

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 3 «Центр образования»  
городского округа Октябрьск Самарской области**

Рассмотрено  
на заседании методического  
объединения учителей  
гуманитарного цикла  
Протокол № 1  
от «26» августа 2024 г.

Проверено  
Заместитель директора  
по учебно-воспитательной работе  
  
\_\_\_\_\_ Е. А. Лафинчук

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ № 3  
г.о.Октябрьск  
\_\_\_\_\_ Л. Ю. Шатрова

Приказ № 649-од от «26» августа 2024 г.

Адаптированная рабочая программа  
индивидуального обучения  
обучающегося с умственной отсталостью, 1 вариант

**Предмет:** основы социальной жизни

**Класс:** 7

**Учитель:** Шадт С.С.

Адаптированная рабочая программа индивидуального обучения по основам социальной жизни в 7 классе для обучающихся с умственной отсталостью (1 вариант) составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599 (в действующей редакции) , с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с УО.

УМК: Сборник рабочих программ 5-9 кл., в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос.

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.

повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

**Цель:** практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Изучение предмета призвано решать следующие **задачи:**

—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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Основная цель предмета «Основы социальной жизни» заключается в практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений,

который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Для обеспечения целенаправленного личностного развития обучающихся, подготовки их к самостоятельной жизни, программа предполагает интегрированный подход к формированию личностных качеств, комплексную поддержку обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, реализуемые с учетом их возрастных и специфических особенностей и возможностей, по следующим разделам:

1. Личная гигиена и здоровье
2. Одежда и обувь
3. Питание
4. Жилище
5. Культура поведения
6. Торговля
7. Транспорт
8. Средства связи

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий торговли и транспорта.

В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначение кабинета, правила поведения в кабинете. Эта программа направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье.

После вводного занятия по программе следуют разделы «Личная гигиена», «Одежда и обувь». Изучение этих тем не вызывает трудностей. «Питание» - является одним из наиболее любимых разделов всей программы. Раздел содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание нужно уделять изучению правил техники безопасности. Нарезка бутербродов и овощей для салата требует правильного обращения с кухонным ножом. Также важно соблюдение санитарно-гигиенических правил. При сервировке стола надо обращать внимание не только на последовательность работы, но и на эстетическую сторону.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию;

Строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии.

Следующие разделы «Культура поведения», «Жилище» - эти темы несложные для изучения, однако определенную трудность представляет выполнение практического задания.

Тематика разделов программы «Транспорт» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения. Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Большое внимание на занятиях по основам социальной жизни отводится эстетическому воспитанию обучающихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

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

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

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.

Задания для обучающихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого обучающегося. Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных работ, текущих и итоговых контрольных работ.

Программа по предмету «Основы социальной жизни» для 7, 9 классов составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения обучающимися во время уроков развития речи, чтения, русского языка, природоведения, математики.

### **Место предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане**

Предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество», относится к обязательной части учебного плана. Предмет изучается с 5 по 9 класс.

7 класс — 34 ч. (1 час в неделю).

# 1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**7 класс** (1 ч. в неделю)

## **Личная гигиена**

Личная гигиена подростка.

Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.

Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

## **Основные требования к знаниям учащихся**

**Учащиеся должны иметь представление о**

- значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка;
- назначении индивидуальных предметов личной гигиены;
- необходимости гигиены одежды.

**Учащиеся должны знать**

- правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши);
- правила смены одежды и нательного и постельного белья;
- санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

## **Одежда**

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.
2. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.
3. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.
4. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

## **Практические работы:**

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

**Экскурсия.** Экскурсия в химчистку.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны знать:**

- особенности стирки цветного и белого белья;
- правила пользования моющими средствами;
- устройство стиральной машины и правила пользования ею;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины;
- последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей и т. д.;
- назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

**Учащиеся должны уметь:**

- ремонтировать разорванные места одежды, штопать;
- стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины;
- гладить одежду и белье.

## **Питание**

1. Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.
2. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.
3. Сервировка стола к обеду.

### **Практическая работа**

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов;
  - последовательность приготовления блюд;
  - возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;
  - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- правила пользования столовыми приборами.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов);
- готовить третьи блюда;
- оформлять готовые блюда;
- сервировать стол к обеду.

### **Семья**

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

### **Практические работы**

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- различные тихие и подвижные игры.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- одевать малышей на прогулку;
- объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры;
- помогать первоклассникам при уборке игрушек.

### **Культура поведения**

1. Поведение в гостях.

2. Подарки.

### **Практическая работа**

Изготовление несложных сувениров.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- правила поведения при встрече и расставании;
- правила поведения в гостях;
- правила вручения и приема подарков.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- выбрать подходящую одежду для визита в гости;

- культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.);
  - выбрать подарки;
  - изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки.

