МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Тюменской области

Отдел образования Исетского муниципального района

Мининская СОШ

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
заседание педагогического совета	заместитель директора по УВР	директор школы
_____	_____ Н.Г. Санникова	_____ О.П. Гожко
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.	Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.	Приказ № 122 от «28» августа 2023 г.

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для обучающихся с легкой умственной отсталостью
по основам социальной жизни
6 класс

Минино, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6а класса составлена на основе следующих ***нормативных документов:***

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Учебный план ОО.

При разработке рабочей программы были использованы ***программно-методические материалы:***

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 класс, под редакцией И.М. Бгажноковой, 2013.
2. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.:, в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и реализуется в урочной деятельности.

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.

При проведении уроков предполагается использование следующих ***методов:***

- методов организации и осуществления учебно-познавательной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- методов стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности;
- методов контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности;
- методов исследования (наблюдение, анкетирование, экскурсии).

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

В процессе изучения материала у обучающихся развиваются и корригируются наблюдательность, память, воображение, речь, логическое мышление (умение анализировать, сравнивать, обобщать, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи и зависимости).

Программа предусматривает проведение традиционных уроков, на которых используются различные ***формы работы***: фронтальная, групповая, индивидуальная работа, работа в парах.

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и

осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

Содержание учебного материала

Программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 6а классе включает следующие разделы:

1. Личная гигиена.
2. Одежда.
3. Питание.
4. Семья.
5. Культура поведения.
6. Жилище.
7. Транспорт.
8. Торговля.
9. Средства связи.
10. Медицинская помощь.
11. Учреждения, организации и предприятия.

Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в образовательную область «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» в 6а классе в соответствии с учебным планом рассчитана на 68 часов в год, т.е. 2 часа в неделю (34 учебных недели).

Планируемые результаты освоения программы

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты освоения учебной программой по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6а класса включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Личностные результаты:

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

Предметные результаты:

Минимальный уровень	Достаточный уровень

(является обязательным для всех обучающихся)	(не является обязательным для всех обучающихся)
Личная гигиена	
Ухаживать за телом, руками, ногами и волосами. Рассказывать о необходимости закаливания организма.	Совершать последовательно уход за телом, руками, ногами и волосами. Подбирать косметические средства и предметы личной гигиены. Выбирать способы закаливания организма.
Одежда	
Выполнять повседневный уход за одеждой. Делать мелкий ремонт одежды под руководством взрослого. Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей под руководством взрослого.	Следить за своим внешним видом. Ухаживать за своей одеждой. Выполнять мелкий ремонт одежды. Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей.
Питание	
Рассказывать о режиме питания школьника Знакомиться со способами первичной и тепловой обработки продуктов. Соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи. Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения под руководством взрослого.	Соблюдать режим питания. Выполнять способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока, молочных продуктов и овощей. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроплитой. Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения.

Отваривать макароны, варить кашу на молоке, готовить картофельное пюре, оформлять готовое блюдо, сервировать стол под руководством взрослого.	Составлять меню ужина. Рассказывать о правилах хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Отваривать макароны. Варить кашу на молоке. Готовить картофельное пюре. Оформлять готовое блюдо. Сервировать стол к ужину.
Семья	
Рассказывать о составе семьи. Называть обязанности всех членов семьи.	Рассказывать о составе семьи, называть имена, отчества родителей и ближайших родственников, место работы и должность. Называть основные сведения о членах семьи. Распределять обязанности в семье. Помогать младшим и выполнять свои обязанности.
Культура поведения	
Соблюдать правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий.	Выполнять и объяснять правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий.
Жилище	
Рассказывать о санитарно-гигиенических требованиях к жилому помещению. Производить элементарную уборку помещения. Рассказывать о видах комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.	Выполнять санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и меры их обеспечения. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом. Производить сухую и влажную уборку помещения.

