

Одобрено педагогическим советом
МБОУ СОШ №30 г. Пензы
«29» августа 2023 г., протокол № 14

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 160-од от 29.08.2023
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пензы
_____ А.А. Долов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 г. Пензы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ

«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

6 класс

(ФГОС УО, 1 вариант)

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» составлена на основе Требования к результатам освоения АООП Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) (далее – ФГОС УО (ИН)), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - ФАООП УО), Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Основы социальной жизни» (далее – ФРП «Основы социальной жизни»), а также ориентирована на целевые приоритеты, построенные в федеральной рабочей программе воспитания.

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

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

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

2. Общая характеристика учебного предмета

Учебная программа «Основы социальной жизни» строится по концентрическому принципу. Особенностью учебной программы является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

На занятиях по предмету «Основы социальной жизни» следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях используются все виды наглядности: натуральная (посуда, одежда, игрушки и др.); образная (рисунки, плакаты, картины); символическая (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); графическая (учебные инструкционные карты, стандартные

инструкции, бланки квитанций, таблицы); схематическая (схема линий метро, пассажирского транспорта).

При проведении занятий по основам социальной жизни осуществляется деление классов на подгруппы согласно списку класса.

Технологии обучения: словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой; наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр; практические: карточки, тесты.

Основными формами работы являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

Методы обучения речевой практике:

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, обучающиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы.

В программе значительное место отводится **экскурсиям**. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество» составлена в соответствии с АООП, учебным планом МБОУ СОШ № 30 г. Пензы и санитарно - эпидемиологическими правилами и нормами. Рабочая программа в 6 классе рассчитана на **68 часов (2 часа в неделю, 34 учебные недели)**.

Контрольные работы

Практические работы

Экскурсии

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Личностными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

Личностные результаты освоения включают *индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося*, социально значимые ценностные установки. Личностные результаты освоения программы отражают:

1. осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2. формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
6. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
7. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
8. принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
9. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
10. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
11. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
12. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
13. формирование готовности к самостоятельной жизни.

Формируемые базовые учебные действия (БУД) при изучении предмета «Основы социальной жизни»

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться успехами и достижениями как собственными, так и своих других обучающихся; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользую социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых), 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 представлены умениями: 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 представлены умениями: дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временнопространственную 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.

Предметными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни".

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;
- 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
- 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;
- 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);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

Критерии и нормы оценки знаний, умений и владений обучающихся

Критерии оценки при опросе:

В учебном процессе оценка предметных результатов проводится с помощью диагностических работ (промежуточных и итоговых), направленных на определение уровня освоения темы учащимися.

Для оценки достижения возможных предметных результатов освоения АООП используются:

- 1) Текущая аттестация: устный опрос, письменная самостоятельная работа.
- 2) Итоговая аттестация: контрольная работа, тестовое задание.

Итоговые задания разрабатываются дифференцированно с учетом особых образовательных потребностей обучающихся. Вариативность заданий заключается в варьировании сложности и объема материала, способа предъявления, объема помощи при выполнении задания.

Оценка достижений возможных предметных результатов переводится в отметку, которая проставляется в классный журнал по каждому учебному предмету. Отметка выставляется по принципу полноты и надежности усвоения:

- 5-4 – «усвоено»;
- 3 – «частично усвоено»;
- 2-1 – «не усвоено».

В конце изучения каждой темы подводятся промежуточные итоги усвоения предмета на основе анализа учебных достижений учащихся. Итоговый результат усвоения предмета определяется в конце учебного года на основании промежуточных результатов изучения отдельных тем программы и итоговой контрольной работы по предмету.

Документы, в которых отражается оценка достижений предметных результатов:

Результаты накопленной оценки достижений возможных предметных результатов, полученной в ходе текущего и промежуточного оценивания, фиксируются в классном журнале и учитываются при определении итоговой оценки

5.Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» в 6 классе мальчиков).

Охрана здоровья

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах.

Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе.

Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Жилище (11 час.)

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи.

Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.

Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями.

Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода.

Предметы для сервировки стола: назначение, уход.

Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань).

Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

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

Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.

Домашняя ферма. Ветеринарная служба

Одежда и обувь (8 часов.)

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

Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).

Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Ручная и машинная стирка изделий.

Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей

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.

Питание (20 часов.)

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

Каша – матушка наша. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.

Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

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

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

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

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

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

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

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

Тематическая экскурсия

Приглашение на завтрак Отбор необходимых продуктов для приготовления

Транспорт (7час.)

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи (6 часов.)

Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

Образовательные организации.

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.

Семья

Какие планы? Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

Досуг для развития своего интеллекта. Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга.

Досуг для развития силы, ловкости и бодрости Увлечения для развлечений.

Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Виртуальная экскурсия

Проектная работа «Мне скучать некогда! А вам?» Постановка цели проекта, планирование совместной работы, выполнение элементов творческой работы,

6. Тематическое планирование уроков чтения с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№	Тема	Виды деятельности обучающегося
Охрана здоровья (5 час.)		
1	Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах.	<div>-слушание рассказа учителя о видах помощи, видах медицинской помощи, людях, которые могут оказать определенный вид медицинской помощи;</div> <div>-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;</div> <div>-рассказ о видах медицинской помощи, которую получали учащиеся;</div> <div>-выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;</div> <div>-работа с презентацией,</div> <div>-работа с дидактическим материалом</div> <div>-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.</div>
2	Первая помощь при обморожениях.	
3	Первая помощь при отравлениях.	
4	Первая помощь при, солнечном ударе.	
5	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	
Жилище (12 часов)		
6	Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи.	<div>-слушание рассказа учителя о гигиенических требованиях к жилому помещению, их значении для комфортного и безопасного нахождения в жилом помещении;</div> <div>-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;</div> <div>-выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;</div> <div>-работа с презентацией;</div> <div>-работа с дидактическим материалом</div> <div>-практическая работа: измерение температуры в классе до проветривания и после проветривания;</div> <div>-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.</div> <div>-участие в беседе о комфортных жилищных условиях, гигиенических требованиях, предъявляемых к помещению, их выполнении при помощи проведения уборки, видах уборки;</div>
7	Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.	
8	Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.	
9	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.	
10	Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями.	
11	Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней	

12	Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения. Кухонная мебель: названия, назначение	-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока; -выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации; -работа с презентацией; -заучивание правил техники безопасности; -работа с дидактическим материалом -практическая работа: подбор инвентаря и моющих средств для уборки; -работа с листом
13	Животные в доме человека. Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока; -рассказ учащихся об ужине дома; -выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации; -работа с дидактическим материалом
14	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.	(работа с изображениями различных блюд холодного и горячего ужина, правил приема пищи); -работа с презентацией; -практическая работа: сервировка стола к ужину;
15	Домашняя ферма. Ветеринарная служба	-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.
16	Тематическая экскурсия по выбору учителя	
17	Проектная работа. «О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах»	
Одежда и обувь (8 часов.)		
18	Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.	Находить и выбирать виды одежды, обуви, объяснять их назначение. Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения.
19	Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	Применять правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов. Стирать, сушить и чистить одежду.
120	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	Готовить одежду и обувь к хранению. Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.
21	Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	Выбрать нужный товар в магазине. Применять правила покупки товаров. -слушание рассказа учителя о электробытовых приборах, используемых для уборки, соблюдении ТБ при их использовании;
22	Правила сушки белья из различных тканей.	-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;

23	Уход за обувью. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви.	-выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;
24	Виды кремов для чистки обуви, их назначение.	-работа с дидактическим материалом (электробытовые приборы);
25	Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.	-практическая работа: выполнение очистки паласа от пыли с помощью пылесоса -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.
Питание (23часов.)		
26	Еда – только с пользой для здоровья! Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.	-слушание рассказа учителя о значении ужина для полноценной жизнедеятельности, видах ужина, основных блюдах, входящих в состав ужина;
27	Идеальный завтрак. Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока.	
28	Каша – матушка наша. Виды блюд,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).	
29	Хлеб – всему голова! Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции.	
30	Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.	
31	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	
32	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения.	
33	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.	
34	Раз яйцо, два яйцо. Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения.	
35	Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое).	