## **Жилище**

### **Тематика**

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.
2. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.
3. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).
4. Животные в доме (кошка, собака, попугай).

### **Практическая работа**

Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
- способы и периодичность ухода за окнами;
- виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;
- способы утепления окон;
- правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия;
- правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме;
- правила содержания в доме собаки, кошки, попугая.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- убирать жилые помещения; чистить мебель;
- мыть зеркала и стекла; утеплять окна.

## **Транспорт**

1. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.
2. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

## **Экскурсия**

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

- назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожиданий, комната матери и ребенка);
- порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону);
- порядке сдачи и получения багажа в камере хранения.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- функции железнодорожного транспорта;
- виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий);

- примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния;
- виды справочных служб;
- виды камер хранения; сроки и стоимость хранения багажа.

**Учащиеся должны уметь:**

- ориентироваться в расписании;
- приобретать билеты в железнодорожной кассе;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.

**Торговля**

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.

Назначение магазинов.

2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

**Экскурсия.** Экскурсия в промтоварный магазин.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны иметь представление**

- о назначении промтоварных магазинов; о порядке приобретения товаров.

**Учащиеся должны знать:**

- ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов;
- стоимость отдельных товаров.

**Учащиеся должны уметь:**

- приобретать некоторые товары в промтоварном магазине;
- подсчитывать стоимость покупок;

- правильно вести себя в магазине.

**Средства связи**

1. Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления.

Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

**Практические работы**

Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

**Экскурсия.** На почту.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны знать:**

- перечень предметов, посылаемых бандеролью;
- максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;

- виды и способы упаковки бандеролей.

**Учащиеся должны уметь:**

- заполнять бланки на отправку бандеролей; составлять опись посылаемых предметов; упаковывать бандероли.

**Медицинская помощь**

1. Домашняя аптечка. Термометр.

2. Лекарственные растения.

3. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

**Практические работы**

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность.

Заваривание травяного настоя.

**Учащиеся должны иметь представление о**

- вреде самолечения.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

### **Учащиеся должны знать:**

- состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники);
- правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
- местные лекарственные растения;
- правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм;
- правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой и компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).

### **Учащиеся должны иметь:**

- пользоваться термометром;
- готовить отвары и настои из лекарственных растений;
- обрабатывать раны и накладывать повязки;
- накладывать временные шины.

## **Учреждения, организации, предприятия**

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

### **Экскурсии**

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

### **Учащиеся должны знать:**

- местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов;
- названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях;
- виды выпускаемой продукции;
- названия рабочих специальностей.

### **Учащиеся должны уметь**

- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

## **Экономика домашнего хозяйства**

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.

Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.

Мелкие расходы.

## **Практические работы**

Упражнения по определению доходов семьи.

Составление доверенности на получение зарплаты.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

- том, какое место занимают деньги в нашей жизни;
- порядке и условиях получения зарплаты, пенсии;
- том, сколько денег можно иметь на мелкие расходы.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

### **Учащиеся должны знать:**

- говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома;

- составные части бюджета семьи;
- заработную плату членов семьи.

**Учащиеся должны уметь:**

- подсчитывать бюджет семьи;
- составлять доверенность на получение заработной платы.

### **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ** **Планируемые 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;  
приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;  
представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;  
соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;  
знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;  
соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;  
знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;  
знание названий торговых организаций, их видов и назначения;  
совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;  
первоначальные представления о статьях семейного бюджета;  
представления о различных видах средств связи;  
знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);  
знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

#### Достаточный уровень:

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

с целью обращения в различные организации социального назначения;

Реализация программы обеспечивает достижение выпускниками старшей школы следующих предметных и личностных результатов:

**Личностные результаты:**

К личностным результатам освоения АООП в рамках предмета «Основы социальной жизни» относятся:

- 1) осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- 2) самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- 3) умение вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель класс);
- 4) использование принятых ритуалов социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- 5) умение обращаться за помощью и принимать помощь;
- 6) понимание инструкций к учебному заданию в разных видах деятельности;
- 7) сотрудничество со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 8) умение контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- 9) активное участие в деятельности по предложенному плану в общем темпе;
- 10) адекватное использование ритуалов школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из за парты и т. д.)
- 11) умение работать с учебными принадлежностями;
- 12) соблюдение порядка на рабочем месте;
- 13) представления и положительное отношение к аккуратности и опрятности;
- 14) готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе;
- 15) ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- 16) любовь к близким, к своей школе, своему городу, народу, России;
- 17) стремление активно участвовать в делах класса, школы, семьи, города;
- 18) представления о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо», касающиеся жизни в семье и в обществе;
- 19) представления о правилах поведения в общеобразовательной организации, дома, на улице, в населённом пункте, в общественных местах, на природе;
- 20) уважительное отношение к родителям, старшим, доброжелательное отношение к сверстникам и младшим;
- 21) овладение умениями ориентироваться в окружающем мире;
- 22) овладение умениями поведения в быту;
- 23) овладение основными навыками социальной роли обучающегося.