	Чисть ковры, книжные полки, батареи. Ухаживать за комнатными растениями.
Транспорт	
Называть основные транспортные средства. Рассказывать о рациональном маршруте передвижения до школы. Оплачивать проезд на всех видах транспорта.	Различать основные транспортные средства. Ориентироваться в расписании. Выполнять порядок приобретения и оплаты проезда на всех видах транспорта. Выбирать наиболее рациональный маршрут передвижения до школы.
Торговля	
Называть основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Приобретать товар по списку под руководством взрослого. Соблюдать правила поведения в магазине.	Характеризовать основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Различать виды и стоимость различных товаров. Приобретать товар по списку. Соблюдать правила поведения в магазине.
Средства связи	
Называть основные средства связи. Иметь представление о назначении основных средств связи, о порядке отправки писем. Записать почтовый адрес на конверте.	Пользоваться различными средствами связи. Составлять и отправлять письма различного вида. Составлять текст телеграммы.
Медицинская помощь	
Называть виды медицинских учреждений. Использовать услуги медицинских учреждений под руководством	Пользоваться услугами медицинских учреждений. Называть функции основных врачей-специалистов.

взрослого.	Соблюдать профилактику вирусных и инфекционных заболеваний. Записываться на прием к врачу. Вызывать врача на дом. Приобретать лекарства в аптеке. Рассказать о возможном вреде самолечения.
Учреждения, организации и предприятия	
Называть дошкольные и школьные учреждения. Соблюдать правила поведения в школе.	Называть дошкольные и школьные учреждения и их назначение. Обращаться к работникам детского творчества. Вести себя правильно во время игр, просмотра фильма или журнала в читальном зале.

Содержание учебного предмета

1. Личная гигиена - 8 ч.
Гигиена тела. Выбор средств и предметов личной гигиены. *Практическая работа:* Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы). Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Профилактика грибковых заболеваний. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.
2. Одежда - 8 ч.
Значение опрятного вида человека. Чистка одежды. *Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалки,

зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. *Практическая работа*: Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. *Практическая работа:* Утюжка фартуков, косынок, салфеток.
3. Питание - 12 ч.
Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Составление меню ужина. *Практическая работа:* Приготовление блюд из круп. Запись рецепта. Приготовление каши на молоке. *Практическая работа:* Приготовление макаронных изделий. Запись рецепта. Варка макарон. *Практическая работа:* Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта. Приготовление картофельного пюре. Оформление готовых блюд. Сервировка стола к ужину.
4. Семья - 4 ч.
Семья. Состав семьи. Родственные отношения. *Практическая работа:* Составление генеалогического дерева. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.
5. Культура поведения - 4 ч.
Поведение в общественных местах: театре, кино, библиотеке, музее. Поведение при посещении массовых мероприятий.
6. Жилище- 8 ч.
Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. *Практическая работа*: Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за комнатными растениями: рыхление, полив,

опрыскивание. *Практическая работа:* Уход за полами. Средства по уходу за полом. Мытье полов.
7. Транспорт - 6 ч.
Основные транспортные средства. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, ближайшие населенные пункты. Экскурсия на автовокзал. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на автобусную остановку.
8. Торговля - 4 ч.
Продовольственные и специализированные магазины. Экскурсия в продовольственный магазин. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.
9. Средства связи - 6 ч.
Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. *Практическая работа:* Написание адреса и индекса на конверте. *Практическая работа*: Составление текста телеграммы. Экскурсия на почту.
10. Медицинская помощь - 6 ч.
Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи. Экскурсия в аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний. Изготовление аром кулона для эфирных масел.
11. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.
Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение. Экскурсия в Дом детского творчества.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия

Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, занятиями, как члена семьи, одноклассника.

Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей, и социальных ролей.

Уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности.

Включаться в общеполезную, социальную деятельность.

Соблюдать правила безопасного поведения в обществе.

Положительное отношение к окружающей действительности.

Коммуникативные учебные действия

Вступать в контакт и работать в коллективе.

Обращаться за помощью и принимать помощь.

Слушать и принимать инструкцию к учебному заданию.

Сотрудничать с взрослыми и сверстниками.

Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем.

Регулятивные учебные действия

Принимать цели, следовать предложенному плану, работать в общем темпе.

Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач.

Соотносить свои действия с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.

Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Работать с учебными принадлежностями и организовывать своё рабочее место.

Познавательные

Использовать логические действия: (сравнение, анализ, синтез) на наглядном и доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

Выделять отличительные свойства предметов

Использовать в жизни межпредметные знания.

Воспринимать окружающий мир, его пространственную организацию.

Тематическое планирование с перечислением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Разделы	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	8	Рассказывают о правилах закаливания организма, обтирания. Перечисляют правила соблюдения личной гигиены. Объясняют способы ухода за руками и ногами. Называют косметические средства для ухода за кожей рук, ног.
2.	Одежда	8	Определяют вид ремонта одежды. Рассказывают о санитарно-гигиенических требованиях и правилах техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами. Называют моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Объясняют правила стирки изделий из цветных

			хлопчатобумажных и шелковых тканей. Рассказывают о способах утюжки изделий.
3.	Питание	12	Рассказывают о гигиене приготовления пищи. Называют санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком. Различают способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, овощей, молока и молочных продуктов. Объясняют правила пользования электроплитой. Определяют доброкачественность продуктов и сроки хранения. Рассказывают о правилах сервировки стола к ужину.
4.	Семья	4	Рассказывают о составе семьи. Называют имена, отчества родителей и близких родственников. Указывают место работы родителей и занимаемую должность. Объясняют права и обязанности каждого члена семьи.
5.	Культура поведения	4	Рассказывают о правилах поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях. Объясняют правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.
6.	Жилище	8	Рассказывают о гигиенических требованиях к жилому помещению и меры по их обеспечению. Называют основные правила организации рабочего места

			школьника. Определяют последовательность проведения сухой и влажной уборки. Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом. Определяют вид ухода за полом в зависимости от покрытия. Различают комнатные растения. Рассказывают о назначении комнатных растений, правилах ухода и допустимое количество в квартире.
7.	Транспорт	6	Называют основные транспортные средства. Определяют наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу. Рассказывают о порядке приобретения билетов.
8.	Торговля	4	Характеризуют основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Различают виды и стоимость различных товаров. Объясняют порядок приобретения товаров.
9.	Средства связи	6	Определяют основные средства связи. Различают виды почтовых отправлений. Рассказывают о порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.
10.	Медицинская помощь	6	Определяют назначение поликлиник, аптек, больниц. Рассказывают о порядке записи к врачу, приобретения лекарств,

			вызов "скорой помощи", о порядке вызова врачей-специалистов. Различают функции основных врачей-специалистов. Отличают медицинское обслуживание на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.
11.	Учреждения, организации и предприятия	2	Называют виды детских учреждений и их назначение. Рассказывают о правилах поведения в детских учреждениях.
Всего 68 ч.			

Календарно - тематическое планирование

№ урока п/п	Темы разделов и урока	Содержание урока	Ожидаемые предметные результаты	Дата проведения урока	
				по плану	по факту
	Личная гигиена – 8 ч.				
1	Гигиена тела.	Правила соблюдения личной гигиены. Словарная работа: гигиена, утренний и вечерний туалет, ватные палочки.	Знать и уметь соблюдать правила личной гигиены.		
2	Выбор средств и предметов личной гигиены.	Средства и предметы личной гигиены.	Уметь ухаживать за телом, руками, ногами и волосами.		

3	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).	Уход за руками – признак опрятности и аккуратности человека. Косметические средства для ухода за кожей рук.	Знать косметические средства для ухода за кожей рук.		
4	*Практическая работа*: Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	Уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей рук. Уметь мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук.		
5	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).	К чему приводит равнодушное отношение к ногам. Снятие усталости ног. Словарная работа: педикюр, ванна для ног. Правила ухода за ногами. Косметические средства для ухода за ногами.	Знать правила ухода за ногами**.** Уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей ног.		
6	Профилактика грибковых заболеваний.	Грибковые заболевания. Профилактика и лечение грибковых заболеваний.	Знать правила соблюдения личной гигиены.		
7	Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).	Режим дня. Способы закаливания организма. Словарная работа: режим дня, закаливание организма.	Знать правила закаливания организма.		
8	Здоровье человека.	Словарная работа: здоровье, здоровый образ жизни. Здоровое питание.	Знать правила здорового образа жизни.		
	Одежда – 8 ч.				
9	Значение опрятного вида	Словарная работа: опрятность. Требования к одежде.	Уметь следить за своим внешним видом.		