36	Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.	
37	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.	
38	Первичная обработка: мытье, чистка, резка.	
39	Свежие и замороженные продукты.	<p>слушание рассказа учителя о правилах хранения овощей, свежих и замороженных продуктах; о значении первичной обработки продуктов для здоровья человека; о правилах первичной обработки овощей, замороженных продуктов;</p> <p>-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;</p> <p>-проговаривание правил ТБ при работе с ножом и овощечисткой;</p> <p>-выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;</p> <p>-работа с дидактическим материалом (виды нарезки овощей);</p> <p>-работа с презентацией;</p> <p>-работа с листом оценивания, выполнение самооц</p>
40	Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт).	
41	Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки	
42	Секреты вкуса: специи и пряности. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд.	
43	Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.	
44	Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	
45	Тематическая экскурсия	
46	Приглашение на завтрак Отбор необходимых продуктов для приготовления	
47	Приглашение на завтрак Отбор необходимых продуктов для приготовления	
Транспорт (7 часов.)		
48	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички.	<p>-слушание рассказа учителя о видах пригородного транспорта, его назначении, ознакомлении с расписанием, определением и порядком оплаты стоимости проезда;</p> <p>-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;</p>
49	Пригородный транспорт. Стоимость проезда. Расписание.	
50	Междугородний железнодорожный	

	транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь.	-повторение правил поведения пассажиров в общественном транспорте; -выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;
51	Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.	-работа с дидактическим материалом (виды автобусов, электричек; расписание); -работа с презентацией; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.
52	Междугородный автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	
53	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.	
54	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы	
Средства связи (6час.)		
55	Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	-слушание рассказа учителя о видах почтовых отправлений, их отличиях, порядке отправления и получения, работе ближайшего отделения «Почта России»; -участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока;
56	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма.	-выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации;
57	Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.	-работа с дидактическим материалом (виды почтовых отправлений); -работа с презентацией, сайтом «Почта России»;
58	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением	-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.
59	Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.	
60	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	
Предприятия, организации, учреждения (2 час.)		
61	Образовательные организации.	-слушание рассказа учителя образовательных учреждениях, о видах дошкольных образовательных учреждений, их назначении;
62	Местные и промышленные	

63	Местные сельскохозяйственные предприятия.	-участие в беседе, ответы на вопросы учителя по теме урока; -рассказ о младших братьях, сестрах, посещающих детские сады; -рассказ-воспоминание о жизни в детском саду; -выполнение записей в рабочей тетради, вклеивание информации; -работа с презентацией; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.
Семья (5час.)		
64	Какие планы? Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.	Обсуждение проблемных вопросов: «Зачем планировать своё время?», «Как удобно планировать время?» Практическое разъяснение понятия «свободное время», актуализация опыта школьников по теме урока и подведение к выводам о возможных вариантах полезного использования свободного времени Практическое разъяснение понятия «досуг», актуализация опыта школьников, связанного с формами проведения досуга, и подведение к выводам о возможных вариантах досуга, полезного для умственного развития. Знакомство с виртуальной экскурсией как формой проведения досуга. Постановка цели проекта, планирование совместной работы, выполнение элементов творческой работы, презентация проекта
65	Досуг для развития своего интеллекта Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга.	
66	Досуг для развития силы, ловкости и бодрости Увлечения для развлечения Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	
67	Виртуальная экскурсия	
68	Проектная работа «Мне скучать некогда! А вам?» Постановка цели проекта, планирование совместной работы, выполнение элементов творческой работы,	

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Нормативно-правовые документы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации: от 06 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- от 17 мая 2012 года № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
- от 19 декабря 2014 года № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

3. Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ № 1599, вариант 1) МБОУ СОШ № 30 г. Пензы.

4. Программы:

Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год;

Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год;

Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 год;

Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994 год;

Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.

Основной список литературы

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.

2. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.

Дополнительный список литературы

1. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 год.

2. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год – 247 с.

3. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994 год.

4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 год – 92 с.

5. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год.