## **Предметные результаты**

### **Раздел курса: Введение**

#### *Минимальный уровень:*

- представление о предмете основы социальной жизни;
- выполнение некоторых видов работ с учебником и тетрадью на печатной основе совместно с учителем;

#### *Достаточный уровень:*

- представления о разделах предмета основы социальной жизни;
- представление о правилах безопасности;
- выполнение заданий из учебника и тетради на печатной основе самостоятельно.

### **Раздел курса: Питание**

#### *Минимальный уровень:*

- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- представление о видах бутербродов;
- представление о напитках (чай);
- представление о продуктах, необходимых для приготовления завтрака;
- знание названий торговых организаций по продаже продуктов питания;
- совершение покупок различных продуктов питания под руководством взрослого;

#### *Достаточный уровень:*

- представления об организации питания семьи и влияние правильного питания на здоровье человека;
- знание режима питания людей;
- представления о разных группах продуктов питания;
- самостоятельное приготовление простых бутербродов;
- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню для завтрака из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных блюд из яиц (яйца отварные);
- самостоятельное заваривание чая;
- совершение покупок продуктов питания ежедневного назначения.

### **Раздел курса: Личная гигиена и здоровье**

#### *Минимальный уровень:*

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

#### *Достаточный уровень:*

- знание и соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.

### **Раздел курса: Одежда и обувь**

### *Минимальный уровень:*

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание названий торговых организаций по продаже различных видов одежды и обуви, их виды и назначения;
- совершение покупок различных видов одежды и обуви под руководством взрослого;
- представление о магазинах по продаже различных видов одежды;
- представление о видах обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.);

### *Достаточный уровень:*

- представление о видах одежды и обуви в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), видах тканей;
- представление о головных уборах: виды и назначение;
- представление о роли одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека;
- представление о хранении обуви: способы и правила;
- выполнение практических работ самостоятельно или при предварительной помощи педагога «Уход за обувью: чистка обуви, использование кремов для чистки обуви, виды кремов для чистки обуви; их назначение, сушка обуви;
- знание правил ухода за обувью из различных материалов».

## **Раздел курса: Жилище**

### *Минимальный уровень:*

- представление о доме;
- представление о домашнем почтовом адресе;
- представление о правилах ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены;
- представление о столовых приборах их назначение и правилах ухода;
- представление о кухонной мебели, ее названия и назначение;
- представление о кухонной посуде: виды, назначение;
- представление о комнатных растениях;

### *Достаточный уровень:*

- представление о типах жилых помещений в городе;
- представление о видах жилья: собственное и государственное;
- представление об общих коммунальных удобствах в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики);
- представление о планировке жилища: виды жилых комнат (гостиная, спальня, детская комната), виды нежилых помещений (кухня, ванная комната, санузел, назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений);
- представление о национальных видах кухонной посуды;

- представление о кухонном белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение;
- представление о кухонной посуде: виды, назначение, правила ухода, материалах для изготовления различных видов кухонной утвари и их свойствах;
- представление о деревянном инвентаре и уходе за ним;
- представление о предметах для сервировки стола: назначение, уход;
- представление о видах кухонной посуды в зависимости от функционального назначения и материалах для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства;
- представление о санитарных нормах и правилах содержания и ухода за кухонной утварью;
- представление о видах кухонной мебели и правилах ухода и содержания за мебелью;
- представление о видах комнатных растений, особенностях ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим.

### **Раздел курса: Транспорт**

#### *Минимальный уровень:*

- представление о городском транспорте;
- знание и соблюдение правил поведения в общественном транспорте;
- представление о проезде из дома в школу;

#### *Достаточный уровень:*

- представление о видах городского транспорта, оплате проезда на всех видах городского транспорта;
- знание и соблюдение правил поведения в общественном транспорте;
- знание и выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта;
- умение произвести расчет стоимости проезда.

### **Раздел курса: Семья**

#### *Минимальный уровень:*

- представление о составе семьи;
- представление о фамилии, имени, отчестве ближайших родственников;

#### *Достаточный уровень:*

- представление о составе семьи и родственных отношениях в семье;
- представление о фамилии, имени, отчестве ближайших родственников, возрасте, дне рождения;
- представление о месте работы членов семьи, должности, профессии.