	человека.	Значение опрятного вида человека.			
10	Ремонт одежды. Чистка одежды.	Словарная работа: ремонт одежды, чистка одежды. Уход за одеждой.	Знать правила безопасной работы с иглой и ножницами		
11	*Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц.	Разновидности пуговиц. Назначение пуговиц. Правила пришивания пуговиц.	Знать правила безопасной работы с иглой и ножницами. Уметь пришивать пуговицы.		
12	*Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды: пришивание вешалок, петель и крючков.	Правила безопасной работы с иглой и ножницами. Правила пришивания вешалок, петель, крючков.	Знать правила безопасной работы с иглой и ножницами. Уметь пришивать вешалки, петли и крючки.		
13	*Практическая работа:* Зашивание распоровшегося шва.	Виды швов. Правила безопасной работы с иглой и ножницами. Зашивание распоровшегося шва.	Знать правила безопасной работы с иглой и ножницами. Уметь зашивать одежду по распоровшемуся шву.		
14	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	Словарная работа: стирка. Виды стиральных машин. Моющие средства для стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Этапы стирки белья.	Уметь стирать изделия из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.		
		Правила техники безопасности при работе с утюгом.	Уметь гладить изделия		

15	*Практическая работа:* Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	Утюжка изделий.			
16	*Практическая работа:* Утюжка фартуков, косынок, салфеток.	Правила техники безопасности при работе с электронагревательными приборами. Утюжка изделий.	Уметь гладить изделия.		
	Питание – 12				
17	Режим питания.	Словарная работа: рациональное питание, режим питания, пищевой рацион. Режим питания и его необходимость**.**	Иметь представление о режиме питания.		
18.	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи.	Санитарно – гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила хранения продуктов и готовой пищи.	Иметь представления о санитарно – гигиенических требованиях к приготовлению пищи.		
19	Замораживание, размораживание. Определение срока годности.	Словарная работа: замораживание, размораживание. Требования замораживания и размораживания продуктов.	Знать определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения.		
20	Ужин. Составление меню ужина. Сервировка стола к ужину.	Словарная работа: сервировка. Требования к приготовлению ужина. Составление меню ужина.	Знать правила пользования электроплитой и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком. Уметь сервировать стол к ужину.		
21	Приготовление блюд из круп.	История каши. Виды круп.			

		Требования к варке круп.			
22	*Практическая работа:* Приготовление каши на молоке.	Правила пользования электроплитой. Приготовление манной каши на молоке.	Знать правила пользования электроплитой. Уметь готовить кашу на молоке.		
23	Приготовление макаронных изделий.	Разнообразие макаронных изделий. Этапы приготовления макаронных изделий. Практическая работа: отваривание макарон.	Уметь отваривать макаронные изделия		
24	Приготовление блюд из молока и молочных продуктов.	Способы первичной и тепловой обработки молока и молочных продуктов. Разнообразие блюд из молока.	Уметь готовить блюда из молока и молочных продуктов.		
25	*Практическая работа*: Приготовление запеканки из творога.	Этапы приготовления запеканки из творога.	Уметь готовить запеканку из творога.		
26	Приготовление блюд из овощей.	Словарная работа: запеканка. Разнообразие блюд из овощей.	Уметь готовить запеканки из овощей.		
27	Приготовление блюд из картофеля.	Краткая история картофеля. Приготовление блюд из картофеля. Практическая работа. Приготовление	Уметь отваривать картофель и готовить пюре.		