6. Мусская И.А. Домоводство, - Ижевск: ДОК, Урал-БИ-СИ, 1991 год.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-техническое и информационное оснащение образовательного процесса обеспечивает возможность:

- создания и использования информации;
- физического развития;

планирования учебной деятельности, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов (выступлений, защиты проектов, творческих работ);
размещения материалов и работ в информационной среде организации;
организации отдыха и питания.

Пространство, в котором осуществляется обучение обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), соответствует общим требованиям, предъявляемым к организациям, в области:

соблюдения санитарно-гигиенических норм организации образовательной деятельности;

обеспечения санитарно-бытовых и социально-бытовых условий;

соблюдения пожарной и электробезопасности;

соблюдения требований охраны труда.

Оснащение учебного процесса имеет свои особенности, определяемые спецификой предмета «Основы социальной жизни». Занятия проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для обучающихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

Технические средства обучения

1. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.

2. Карточки с заданиями, перфокарты.

3. Раздаточный материал.

4. Дидактический материал.

5. Презентации.

Компьютерные технологии

1. Компьютер.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.ed.gov.ru>,

2. <http://www.rfh.ru>,

3. <http://www.int-edu.ru>,

4. <http://www.rsl.ru>,

5. <http://www.gnpbu.ru>,

6. <http://www.pedlib.ru>,

7. <http://dic.academic.ru>,

8. <http://dictionary.fio.ru>,

9. <http://www.ug.ru>,

10. <http://skazochki.narod.ru>,

11. <http://www.uroki.net/>.

Тест по разделу «Личная гигиена».

1. Выбери предметы, необходимые для мытья рук и лица:

- Зубная паста
- Крем для лица
- Мыло
- Полотенце
- Расческа
- Маникюрные ножницы

2. Выбери предметы, необходимые для приведения в порядок волосы:

- Зубная паста
- Шампунь
- Полотенце
- Расческа
- Губка

3. Выбери определение «личной гигиены»:

- Соблюдение чистоты тела, направленное на сохранение здоровья человека.
- Закаливание организма, соблюдение чистоты тела, направленное на сохранение здоровья человека.
- Соблюдение чистоты тела, чистоты жилища, предметов одежды, укрепление здоровья организма.

4. Уход за руками называется:

- Макияж
- Маникюр
- Педикюр

5. Уход за ногтями ног входит в состав процедуры:

- Макияж
- Маникюр
- Педикюр

6. Основные правила закаливания:

- Правильное питание
- Здоровый образ жизни
- Купаться в проруби
- Достаточно обливаться холодной водой 1 раз в неделю
- Проводить закаливание ежедневно

Тест по разделу «Охрана здоровья».

1. Здоровый образ жизни – это

- а) Занятия физической культурой
- б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
- в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г) Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

2. Что такое режим дня?

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) строгое соблюдение определенных правил
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых

3. Что такое рациональное питание?

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание с учетом потребностей организма
- в) питание набором определенных продуктов
- г) питание с определенным соотношением питательных веществ

4. Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность

- а) белки, жиры, углеводы, минеральные соли
- б) вода, белки, жиры и углеводы
- в) белки, жиры, углеводы

г) жиры и углеводы

5. Что такое двигательная активность?

- а) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие
- б) Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
- в) Занятие физической культурой и спортом
- г) Количество движений, необходимых для работы организма

6. Что такое закаливание?

- а) Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм
- б) Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в) Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г) Купание в зимнее время

Тест по разделу «Одежда и обувь».

1. Что из нижеперечисленного относится к одежной фурнитуре?

- А) Пуговицы, кнопки
- Б) Защелки, петли
- В) Застежки, молнии
- Г) Шлевки, доводчики

2. Что означает данный символ по уходу за текстильными изделиями?

- А) Стирка запрещена
- Б) Отбеливание запрещено
- В) Сухая чистка запрещена
- Г) Барабанная сушка запрещена

3. Назови, какого вида обуви не бывает

- А) Зимней
- Б) Осенней
- В) Демисезонной
- Г) Летней

4. Мелкий ремонт одежды может делать:

- А) только швея
- Б) любой человек
- В) портной
- Г) сапожник

5. Укажите, что не является причиной загрязнения одежды:

- А) пот
- Б) статистическое электричество
- В) загрязнение окружающей среды
- Г) материал из которого сшито изделие

6. Согласны ли вы с утверждением, что светлую обувь желательно хранить отдельно от темной?