### 3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

#### 7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Список итоговых планируемых результатов с указанием этапов их формирования	Способ оценки итоговых планируемых результатов
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
<b>Раздел 1. Введение</b>							
<b>1</b>	Вводный урок. Вводное тестирование на начало учебного года.	<b>1</b>					
<b>Раздел 2. Личная гигиена и здоровье</b>							
<b>1</b>	Гигиена тела. Уход за телом.	<b>1</b>					Учатся ухаживать за телом, совершать утренний и вечерний туалет
<b>2</b>	Уход за кожей рук и ногтями.	<b>1</b>					
<b>3</b>	Уход за кожей ног.	<b>1</b>					
<b>4</b>	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее бельё, носки, колготки).	<b>1</b>					
<b>5</b>	Способы закаливания организма.	<b>1</b>					
<b>6</b>	Бережное отношение к зрению.	<b>1</b>					
<b>Раздел 3. Жилище</b>							
<b>1</b>	Жилище.	<b>1</b>					Изучают Основные
<b>2</b>	Гигиенические требования к жилоту	<b>1</b>					

	помещению.						символы. Рассказывают о своем городе, называют адрес.
<b>3</b>	Меры по обеспечению гигиенических требований к жилому помещению.	<b>1</b>					
<b>4</b>	Сухая и влажная уборка жилого помещения.	<b>1</b>					
<b>5</b>	Инвентарь, моющие средства для уборки жилого помещения.	<b>1</b>					
<b>6</b>	Электробытовые приборы для уборки помещений	<b>1</b>					
<b>7</b>	Практическая работа. Уборка помещения.	<b>1</b>					
<b>8</b>	Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная).	<b>1</b>					
<b>9</b>	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели.	<b>1</b>					
<b>10</b>	Магазины по продаже различных видов мебели.	<b>1</b>					
<b>11</b>	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.	<b>1</b>					
<b>12</b>	Наиболее распространённые болезни некоторых животных.	<b>1</b>					

	Ветеринарная служба.						
<b>Раздел 4. Одежда и обувь</b>							
<b>1</b>	Одежда и обувь.	<b>1</b>					Изучают особенности стирки. Ухаживают за одеждой, выполняют починку одежды. Чистят обувь, подготавливают к хранению.
<b>2</b>	Значение опрятного вида человека.	<b>1</b>					
<b>3</b>	Мелкий ремонт одежды	<b>1</b>					
<b>4</b>	Практическая работа. Пришивание пуговиц.	<b>1</b>					
<b>5</b>	Виды швов	<b>1</b>					
<b>6</b>	Подгиб низа изделия	<b>1</b>					
<b>7</b>	Штопка разорванного места на одежде.	<b>1</b>					
<b>8</b>	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажных тканей.	<b>1</b>					
<b>9</b>	Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.	<b>1</b>					
<b>10</b>	Утюжка изделий из хлопчатобумажных и других тканей.	<b>1</b>					
<b>11</b>	Практическая работа. Утюжка изделий из хлопчатобумажных и других тканей.	<b>1</b>					
<b>Раздел 5. Питание</b>							
<b>1</b>	Гигиена приготовления пищи.	<b>1</b>					Называют магазины, отделы. Учатся укладывать товар, выбирать по списку.
<b>2</b>	Хранение продуктов и готовой пищи.	<b>1</b>					
<b>3</b>	Способы выбора доброкачественных продуктов.	<b>1</b>					
<b>4</b>	Санитарно-	<b>1</b>					

	гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с моющими средствами						
--	---	--	--	--	--	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС. Модуль. Основы социальной жизни

№	Наименование	Количество часов	Электронные	Список итоговых планируемых	Способ
---	--------------	------------------	-------------	-----------------------------	--------

п/п	разделов и тем программы	Всего	Контрольные работы	Практические работы	(цифровые) образовательные ресурсы	результатов с указанием этапов их формирования	оценки итоговых планируемых результатов
1	Введение	1			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0cc0c">https://m.edsoo.ru/f2a0cc0c</a>		
2	Личная гигиена и здоровье	6			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0cafe">https://m.edsoo.ru/f2a0cafe</a>		
3	Жилище	12			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0e0fc">https://m.edsoo.ru/f2a0e0fc</a>		
4	Одежда и обувь	11			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0e2a0">https://m.edsoo.ru/f2a0e2a0</a> Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0e426">https://m.edsoo.ru/f2a0e426</a>		
5	Питание	4			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a0ce32">https://m.edsoo.ru/f2a0ce32</a>		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f2a12080">https://m.edsoo.ru/f2a12080</a>		



# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Воронкова В.В. Социально –бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной ) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя. М: ВЛАДОС, 2006г.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

2. Жестовская О.Б. Уроки СБО учебное пособие для 5 классов специальных (коррекционных) учебных заведений.- М.:ВЛАДОС, 2014г.

3. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 6 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

4. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 7 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

5. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 8 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

6. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 9 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

7. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие для школ VIII вида 5-9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.

8. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 6 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.

9. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 7 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
10. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 8 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
11. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
12. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие для школ VIII вида 5-9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.

