
Б) Не более 60 градусов
3. Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?
А) Пылесборник
Б) Терморегулятор
4. Какое название относится к устройству утюга?
А) Подошва
Б) Фильтр
5. Какие ткани гладят при самой высокой температуре утюга?
А) Хлопчатобумажные, льняные
Б) Капрон
6. Какое бельё нельзя стирать вместе?
А) Рубашку и носки
Б) Белое и цветное
7. Выбери, что тебе нужно для ручной стирки белья:
А) Таз, крем, стиральный порошок, тёплая и холодная вода.
Б) Таз, фартук, тёплая и холодная вода, стиральный порошок.
8. Какие предметы тебе нужны для пришивания пуговицы:
А) Игла, нитки
Б) Таз, мыло

Дополнительные вопросы:

9. Выбери, что относится к фурнитуре:
А) Игольница, нитки
Б) Игла, ножницы
В) Пуговицы, кнопки, крючки
10. Выбери, что тебе нужно для ручной стирки белья:
А) Таз, крем, стиральный порошок, тёплая и холодная вода.
Б) Таз, фартук, тёплая и холодная вода, стиральный порошок.
В) Таз, тёплая и холодная вода, шампунь, утюг.

Контрольный тест по итогам года, 1 уровень

1. Какие ткани гладят при самой высокой температуре утюга?

А) Хлопчатобумажные, льняные

Б) Шерсть, шёлк

В) Капрон

2. Какое бельё нельзя стирать вместе?

А) Рубашку и носки

Б) Простыню и наволочку

В) Белое и цветное

3. Какие бывают письма:

А) Сложные, простые, заказные

Б) Простые, заказные, ценные

В) Ценные, бесценные, сложные

4. Какие виды почтовых отправлений ты знаешь:

А) Письмо, телеграмма, бандероль, посылка, денежный перевод

Б) Бандероль, посылка

В) Телеграмма, денежный перевод, посылка

5. Когда наносят защитный крем для рук:

А) Во время работы

Б) До работы

В) После работы

6. Как часто нужно мыть руки:

А) 1 раз в день

Б) 2 раза в день

В) По мере загрязнения

7. В какую воду закладывают макароны:

А) В холодную

Б) В тёплую

В) В кипящую

8. Какую крупу не моют:

А) Манную

Б) Перловую

В) Рисовую

Контрольный тест по итогам года, 2 уровень

1. Какие ткани гладят при самой высокой температуре утюга?
А) Хлопчатобумажные, льняные
Б) Шерсть, шёлк
2. Какое бельё нельзя стирать вместе?
А) Рубашку и носки
Б) Белое и цветное
3. Какие бывают письма:
А) Сложные, простые, заказные
Б) Простые, заказные, ценные
4. Какие виды почтовых отправлений ты знаешь:
А) Письмо, телеграмма, бандероль, посылка, денежный перевод
Б) Бандероль, посылка
5. Когда наносят защитный крем для рук:
А) Во время работы
Б) До работы
6. Как часто нужно мыть руки:
А) 2 раза в день
Б) По мере загрязнения
7. В какую воду закладывают макароны:
А) В тёплую
Б) В кипящую
8. Какую крупу не моют:
А) Манную
Б) Перловую

Дополнительные вопросы:

9. Выбери, что относится к фурнитуре:
А) Игольница, нитки
Б) Игла, ножницы
В) Пуговицы, кнопки, крючки
10. Какие средства служат для того, чтобы ноги меньше потели:
А) Крем
Б) Присыпка (тальк), спрей-дезодорант
В) Носки

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. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы

Основная литература:

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

Учебно-методический комплекс

1. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка. 6 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» 6 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.	3-9 1-6, 8, 13 1-6 1-6, 13-15 1-7, 12-15 7, 15 12-14	Иллюстрации, карточки, набор кухонной и столовой посуды, моющие средства. Таблица «Работа с электроплитой», «Приготовление каши», «Хранение продуктов», «Приготовление блюд из молока и молочных продуктов». 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.	10-12 10-12 10-12 10-112 10-12 12 12	Буклеты «Уход за руками» и «Уход за ногами», набор предметов и средств ухода, карточки, тесты, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Семья	Проблемное обучение Личностно-ориентированный подход Дифференцированное обучение	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками-	15-17, 26 15-17, 33 15-16 15-17, 26 15-17, 33	Таблицы, тесты, фрагмент видеофильма «Этикет», слайды, читательский билет. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.

	Здоровьесберегающие Игровые ИКТ Разноуровневое обучение	заданиями. Ролевая игра. Тестирование.	15-16, 33 15-17, 26	
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 обучение Здоровьесберегающие Игровые	Беседа. Опрос. Рассказ. Презентация. Видео. Инструктаж. Практическая работа. Работа с карточками- заданиями. Ролевая игра.	34 33-35 35 33-35 33-35 34-35	Таблицы, карточки, тесты, слайды. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.

	ИКТ Разноуровневое обучение	Тестирование.	34	
Охрана здоровья	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.	17-19 17-19 19 17-19 17-19 18-19 19	Карточки, таблицы, тесты, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.
Предприятия, учреждения, 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.	34 34 34 34 34	Карточки, таблицы, тесты, иллюстрации. 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.	20-23 20-21 21 20-23 20-23 22 23	Карточки, таблицы, тесты, иллюстрации. Презентации, видеоролики. Компьютер, телевизор, видеоувеличитель.