		пюре.			
28	Сервировка стола к ужину.	Меню ужина Значение меню для сервировки стола. Сервировка стола к ужину. Правила поведения за столом. Словарная работа: сервировка стола.	Знать различные меню ужина. Уметь сервировать стол к ужину с учетом различных меню.		
	Семья – 4 ч.				
29	Семья. Состав семьи.	Словарная работа: семья, родственники. Виды родственников.	Иметь представление о семье и составе семьи.		
30	*Практическая работа:* Составление генеалогического дерева.	Словарная работа: родословная, генеалогия. Общая схема родословной семьи. Составление родословной.	Уметь составлять родословную своей семьи.		
31	Права и обязанности каждого члена семьи.	Хозяйственно – бытовые обязанности м членов семьи.	Иметь представления о распределении хозяйственно – бытовых обязанностей между членами семьи.		
32	Взаимоотношения в семье.	Правила поведения в семье.	Знать правила поведения в семье.		
	Культура поведения– 4 ч.				
33	Поведение в общественных	Словарная работа: библиотека.	Уметь правильно себя вести в		

	местах: библиотеке.	Виды библиотек. Правила поведения в библиотеке.	библиотеке.		
34	Поведение в общественных местах: музее.	Словарная работа: музей. Виды музеев. Правила поведения в музее.	Уметь правильно себя вести в залах музея.		
35	Поведение в общественных местах: кино, театре.	Словарная работа: кино, театр. Правила поведения в кино, театрах.	Уметь правильно себя вести в театрах, кино.		
36	Поведение при посещении массовых мероприятий	Словарная работа: массовые мероприятия. Правила поведения при посещении массовых мероприятий.	Уметь правильно себя вести при посещении массовых мероприятий		
	Жилище – 8 ч.				
37	Ваш дом.	Словарная работа: жилище. Виды жилищ. Мой дом.	Иметь представления о своем доме.		
38	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	Гигиенические требования к жилому помещению.	Знать гигиенические требования к жилому помещению.		
39	Основные правила организации рабочего места школьника.	Правила организации рабочего места школьника.	Знать правила организации рабочего места школьника.		
40	Уборка квартиры.	Виды уборки. Словарная работа: генеральная уборка.	Знать правила и последовательность проведения		

		Требования к уборке квартиры.	сухой и влажной уборки.		
41	Пылесос *Практическая работа*: уборка помещения.	Словарная работа: пылесос. Пользование пылесосом и уход за ним. Выполнение уборки помещения.	Знать правила техники безопасности при работе с пылесосом.		
42	Комнатные растения.	Комнатные растения (их назначение, допустимое количество). Правила ухода за комнатными растениями.	Знать назначение, уход и допустимое количество комнатных растений.		
43	Практическая работа: уход за комнатными растениями.	Уход за комнатными растениями: рыхление, полив, опрыскивание.	Уметь ухаживать за комнатными растениями.		
44	Уход за полами. Средства по уходу за полом.	Требования к уходу за полами, в зависимости от покрытия. Бытовые химические средства по уходу за полом.	Уметь ухаживать за полом, используя бытовые химические средства.		
	Транспорт – 6 ч.				
45	Основные транспортные средства.	Словарная работа: транспортные средства. Виды транспорта.	Знать основные виды транспортных средств, имеющиеся в селе.		
46	Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда.	Словарная работа: городской транспорт. Правила пользования городским транспортом. Оплата проезда.	Знать порядок приобретения билетов.		

47	Наиболее рациональные маршруты передвижения в ближайшие населенные пункты.	Рациональные маршруты передвижения в ближайшие населенные пункты.	Уметь выбирать наиболее рациональные маршруты передвижения в ближайшие населенные пункты.		
48	Экскурсия на автобусную остановку.	Расписание движения автобуса. Направления автобусов.	Уметь ориентироваться в расписании движения автобуса, определять направления автобусов.		
49	Пригородные поезда.	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.	Уметь ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны.		
50	Поведение в общественных местах: транспорте.	Правила поведения в общественном транспорте.	Знать правила поведения в общественном транспорте.		
	Торговля – 4ч.				
51	Продовольственные и специализированные магазины.	Продовольственные и специализированные магазины. Словарная работа: универсам, гастроном.	Знать основные виды продовольственных магазинов, их отделы.		
52	Экскурсия в продовольственный магазин.	Правила поведения в магазине. Отделы в продовольственном магазине.	Знать правила поведения в магазине.		
53	Виды товаров, их стоимость.	Словарная работа: чек.	Знать виды и стоимость		

		Виды товаров. Стоимость товаров.	различных товаров.		
54	Порядок приобретения товаров.	Как делать покупки в продовольственных магазинах.	Знать правила приобретения товаров.		
	Средства связи– 6 ч.				
55	Основные средства связи.	Основные средства связи: почта, телефон.	Иметь представление об основных средствах связи.		
56	Виды почтовых отправлений.	Словарная работа: посылка, бандероль. Виды почтовых отправлений: письма, бандероли, посылки, телеграммы, денежные переводы.	Иметь представление о видах почтовых отправлений.		
57	Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.	Словарная работа: ценные письма, открытые и закрытые письма. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.	Знать стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов.		
58	*Практическая работа*: написание адреса и индекса на конверте.	Особенности написания адреса.	Уметь записывать адреса с индексом на конвертах.		
59	*Практическая работа*: составление текста телеграммы.	Словарная работа: телеграмма. Особенности написания текста телеграммы.	Уметь составлять различные тексты телеграмм.		
60	Экскурсия на почту.	Правила поведения на почте.	Знать правила поведения на		

		Назначение почты.	почте.		
	Медицинская помощь - 6 ч.				
61	Медицинские учреждения. Их назначение.	Словарная работа: медицинские учреждения: поликлиника, больница, диспансер, амбулаторный прием, аптеки. Виды медицинских учреждений. Назначение медицинских учреждений.	Иметь представление о назначении медицинских учреждений.		
62	Работники медицинских учреждений.	Работники медицинских учреждений. Словарная работа: младший медицинский персонал.	Знать функции основных врачей – специалистов. Уметь записываться на прием к врачу.		
63	Виды медицинской помощи.	Виды медицинской помощи. Словарная работа: амбулаторный прием, амбулаторное лечение, стационарное лечение, «Скорая помощь».	Знать виды медицинской помощи.		
64	Оказание первой медицинской помощи.	Оказания первой медицинской помощи при ушибах, царапинах, обморожениях, ожогах.	Уметь вызывать врача на дом.		
65	Экскурсия в аптеку.	Правила поведения в поликлинике. Назначение аптек.	Уметь приобретать лекарства в аптеке.		
66	Профилактика вирусных и	Меры профилактики простудных			

	простудных заболеваний.	заболеваний. Изготовление аром кулона для эфирных масел.			
	Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.				
67	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.	Словарная работа: детские ясли, детский сад.	Знать виды детских учреждений и их назначение.		
68	Экскурсия в Дом Культуры	Адрес местного дома детского творчества. Словарная работа: кружок, секция.	Уметь соблюдать правила поведения в школе.		

Материально-техническое обеспечение рабочей программы
Программы

1. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
Учебники
1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 6 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2014.
Рабочие тетради
1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 6 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2014.
Методические пособия для учителя
1. Дерябина С.П. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: вариантные текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: – Издательство Учитель, 2020. 2. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014. 3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017. 4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014. 5. 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 – М.: ВЛАДОС, 2018.

6. 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.: ВЛАДОС, 2020.

Дидактические материалы

Дидактический материал по разделам курса:

"Личная гигиена"

1. Тематический словарь в картинках " Гигиена и здоровье".
2. Тематический словарь в картинках " Я и мое тело".
3. Развивающая игра-лото "Будь активным и здоровым".
4. Развивающая игра-лото "Как расти здоровым".
5. Дидактическая игра "Кто больше знает о закаливании".

"Одежда"

1. Тематический словарь в картинках "Одежда. Обувь. Головные уборы".
2. Наглядно-дидактическое пособие "Сезонная одежда".
3. Наглядно-дидактическое пособие "Головные уборы".
4. Наглядно-дидактическое пособие "Женская одежда".
5. Наглядно-дидактическое пособие "Мужская одежда".
6. Наглядно-дидактическое пособие "Обувь".
7. Развивающее лото "Одежда".

"Питание"

1. Тематический словарь в картинках "Посуда. Продукты питания".
2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".

3. Тематический словарь в картинках "Мебель, оборудование, интерьер кухни".

4. Тематический словарь в картинках "Овощи. Фрукты".

5. Наглядно- дидактическое пособие "Посуда".

6. Наглядно- дидактическое пособие "Мебель".

"Семья"

1. Тематический словарь в картинках "Мой дом. Моя семья".

2. Настольно-развлекательная игра-лото "Наши родные: как их называют?"

3. Дидактический матери ал в картинках "Мой дом. Моя семья".

4. Настольно-развлекательная игра-лото "Семья".

5. Дидактическая игра "Моя семья".

"Культура поведения"

1. Наглядно- дидактическое пособие "Уроки этикета".

2. Наглядно- дидактическое материал "Этикет. Школа изящных манер".

3. Демонстрационный материал "Уроки вежливости".

4. Развивающая игра-лото "Лото вежливости".

"Жилище"

1. Тематический словарь в картинках "Город, улица, дом. Квартира, мебель".

2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".

3. Тематический словарь в картинках "Цветы. Деревья".

4. Наглядно-дидактическое пособие "Мой дом".

5. Наглядно-дидактическое пособие "Наш дом".

6. Познавательная игра "Моя квартира".

7. Дидактическая игра "Жилище".

8. Наглядно-дидактическое материал "Дом. Квартира. Мебель".

9. Тематические картинки "Комнатные растения".

10. Тематические картинки "Садовые инструменты".

"Транспорт"

1. Наглядно- дидактическое пособие "Правила дорожного движения".

2. Тематический словарь в картинках "Транспорт".

3. Тематический словарь в картинках "Правила поведения на дороге".

4. Наглядно-дидактическое пособие "Виды транспорта".

5. Развивающее лото "Транспорт".

6. Лото "Дорожные знаки".

"Торговля"

1. Тематический словарь в картинках "Какие бывают магазины".

2. Дидактическая игра "Магазин".

"Средства связи"

1. Тематический словарь в картинках "Аудиотехника, видеотехника, оргтехника и средства связи".

"Медицинская помощь"

1. Тематический словарь в картинках "Я и моя безопасность". 2. Тематический словарь в картинках "Я и мое тело". 3. Демонстрационный материал "Если малыш поранился".
Интернет-ресурсы
Компьютерные презентации по раздела курса: "Личная гигиена" 1. Личная гигиена-залог здоровья. 2. Уход за руками. 3. Профилактика грибковых заболеваний. 4. Уход за ногами. 5. Закаливание организма. "Одежда" 1. Внешний вид молодого человека. 2. Мелкий ремонт одежды. 3. Стирка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную и с помощью стиральной машины. 4. Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. "Питание" 1. Гигиена приготовления пищи. 2. Хранение продуктов и готовой пищи. 3. Замораживания, размораживание пищевых продуктов. 4. Определение срока годности продуктов питания.

5. Приготовление пищи. Ужин.

6. Приготовление блюд из круп.

7. Приготовление макаронных изделий.

8. Приготовление блюд из картофеля и овощей.

9. Сервировка стола к ужину.

"Семья"

1. Семья. Родственные отношения.

2. Взаимоотношения между членами семьи.

3. Таблица по составлению родового древа.

"Культура поведения"

1. Поведение в общественных местах.

2. Правила поведение в общественных местах.

"Жилище"

1. Гигиенические требования к жилому помещению.

2. Организация рабочего места школьника.

3. Повседневная уборка жилья.

4. Комнатные растения.

5. Уход за различными видами полового покрытия. Средства по ухода за полом

"Транспорт"

1. Основные транспортные средства.

2. Пользование городским транспортом. Оплата проезда.

3. Безопасные и рациональные маршруты передвижения подростков по городу.

4. Пригородные поезда. Расписания. Направления.

" Торговля"

1. Виды магазинов.

2. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

" Средства связи"

1. Основные средства связи.

2. Виды почтовых отправлений.

3. Виды писем. Порядок отправления писем различных видов.

" Медицинская помощь"

1. Виды медицинских учреждений. Их назначение. Работники медицинских учреждений.

2. Виды медицинской помощи.

3. Использование различных видов медицинской помощи.

4. Профилактика гриппа и простудных заболеваний.

" Учреждения, организации и предприятия"

1. Детские учреждения. Их назначение.

Технические средства обучения

1. Компьютер. Магнитная доска Мультипроектор
Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

"Личная гигиена"

1. Раковина с подводкой горячей и холодной воды.
2. Тазы для мытья головы, ног.
3. Расчёски, зубные щётки, ватные палочки, массажные щётки для волос.
4. Образцы средств по уходу за волосами, кожей рук, лица, тела.
5. Губки, мочалки для мытья тела.
6. Бритвенные принадлежности.
7. Маникюрный набор (ножницы, пилка).
8. Зеркало.
9. Полотенца (для тела, лица, ног).
10. Средства по уходу за кожей рук (перчатки, защитные кремы).

"Одежда"

1. Иллюстрации- образцы одежды и обуви.
2. Инструкции по эксплуатации, уходу за одеждой и обувью.
3. Образцы взрослой детской обуви из различных материалов.
4. Образцы взрослой и детской одежды.
5. Щётки для одежды и обуви.
6. Кремы для чистки обуви.
7. Порошкообразные, жидкие и твердые моющие средства.
8. Тазы для стирки белья.
9. Электрические утюги.
10. Гладильные доски.

11. Стиральная машинка.

12. Сушилка напольная.

14. Прищепки.

15. Образцы тканей.

16. Грибки для штопки.

17. Ножницы.

18. Наборы швейных игл.

19. Нитки швейные.

20. Пуговицы.

21.Крючки, кнопки.

22.. Наперсток.

24. Распарыватель.

"Питание"

1. Книги по кулинарии.

2. Образцы моющих и чистящих средств для мытья посуды.

3. Инвентарь и приспособления для уборки кухни.

4. Электрическая плита.

5. Микроволновая печь.

6. Холодильник.

7. Электрический чайник.

8. Разделочные доски.

9. Набор кухонных ножей.

10. Тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые.

11. Набор столовых приборов.

12. Набор эмалированных кастрюль.

13. Наборы сервировочные (солонки, горчичница, перечница).

14. Хлебница.

15. Подносы.

16. Сахарница.

17. Чайные пары - чашки и блюдца.

18. Салфетница.

19. Масленка.

20. Набор под сыпучие продукты.

"Семья "

1. Фотоальбом.

"Культура поведения"

1. Литература по этикету.

"Жилище"

1. Пылесос.

2.Веник.

3. Совок.

4. Швабра.

5. Ведра.

6. Моющие и чистящие средства для уборки помещений.

7. Набор тряпок для уборки помещений.

8. Пульверизатор для цветов.

9. Лейка.

10. Набор ручных садовых мини-инструментов.

11. Комнатные растения.

"Транспорт"

1. Образцы проездных билетов.

2. Правила пользования автобусом, пригородными поездами.

3. Схемы движения автобусов по маршрутам.

4. Схемы движения пригородных поездов по маршрутам.

"Торговля "

1. Наборы карточек с названием магазинов, секций, торговых работников, промышленных товаров и продуктов.

2. Предметы парфюмерии, канцтоваров, образцы круп.

3. Муляжи овощей и фруктов.

4. Калькулятор.

"Средства связи "

1. Телефонный аппарат.

2. Телефонный справочник.

3. Бланки почтовых и телеграфных отправлений.

4. Упаковочный материал для бандеролей, посылок.

5. Набор знаков почтовых отправлений.

"Медицинская помощь "

1. Медицинская аптечка.

2. Литература по уходу за больным.

3. Инструкции по уходу за больным.

4. Наборы лекарственных трав.