- А) да
- Б) нет

7. Перечислите виды обуви по сезону.

Тест по разделу «Питание».

1.Как называется убранство стола?

- сортировка
- сервировка
- расстановка

2.Как называется быстро поддающийся порче продукт?

- скоропортящийся
- испорченный

3. Продукты, поддающиеся быстрой порче, нужно хранить

- в прохладном месте
- в холодильнике
- в шкафу

4. Почему кожуру с овощей нужно снимать тонким слоем?

Напиши правильный ответ

5. Какие овощи употребляют только в варёном виде?

Напиши правильный ответ

6. Сколько минут нужно варить картофель?

- 5-10 минут
- 20-30 минут
- 40-50 минут

7. Как называется основное блюдо, которое готовят из крупы?

- пудинг
- пюре
- каша

8. Как называются овощи, каша и другие добавления к мясным, рыбным блюдам?

- гарнир
- добавка

Тест по разделу «Транспорт».

Перечислите, основные транспортные средства для перевозки пассажиров

- а)тролейбус
- б)самокат
- в)автобус
- г)маршрутное такси

2.Выберите, что относится к городскому транспорту

- а)автобус;
- б)самолет;
- в)лодка.

3.Кто продаёт пассажирам билеты?

- а)водитель

б)кондуктор

4.Выберите, правильное утверждение в городском транспорте

- а)жди транспорт в установленном месте;
- б)не мешай входу и выходу пассажиров;
- в)толкайся, когда войдешь в салон транспорта;
- г)оплати проезд;
- д)не уступай место пожилым и маленьким детям;
- е)готовься к выходу заранее.

5.Выбери, что относится к воздушному транспорту

- а)поезд;
- б)автобус;
- в)самолет.

6. Выбери, что относится к водному транспорту

- а)троллейбус;
- б)трамвай;
- в)катер.

Тест по разделу «Средства связи».

1.Что относится к почтовым отправлениям?

- ☐ почтовый ящик
- ☐ посылка
- ☐ телефонный аппарат
- ☐ конверт

2.Что относится к учреждениям связи?

- ☐ школа
- ☐ магазин
- ☐ почта

☐ больница

3.Надпись на конверте называется...

☐ расписание

☐ адрес

☐ текст

☐ не знаю

4.Письмо, отправленное в конверте без дополнительной оплаты, называется...

☐ простое

☐ заказное

☐ ценное

☐ закрытое

5.Документ, которым извещают о получении заказного письма, называется...

☐ квитанция

☐ справка

☐ уведомление

☐ ведомость

Тест по разделу «Предприятия, организации, учреждения».

1.Назови учреждения дополнительного образования

а)спортивная школа

б)художественная школа

в)автошкола

г)студия танца

д)дворец детско-юношеского творчества

2.Чем занимаются дети в учреждениях дополнительного образования

а)лечат зубы

б)поют

в)танцуют

г)занимаются спортом

д)рисуют

Тест по разделу «Семья».

1. Каким словом можно заменить эту группу людей: папа, мама, дочь, сын?

- А) однофамильцы
- Б) родословная
- В) родственники
- Г) семья

2. Каким словом можно заменить эту группу людей: бабушка, брат, дядя?

- А) однофамильцы
- Б) родословная
- В) родственники
- Г) семья

3. Что означает слово «традиция»?

- А) Повседневное занятие.
- Б) Семейное занятие.
- В) Нормы поведения, обычаи, обряды, которые переходят от одного поколения к другому и сохраняются.

4. Что называют семейной ценностью?

- А) Любую старинную вещь.
- Б) Очень красивую вещь.
- В) Особо хранимую вещь как память о прошлом.

5. Напиши имя, отчество, фамилию твоих родителей:

Мать _____

Отец _____

6. Напиши свой адрес:
