

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»**

Рассмотрена
на заседании ШМК
учителей - предметников
Протокол №1
от 28 августа 2024г.

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от 29 августа 2024 г.

Утверждена
Приказом директора № 133-од
от 29 августа 2024 г.
_____ Е.В.Соснина

Составлена в соответствии с:

• Адаптированной основной
общеобразовательной программой образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями, (вариант 1) ГКОУ
УР «Школа № 79 для детей с ограниченными
возможностями здоровья»;

• Программы специальных (коррекционных)
образовательных учреждений VIII вида 5 – 9 классы
под редакцией И.М. Бгажноковой, М., «Просвещение»,
2010г.

• в соответствии с учебным планом ОУ

Рабочая программа
по предмету «Основы социальной жизни»
для 5- 9^{-х} классов

Составители:
учителя – Ю.С.Коренева

Рецензент:
Руководитель ШМК
учителей-предметников
_____ *А.Д.Зорина*

Ижевск

Основы социальной жизни **Пояснительная записка**

Рабочая программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГКОУ УР «Школа № 79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 классы/ Науч. Рук. И.М. Бгажнокова. М.: Просвещение, 2010.
- в соответствии с учебным планом образовательного учреждения.
- с учетом индивидуальной программы реабилитации и абилитации детей- инвалидов.

Цели и задачи образовательно-коррекционной работы

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.

Общая характеристика учебного предмета

Основными критериями отбора материала по основам социальной жизни, рекомендованного для изучения в 5 – 9 классах в соответствии с требованиями ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью «интеллектуальными нарушениями» и АООП (вариант 1) являются его доступность и практическая значимость. Доступность проявляется в существенном ограничении объема и содержания материала, практическая значимость заключается в тесной связи изучения курса с жизненным опытом обучающихся формированием у них готовности к использованию полученных знаний на практике, при решении соответствующих возрасту жизненных задач из ближайшего социального окружения. Программа обучения носит элементарно-практический характер, при этом ведущим коррекционным принципом, является принцип коммуникативной направленности. Коррекционно – развивающие задачи: - развитие эмоционально-волевой и личностной сфер обучающегося; - развитие навыков регуляции поведения; - развитие навыков межличностного взаимодействия; - развитию художественного вкуса детей.

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.

К особым образовательным потребностям, характерным для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе слепых, слабовидящих относятся:

а) обеспечении особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом зрительного диагноза (основного и дополнительного), возраста и времени нарушения зрения, состояния основных зрительных функций, возможности коррекции зрения с помощью оптических приспособлений (лупа), режима зрительной и (или) тактильной, физической нагрузок;

б) развитии приемов полисенсорного восприятия предметов и объектов окружающего мира, целенаправленном формировании компенсаторных способов деятельности;

в) обеспечении доступности учебной информации для зрительного (для слабовидящих), для зрительного и тактильного (для слепых с остаточным зрением) и тактильного (для тотально слепых и слепых со светоощущением) её восприятия;

г) преимущественном использовании индивидуальных учебных пособий, выполненных с учетом степени и характера нарушенного зрения, клинической картины зрительного нарушения, возможностей остаточного зрения и (или) тактильного восприятия (укрупненный шрифт - при необходимости);

д) формировании познавательных действий и ориентировки в микро-и макропространстве, коррекции нарушений в двигательной сфере;

е) целенаправленном развитии сенсорно-перцептивной деятельности, ориентировочных действий, расширении, обогащении и коррекции предметных и пространственных представлений у слабовидящих;

ж) развитию речи и коррекции речевых нарушений, активном использовании в образовательном процессе речи, аудиофайлов как средств компенсации нарушенных функций при внимании к профилактике и устранению вербализма и формализма речи.

В отношении обучающихся с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) особые образовательные потребности дополняются потребностями в:

а) обеспечении особой пространственной и временной организации образовательной среды, отвечающей характеристикам: постоянство и предсказуемость, четкая пространственно-временная организация учебного процесса, минимизация стимулов, учитывающая истощаемость и сенсорную гиперчувствительность обучающихся с расстройствами аутистического спектра;

б) специальном индивидуальном педагогическом сопровождении и (или) технической помощи в урочной и внеурочной деятельности, основанном на психолого-педагогических технологиях поддержки обучающегося с расстройством аутистического спектра в сложной и новой ситуации (в том числе коммуникативной);

в) наличии отдельного помещения для психологической разгрузки.

Место учебного предмета в учебном плане

Данный учебный предмет входит в обязательную часть образовательного процесса, раздел «Человек и общество», предмет «Основы социальной жизни».

Класс	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Количество часов в год
5 класс	2	34	68
6 класс	2	34	68

7 класс	2	34	68
8 класс	2	34	68
9 класс	2	34	68

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» V-IX классы

Программа включает следующие разделы:

- Личная гигиена и здоровье
- Охрана здоровья
- Жилище
- Одежда и обувь
- Питание
- Транспорт
- Средства связи
- Предприятия, организация, учреждения
- Семья

1. Личная гигиена и здоровье.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

2. Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового

зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

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

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

3. Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

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. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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

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 и др.): 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.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

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

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

4. Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

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

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

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.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

5. Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых 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 и др.); 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.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда.

Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

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

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

6. Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

7. Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

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

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

8. Предприятия, организации, учреждения

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

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

9. Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»»

Планируемые личностные результаты, V-IX классы

Освоение обучающимися АООП УО (вариант 1) предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования - введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП УО (вариант 1) образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП УО (вариант 1) относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;

- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью оценке подлежат личностные и предметные результаты.

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Результаты оценки личностных достижений заносятся в «Карту индивидуальных достижений обучающегося» и результаты всего класса "Журнал итоговых достижений обучающихся класса"

Планируемые предметные результаты

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Основные требования к умениям учащихся:

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Раздел «Введение»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- ✓ -находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- ✓ -знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

Достаточный уровень:

- ✓ -знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;
- ✓ -соблюдать правила техники безопасности в кабинете;
- ✓ -соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- ✓ -знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

Достаточный уровень:

- ✓ -уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- ✓ -знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- ✓ -выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

- ✓ -выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе- интернате.

Достаточный уровень:

- ✓ -знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;
- ✓ -знать названия лекарственных растений, узнавать их;

- ✓ -уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- ✓ - знать свой домашний почтовый адрес;
- ✓ -уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

- ✓ -знать типы жилых помещений;
- ✓ -знать название жилых комнат, и их назначение;
- ✓ - знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать отдельные виды одежды и обуви;
- ✓ -выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- ✓ -соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- ✓ -подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- ✓ -различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- ✓ -уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
- ✓ -знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
- ✓ -иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- ✓ -уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- ✓ -знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- ✓ -знать и соблюдать режим питания;
- ✓ -знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- ✓ -знать о значении завтрака для здоровья человека;
- ✓ -знать и уметь составлять меню завтрака;
- ✓ -знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
- ✓ -знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;
- ✓ -знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;
- ✓ -уметь готовить блюда из яиц;
- ✓ -знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
- ✓ -уметь заваривать чай, варить кофе;
- ✓ -уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать название транспортных средств;
- ✓ -соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- ✓ -уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- ✓ -знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
- ✓ -знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- ✓ -уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- ✓ -знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

Раздел «Средства связи

Минимальный уровень:

- ✓ -название основных средств связи.

Достаточный уровень:

- ✓ -знать назначение основных средств связи.

Раздел «Семья»

Минимальный уровень:

- ✓ -знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- ✓ -правильно и определять и называть степень родства членов семьи.

Достаточный уровень:

- ✓ - знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- ✓ -уметь определять степень родства членов семьи;
- ✓ -знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Формирование базовых учебных действий

Программа формирования базовых учебных действий обучающихся с умственной отсталостью (далее - программа формирования БУД) реализуется в процессе всего периода обучения, в процессе учебной и внеурочной деятельности и конкретизирует требования Стандарта к личностным и предметным результатам освоения АООП.

Программа строится на основе деятельностного подхода к обучению и позволяет реализовывать коррекционно-развивающий потенциал образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

БУД обеспечивают становление учебной деятельности обучающегося с умственной отсталостью в основных ее составляющих: познавательной, регулятивной, коммуникативной, личностной.

Цель реализации программы формирования БУД состоит в формировании основ учебной деятельности обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), которые обеспечивают его подготовку к самостоятельной жизни в обществе и овладение доступными видами профильного труда.

Задачи реализации программы:

- 1) Формирование мотивационного компонента учебной деятельности.
- 2) Овладение комплексом базовых учебных действий, составляющих операционный компонент учебной деятельности.
- 3) Развитие умений принимать цель и готовый план деятельности, планировать знакомую деятельность, контролировать и оценивать ее результаты в опоре на организационную помощь педагогического работника.

№ п/п	Базовые учебные действия	Содержание (разделы программы)
<i>Личностные учебные действия</i>		
	Испытывать чувство гордости за свою страну	Все разделы программы
	Гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.	
	Адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.	
	Уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности	
	Активно включаться в общепользную социальную деятельность	
	Бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны	
<i>Коммуникативные учебные действия</i>		
	Вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.).	Все разделы программы
	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.	
<i>Регулятивные учебные действия</i>		
	Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления.	Все разделы программы
	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.	
<i>Познавательные учебные действия</i>		
	Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию.	Все разделы программы
	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 связи и отношения между объектами и процессами.	

В процессе обучения необходимо осуществлять мониторинг всех групп БУД, который будет отражать индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Для оценки сформированности каждого действия можно использовать, следующую систему оценки:

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию педагогического работника, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию педагогического работника, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию педагогического работника;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию педагогического работника;

5 баллов - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого обучающегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех обучающихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения. В соответствии с требованиями Стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Организация самостоятельно определяет содержание и процедуру оценки БУД.

Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся

Раздел	Вид деятельности
I. Введение. Личная гигиена	Определение последовательности выполнения утреннего и вечернего туалета. Знакомство с правилами ухода за кожей рук, ног и ногтями; правилами ухода за полостью рта. Нахождение предметов личной гигиены по уходу за полостью рта.
	Знакомство с правилами освещенности рабочего места; правилами охраны зрения при чтении, просмотре телепередач.
	Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причесывание волос
	Знакомство с понятием «Вредная привычка», влияние курения на здоровье человека.
	Знакомство с понятием «Вредная привычка», влияние алкоголя на здоровье человека.
Охрана здоровья	Знакомство с историей возникновения жилья, видами жилых помещений. Различием жилых помещений в городе и деревне.
	Знакомство с обрядами и ритуалами, связанные со строительством дома, новосельем.
	Знакомство с видами домашних насекомых – вредителей, Средствами для борьбы с бытовыми насекомыми.
	Знакомство с видами грызунов, причиняющих вред человеку. Мерами профилактики и защиты жилища от грызунов.
Одежда и обувь	Знакомство с правилами и приёмами повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды.
	Закрепление правил поведения в магазине. Рассмотрение ассортимента одежды.
	Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).
	Знакомство с видами головных уборов. Выбор головных уборов по сезону, в зависимости от назначения.
	Знакомство с видами обуви. Различие их по сезону. Знакомство с

	обувными магазинами. Повторение правил покупки обуви.
	Закрепление правил поведения в магазине. Рассмотрение ассортимента обуви. Выбор обуви по сезону.
	Знакомство с правилами, приёмами и средствами ухода за обувью.
Питание	Узнают о влиянии правильного режима и рационального питания на здоровье детей.
	Знакомятся с продуктами питания, определение доброкачественности продуктов.
	Знакомство с назначением продуктовых магазинов, их отделов и содержанием продукции. Повторение правил покупки товаров в продовольственном магазине, на рынке.
	Знакомство с разными видами оплаты: наличными и банковской картой.
	Закрепление правил поведения в магазине. Покупка и оплата продуктов питания.
	Повторение названий посуды и столовых приборов, их назначения.
	Знакомство со способами ухода за посудой. Выбор моющих средств, предназначенных для ухода за посудой.
	Знакомство со способами заваривания чая.
	Знакомство с правилами сервировки стола с учетом различных меню
	Знакомство с видами блюд, не требующих тепловой обработки.
	Знакомство учащихся с классификацией бутербродов, историей их происхождения.
	Знакомство с технологией приготовления и оформления бутербродов.
	Знакомство с разнообразием блюд из вареных овощей.
	Знакомство с технологией приготовления винегрета.
	Знакомство со способами приготовления домашних запасов, условиях и сроках хранения сушеных и замороженных продуктов.
Транспорт	Классификации городского транспорта. Повторение правил поведения в городском транспорте.
	Выбор рационального маршрута проезда из дома до школы. Знакомство со стоимостью проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение). Расчет стоимости проезда.
Средства связи	Повторение домашнего адреса, адреса школы, родственников. Заполнение данных на конверте.
	Повторение правил поведения в общественных местах. Знакомство с видами услуг почтовых отделений.
	Знакомство с основными правилами безопасного использования Интернета.
	Знакомство с видами денежных переводов и правилами их отправки.
Предприятия, организации, учреждения	Знакомство с детскими учреждениями и их назначением. Участие в сюжетно - ролевой игре «Я записываюсь в кружок при ДДТ».
	Знакомство с видами образовательных учреждений.
Семья	Закрепление понятия: семья. Повторение Фамилии, имени, отчества ближайших родственников; возраста; дней рождения; место работы членов семьи, должности, профессии. Составление генеалогического дерева.
	Анализ взаимоотношений в семье. Участие в беседе о культуре поведения в семье.
	Определение круга обязанностей в семье.
	Повторение правил поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой и вопросом.

	Знакомство с видами досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки экскурсии, посещения музеев, театров, туристические походы, посещение спортивных секций и др.
	Знакомство с понятием «Хобби». Беседа о значении интересов и склонностей человека в его личностном развитии.
	Знакомство с разновидностями отдыха. Необходимость разумной смены работы и отдыха.
	Знакомство с видами проведения летнего отдыха, его планирования. Инструктаж по безопасности на водоемах, ПДД, ППБ.

**Учебно-тематическое планирование
5 класс**

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе		Экскурсии	Контроль
			теория	практика		
1.	Личная гигиена	6	5	1	0	0
2.	Охрана здоровья	3	3	0	0	0
3.	Жилище	13	12	1	0	0
4.	Одежда и обувь	8	4	2	2	0
5.	Питание	15	10	4	1	0
6.	Транспорт	4	3	1	0	0
7.	Средства связи	4	3	0	1	0
8.	Предприятия, организации, учреждения	4	4	0	0	0
9.	Семья	11	10	0	0	1
Итого за год		68	54	9	4	1

6 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе		Экскурсии	Контроль
			теория	практика		
1.	Личная гигиена	6	5	1	0	0
2.	Охрана здоровья	8	5	1	2	0
3.	Жилище	10	8	2	0	0
4.	Одежда и обувь	14	10	4	0	0
5.	Питание	16	10	6	0	0
6.	Транспорт	2	2	0	0	0
7.	Средства связи	6	3	1	2	0
8.	Предприятия, организации, учреждения	4	2	0	1	1
9.	Семья	2	2	0	0	0
Итого за год		68	47	15	5	1

7 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе		Экскурсии	Контроль
			теория	практика		
1.	Личная гигиена	4	2	1	0	1
2.	Одежда и обувь	6	4	2	0	0
3.	Семья	8	4	4	0	0
4.	Питание	12	9	3	0	0
5.	Жилище	10	6	3	0	1
6.	Транспорт	6	4	1	1	0
7.	Торговля	4	3	0	1	0
8.	Средства связи	4	2	2	0	0
9.	Первая помощь	10	6	3	1	0
10.	Учреждения, организации и предприятия.	4	3	0	0	1
Итого за год		68	44	18	3	3

8 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе		Экскурсии	Контроль
			теория	практика		
1.	Личная гигиена	4	2	1	0	1
2.	Одежда и обувь	8	5	3	0	0
3.	Семья	4	2	2	0	0
4.	Культура поведения	4	4	0	0	0
5.	Питание	10	6	4	0	0
6.	Жилище	4	2	1	0	1
7.	Транспорт	8	7	0	1	0
8.	Торговля	4	3	0	1	0
9.	Средства связи	6	6	0	0	0
10.	Первая помощь	8	7	1	0	0
11.	Учреждения, организации и предприятия.	2	2	0	0	0
12.	Экономика домашнего хозяйства	6	3	2	0	1
Итого за год		68	49	14	2	3

9 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе		Экскурсии	Контроль
			теория	практика		
1.	Личная гигиена	4	4	0	0	0
2.	Одежда и обувь	5	4	1	0	0
3.	Семья	3	3	0	0	0
4.	Транспорт	4	4	0	0	0
5.	Культура поведения	4	4	0	0	0
6.	Средства связи	3	2	1	0	0
7.	Жилище	3	3	0	0	0
8.	Питание	8	4	3	0	1
9.	Торговля	3	2	0	1	0
10.	Медицинская помощь	5	4	1	0	0
11.	Учреждения и организации	3	2	0	1	0
12.	Экономика домашнего хозяйства	8	8	0	0	0
13.	Профориентация и трудоустройство	15	13	1	0	1
Итого за год		68	57	7	2	2

Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни», 5 класс
(2 часа в неделю, 68 часов в год)

№ п/п	Тема урока	Дата
I. Введение. Личная гигиена.		
1.	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Личная гигиена и её значение для здоровья и жизни человека.	
2.	Первичный инструктаж по ОТ и ТБ. Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета.	
3.	Гигиена зрения и слуха. Значение зрения в жизни человека. <i>Практическая работа</i> «Выполнение комплекса упражнения для глаз».	
4.	Особенности соблюдения личной гигиены подростков. Уход за волосами. Закаливание организма.	
5.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.	
6.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.	
Охрана здоровья		
7.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи.	
8.	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Уход за больным на дому. <i>Практическая работа</i> «Первая помощь».	
9.	Виды врачебной помощи на дому. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	
Жилище		
10.	Общее представление о доме. Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие.	
11.	Обычаи и обряды, связанные со строительством дома, новосельем.	
12.	Правила пожарной безопасности в доме.	
13.	Планировка жилища. Зал (гостиная). Функциональное назначение гостиной.	
14.	Спальня, детская комната. Гигиенические требования к помещениям.	
15.	Кухня. Кухонная утварь. Кухонное белье. Кухонная мебель.	
16.	Санузел и ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате.	
17.	Мебель в жилых помещениях. Убранство жилых комнат.	
18.	Гигиенические требования к жилому помещению: правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки.	
19.	Инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке помещения. <i>Практическая работа</i> «Сухая и влажная уборка помещений».	
20.	Вредные насекомые в доме. Средства борьбы с бытовыми насекомыми.	
21.	Мыши и крысы, вред грызунов.	
22.	Домашние животные. Уход за домашними животными.	
Одежда и обувь		
23.	Виды одежды. Выбор и покупка одежды.	
24.	Экскурсия в магазин одежды.	
25.	Уход за одеждой. Предприятия бытового обслуживания. <i>Практическая работа</i> «Подготовка одежды к хранению».	

26.	Виды головных уборов.	
27.	Виды обуви и их назначение. Магазины по продаже различных видов обуви.	
28.	Экскурсия в магазин обуви.	
29.	Правила повседневного ухода за обувью. Практическая работа «Подготовка обуви к хранению».	
30.	Предприятия бытового обслуживания. Обувь и здоровье человека.	
Питание		
31.	Значение питания в жизни человека. Организация питания семьи.	
32.	Виды продуктов питания.	
33.	Повторный инструктаж по ОТ и ТБ. Магазины по продаже продуктов питания. Рынки.	
34.	Оплата покупки разными способами.	
35.	Экскурсия в продовольственный магазин.	
36.	Кухонные принадлежности.	
37.	Уход за посудой.	
38.	Чайная посуда. Практическая работа «Правила заваривания чая».	
39.	Сервировка стола к завтраку. Практическая работа.	
40.	Нарезка хлеба, овощей.	
41.	Бутерброды и их виды.	
42.	Бутерброды. Практическая работа «Приготовление бутербродов».	
43.	Блюда из вареных овощей.	
44.	Приготовление салата. Практическая работа «Приготовление винегрета».	
45.	Домашние заготовки.	
Транспорт		
46.	Городской транспорт. Виды городского транспорта.	
47.	Проезд из дома в школу. Оплата проезда. Практическая работа «Расчет стоимости проезда».	
48.	Междугородний транспорт. Водный транспорт. Авиационный транспорт.	
49.	ПДД, Правила поведения в транспорте и на улице.	
Средства связи		
50.	Основные средства связи. Почта. Телефонная связь. Практическая работа «Письмо бабушке».	
51.	Экскурсия в отделение почты.	
52.	Интернет связь. Безопасность в сети Интернет.	
53.	Денежные переводы.	
Предприятия, организации, учреждения		
54.	Виды детских учреждений. Правила поведения в детских учреждениях.	
55.	Образовательные учреждения.	
56.	Местные, промышленные и сельскохозяйственные предприятия.	
57.	Исполнительные органы государственной власти.	
Семья		
58.	Родственные отношения в семье	

59.	Контрольная работа.	
60.	Работа над ошибками.	
61.	Взаимоотношения в семье.	
62.	Распределение обязанностей в семье.	
63.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	
64.	Семейный досуг.	
65.	Мое хобби и увлечения.	
66.	Отдых.	
67.	Экономика домашнего хозяйства.	
68.	Летний отдых. Инструктаж по безопасности в период летних каникул	

Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни», 6 класс
(2 часа в неделю, 68 часов в год)

№	Тема урока, раздела	дата
	І. Введение. Личная гигиена	
1.	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Гигиена тела.	
2.	Первичный инструктаж по ОТ и ТБ Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук, приемы. обрезания ногтей на руках.	
3.	Косметические средства для ухода за кожей рук и тела.	
4.	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах	
5.	Косметические средства для ухода за кожей ног.	
6.	Практическая работа «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»	
Охрана здоровья		
7.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи.	
8.	Способы измерения температуры тела	
9.	Обработка ран, порезов ссадин с применением специальных средств (раствор йода, бриллиантового зеленого).	
10.	Практическая работа. Бинты, лейкопластыри. Перевязка пальца бинтом.	
11.	Лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения.	
12.	Лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения.	
13.	Экскурсия в аптеку	
14.	Экскурсия в аптеку	
Жилище		
15.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	
16.	Виды уборки жилища (сухая, влажная).	
17.	Инвентарь, моющие средства	
18.	Правила техники безопасности при использовании чистящих и моющих средств.	
19.	Ежедневная уборка жилого помещения	
20.	Ежедневная уборка жилого помещения	
21.	Электробытовые приборы для уборки помещений.	
22.	Правила техники безопасности при уборке жилых помещений.	
23.	Практическая работа «Ежедневная уборка жилого помещения»	
24.	Практическая работа «Ежедневная уборка жилого помещения»	
Одежда и обувь		
25.	Значение опрятного вида человека.	
26.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	

27.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Стирка, глажение, чистка, починка одежды.	
28.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Стирка, глажение, чистка, починка одежды.	
29.	Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.	
30.	Предупреждение появления вредителей на одежде (моли)	
31.	Ремонт одежды. Виды и способы ремонта.	
32.	Ремонт одежды. Виды и способы ремонта.	
33.	Повторный инструктаж по ОТ и ТБ. Практическая работа «Пришивание пуговиц, изготовление петель»	
34.	Практическая работа «Зашивание распоровшегося шва»	
35.	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов	
36.	Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви	
37.	Практическая работа «Ежедневный уход за обувью»	
38.	Практическая работа «Ежедневный уход за обувью»	
Питание		
39.	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	
40.	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	
41.	Составление меню для холодного и горячего ужина. Отбор продуктов для ужина. Стоимость и расчет продуктов для ужина.	
42.	Составление меню для холодного и горячего ужина. Отбор продуктов для ужина. Стоимость и расчет продуктов для ужина.	
43.	Овощи. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, разка. Свежие и замороженные продукты.	
44.	Овощи. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, разка. Свежие и замороженные продукты.	
45.	Практическая работа «Приготовление салата и холодной закуски»	
46.	Практическая работа «Приготовление салата и холодной закуски»	
47.	Молоко и молочные продукты: виды и правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп)	
48.	Молоко и молочные продукты: виды и правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп)	
49.	Практическая работа «Приготовление молочной манной каши»	
50.	Практическая работа «Приготовление молочной манной каши»	
51.	Крупы. Виды круп. Правила хранения круп. Вредители круп.	
52.	Крупы. Виды круп. Правила хранения круп. Вредители круп.	

53.		Практическая работа «Приготовление гречневой каши»	
54.		Практическая работа «Приготовление гречневой каши»	
Транспорт			
55.		Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	
56.		Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	
Средства связи			
57.		Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России»	
58.		Годовая контрольная работа	
59.		Работа над ошибками	
60.		Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	
61.		Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки	
62.		Практическая работа «Написание почтового адреса на конверте»	
Предприятия, организации, учреждения			
63.		Образовательные учреждения.	
64.		Профессиональные образовательные учреждения	
65.		Дошкольные образовательные учреждения	
66.		Экскурсия в детский сад.	
Семья			
67.		Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	
68.		Инструктаж по безопасности в период летних каникул. Семейный досуг.	

Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни», 7 класс
(2 часа в неделю, 68 часов в год)

№п/п	Тема урока	Дата
Раздел 1. Личная гигиена-4 часа.		
1	Вводный урок. ТБ в кабинете СБО. Особенности личной гигиены подростка.	
2	Диагностическая контрольная работа.	
3	Правила ухода за кожей и волосами.	
4	Пр.р. Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их особенностей.	
Раздел 2. Одежда и обувь-6 часов.		
5	Срок служения одежды. Мелкий ремонт.	
6	Пр.р. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат.	
7	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	
8	Пр.р. Глажение белья.	
9	Химчистка. Ее назначение.	
10	Обобщающий урок по теме «Одежда и обувь».	
Раздел 3. Семья-4 часа.		
11	Помощь родителям в уходе за младшими детьми.	
12	Пр.р. Одевание на прогулку.	
13	Разучивание тихих и подвижных игр.	
14	Пр.р. Проведение игр с младшими школьниками.	
15	Правила поведения в гостях.	
16	Сюжетная игра «В гости...».	
17	Выбор подарка. Правила вручения и прием подарка.	
18	Пр.р. Изготовление сувениров.	
Раздел 4. Питание-12 часов.		
19	Санитарно-гигиенические требования и ТБ при приготовлении пищи.	
20	Виды питания.	
21	Первые блюда: значение и приготовление.	
22	Пр.р. Приготовление борща.	
23	Вторые блюда: значение и приготовление.	
24	Пр.р. Приготовление картофельных котлет.	
25	Третьи блюда: значение и приготовление.	
26	Пр.р. Приготовление компота.	
27	Правила поведения за столом.	
28	Сюжетная игра «Поведение за столом».	
29	Составление меню завтрака, обеда, ужина.	
30	Обобщающий урок по теме «Питание».	
Раздел 5. Жилище-10 часов.		
31	Регулярная уборка жилого помещения: ежедневная, еженедельная, сезонная.	
32	Контрольная работа за I полугодие.	
33	Повторный инструктаж по ОТ и ТБ. Сезонная уборка жилого помещения: подготовка жилья к зиме и лету.	
34	Способы и периодичность ухода за окнами. Виды моющих средств. Пр.р. Мытье стеклянных поверхностей	
35	Виды мебели. Способы ухода за мебелью.	
36	Пр.р. Чистка мягкой мебели.	

37		Способы и средства ухода за полом.	
38		Пр.р. Уборка классной комнаты.	
39		Пользование пылесосом и уход за ним.	
40		Обобщающий урок по теме «Жилище».	
Раздел 6. Транспорт-6 часов.			
41		Междугородний железнодорожный транспорт.	
42		Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.	
43		Пассажирский поезд. Типы вагонов.	
44		Сюжетная игра «Приобретение ж\д билетов».	
45		Камера хранения: виды, порядок сдачи и получения.	
46		Экскурсия на железнодорожный вокзал.	
Раздел 7. Торговля-4 часа.			
47		Универмаги, торговые центры. Их назначение.	
48		Экскурсия в торговый центр.	
49		Отделы магазинов. Стоимость товаров. Порядок приобретения товара.	
50		Сюжетная игра «Приобретение товара».	
Раздел 8. Средства связи.-4 часа.			
51		Виды бандеролей. Порядок их отправления.	
52		Пр.р. Заполнение бланков на отправку бандероли.	
53		Посылки. Виды упаковок. Правила отправления.	
54		Пр.р. Заполнение бланков на отправку посылки.	
Раздел 9. Первая помощь-10 часов.			
55		Доврачебная помощь.	
56		Пр.р. Измерение температуры, обработка порезов, ссадин.	
57		Лекарственные растения в домашней аптечке.	
58		Сюжетная игра «Собери домашнюю аптечку».	
59		Первая помощь при травмах: ушибы, переломы.	
60		Пр.р. Оказание первой помощи при ушибах.	
61		Контрольная работа за II полугодие.	
62		Первая помощь при ранах.	
63		Пр.р. Наложение повязки на рану.	
64		Экскурсия в школьный медпункт.	
65		Обобщающий урок по теме «Первая помощь».	
Раздел 10. Учреждения, организации и предприятия-4 часа.			
66		Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.	
67		Промышленные предприятия. Их назначение.	
68		Инструктаж по безопасности в период летних каникул Сельскохозяйственные предприятия. Их назначение.	

Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни», 8 класс
(2 часа в неделю, 68 часов в год)

№ п/п	Тема урока	Дата
Раздел 1. Личная гигиена-4 часа.		
1	Вводный урок. ТБ в кабинете ОСЖ. Значение здоровья для жизнедеятельности человека.	
2	Диагностическая контрольная работа.	
3	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).	
4	Пр.р. Протирание лица лосьоном, нанесение крема.	
Раздел 2. Одежда и обувь-8 часов.		
5	Особенности ухода за одеждой из шерстяных тканей.	
6	Пр.р. Стирка изделий из шерстяных тканей.	
7	Особенности ухода за одеждой из синтетических тканей.	
8	Пр.р. Стирка изделий из синтетических тканей.	
9	Правила и приемы утюжки шерстяных и синтетических тканей.	
10	Пр.р. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	
11	Химчистка. Правила пользования.	
12	Обобщающий урок по теме «Личная гигиена» и «Одежда и обувь».	
Раздел 3. Семья-4 часа.		
13	Правила ухода за грудным ребенком.	
14	Пр.р. Купание, одевание, пеленание куклы.	
15	Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка.	
16	Пр.р. Мытье детской посуды, игрушек.	
Раздел 4. Культура поведения-4 часа.		
17	Культура общения юноши и девушки.	
18	Ролевая игра «Встреча молодых людей».	
19	Внешний вид молодых людей.	
20	Обобщающий урок по теме «Семья» и «Культура поведения».	
Раздел 5. Питание-10 часов.		
21	Виды теста: дрожжевое, пресное.	
22	Пр.р. Приготовление блинов.	
23	Первые блюда: значение и приготовление.	
24	Пр.р. Приготовление Щей из свежей капусты.	
25	Вторые блюда: значение и приготовление.	
26	Пр.р. Приготовление макарон с овощной зажаркой.	
27	Подготовка фруктов, овощей, зелени к нарезке.	
28	Пр.р. Приготовление салата из овощей.	
29	Составление меню завтрака, обеда, ужина.	
30	Обобщающий урок по теме «Питание»	
Раздел 6. Жилище-4 часа.		
31	Правила уборки кухни. Пр.р. Чистка раковин.	
32	Контрольная работа за I полугодие.	
33	Повторный инструктаж по ОТ и ТБ. Моющие средства, используемые при уборке кухни.	
34	Пр.р. Уборка кухни.	
Раздел 7. Транспорт-8 часов.		

35	Международный автотранспорт. Автовокзал.	
36	Автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.	
37	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	
38	Экскурсия на автовокзал.	
39	Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание.	
40	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	
41	Сюжетная игра «Приобретение билета на катер».	
42	Обобщающий урок по теме «Транспорт».	
Раздел 8. Торговля-4 часа.		
43	Рынки. Виды рынков.	
44	Экскурсия на рынок.	
45	Рынок и магазин: их отличительные особенности.	
46	Обобщающий урок по темам «Транспорт» и «Торговля».	
Раздел 9. Средства связи-6 часов.		
47	Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном.	
48	Правила пользования телефонным справочником: экстренные вызовы.	
49	Культура разговора по телефону.	
50	Сюжетная игра «Вызов скорой помощи».	
51	Междугородняя телефонная связь. Роуминг.	
52	Обобщающий урок по теме «Средства связи».	
Раздел 10. Первая помощь-8 часов.		
53	Несчастные случаи: виды, причины возникновения, профилактика.	
54	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах.	
55	Оказание первой помощи при отравлении угарным газом.	
56	Оказание первой помощи при ожогах, их профилактика.	
57	Оказание первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика.	
58	Оказание первой помощи при спасении утопающего.	
59	Пр.р. Промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову.	
60	Контрольная работа за II полугодие.	
Раздел 11. Учреждения, организации и предприятия-2 часа.		
61	Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их назначения.	
62	Сюжетная игра «Трудоустройство на лето».	
Раздел 12. Экономика домашнего хозяйства- 6 часов.		
63	Бюджет семьи. Виды источников дохода, условия и порядок их получения.	
64	Пр.р. Определение суммы доходов семьи за месяц.	
65	Основные статьи расходов.	
66	Пр.р. Расчет коммунальных услуг.	
67	Сбережение. Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанк	
68	Инструктаж по безопасности в период летних каникул. Значение и способы экономии расходов.	

Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни», 9 класс
(2 часа в неделю, 68 часов в год)

№ п/п	Тема урока	Дата
Раздел 1. Личная гигиена(4ч.)		
1	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Вводный урок. ТБ в кабинете ОСЖ.	
2	Первичный инструктаж по ОТ и ТБ. Входной контроль.	
3	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков.	
4	Средства и способы укрепления здоровья. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух.	
Раздел 2. Одежда и обувь(5ч.)		
5	Стиль одежды. Мода. Обновление одежды.	
6	Выбор одежды и обуви при покупке.	
7	Практическая работа. Определение своего размера.	
8	Правила и способы выведения мелких пятен на одежде в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	
9	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	
Раздел 3. Семья(3ч.)		
10	Российская семья. Условия для создания семьи.	
11	Закон Российской Федерации о браке и семье	
12	Семейные отношения. Семейные традиции	
Раздел 4. Транспорт (4)		
13	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	
14	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	
15	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	
16	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	
Раздел 5. Культура поведения (4ч.)		
17	Поведение в обществе. Взаимоотношения с соседями. Правила общежития.	
18	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми	
19	Культура общения юноши и девушки.	
20	Внешний вид.	
Раздел 6. Средства связи (3ч.)		
21	Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, интернет, телефон с определителем. Особенности каждого вида связи и их значимость. Необходимость в современных условиях жизни общества.	
22	Виды денежных переводов. Стоимость отправки	
23	Заполнение бланков денежных переводов	
Раздел 7. Жилище(3ч.)		
24	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	
25	Сохранение жилищного фонда	
26	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	
Раздел 8. Питание (ч.8)		
27	Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд.	
28	Приготовление диетического блюда Инструктаж по технике безопасности с	

	электрической плитой	
29	Питание детей ясельного возраста	
30	Приготовление блюда для детей ясельного возраста	
31	Контрольная работа за 2 четверть.	
32	Национальные блюда	
33	Приготовление национальных блюд	
34	Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола	
Раздел 9. Торговля(3ч.)		
35	Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмаркиобразцов. Значение ярмарок	
36	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания, продовольственными товарами и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка, цена на отдельные товары.	
37	Виртуальная экскурсия на рынок. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий.	
Раздел 10. Медицинская помощь(5ч.)		
38	Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний	
39	Уход за больным.	
40	Сюжетная игра – «Больной в доме».	
41	Применение лекарства. Чтение инструкций	
42	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка или листок нетрудоспособности	
Раздел 11. Учреждения и организации(3ч.)		
43	Предприятия бытового обслуживания населения. Их назначение	
44	Виды услуг	
45	Виртуальная экскурсия. Деятельность предприятия. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	
Раздел 12. Экономика домашнего хозяйства(8ч.)		
46	Бюджет семьи. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы	
47	Экономия в домашнем хозяйстве	
48	Сбербанк. Кредит.	
49	Государственное страхование.	
50	Сбережения. Назначение сбережений.	
51	Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов.	
52	Повторение изученного материала.	
53	Повторение изученного материала.	
Раздел 13 Профориентация и трудоустройство (15ч)		
54	Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива	
55	Учреждения и отделы по трудоустройству	
56	Оформление на работу. Документы, необходимые для оформления на работу	
57	Собеседование. Оформление на работу	
58	Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка), правила их составления.	
59	Практическая работа «Написание заявлений о зачислении в учебное заведение, об увольнении».	
60	Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива	
61	Итоговая промежуточная аттестация.	
62	Повторение изученного материала по разделу «Семья»,	
63	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	

64	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	
65	Повторение изученного материала по разделу «Торговля», «Учреждение и организации»	
66	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»	
67	Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства»	
68	Инструктаж по безопасности в период летних каникул. Обобщающий урок.	

**Учебно-методическое и материально – техническое обеспечение предмета
«Основы социальной жизни»**

Учебная программа по предмету	<ul style="list-style-type: none"> • Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, (вариант 1) ГКОУ УР «Школа № 79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»; • Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5–9 классы под редакцией И.М. Бгажноковой, М., «Просвещение», 2010г. • Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Метод. пособие/ Гладкая В.В.- М.: ЭНАС, 2003
Учебник	
Учебные пособия	Плакаты Журналы по кулинарии Журналы по ПДД
Методические пособия	
ЦОР	<ul style="list-style-type: none"> • Презентации
Оборудование	Телевизор, кабинет СБО с кухонной техникой

Учет особых образовательных потребностей слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обучающихся с РАС обуславливает необходимость использования специальных учебников и учебных принадлежностей, отвечающих особым образовательным потребностям обучающихся данных категорий; использование индивидуальной, адаптированной с учетом возможностей обучающихся, текстовой и изобразительной наглядности, индивидуальных пособий, облегчающих, учебно-познавательную деятельность слабовидящих обучающихся, обучающихся с РАС;

Материально-техническое обеспечение предметной области «Человек и общество», учебного предмета **«Основы социальной жизни»** включает

- учебники;
- печатные пособия, в том числе, адаптированные с учетом зрительных возможностей слабовидящих обучающихся: комплект наглядных материалов для организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы с обучающимися;
- комплект предметных, сюжетных картин, серий сюжетных картин, динамических картин и схем по разделам программы;
- технические средства обучения: классная доска с набором креплений для картинок, постеров, таблиц; телевизор; компьютер; электрическая плита; холодильник; кухонная мебель; кухонная посуда, утварь; приборы и инструменты; электробытовая техника (электрический чайник, электромясорубка, микроволновая печь, электромиксер, жарочная печь, электротостер); оптические технические средства (индивидуальные средства оптической коррекции, карманные увеличители различной кратности).

Контрольно-измерительные материалы
Тест по ОСЖ, 5 класс

1. Что может быть общим?

- а) шампунь;
- б) расческа;
- в) носовой платок;
- г) зубная щетка.

2. Что должно быть личным?

- а) зубная паста;
- б) зубная щетка;
- в) туалетное мыло;
- г) шампунь.

3. Сколько раз в день надо чистить зубы?

- а) ни разу;
- б) один раз;
- в) два раза;

4. Чем надо чистить уши?

- а) пальцами;
- б) спичкой
- в) иголкой;
- г) ватной палочкой.

5. Как и где можно читать?

- а) лежа;
- б) сидя;
- в) в транспорте;
- г) на ходу.

6. Каким средством моют волосы?

- а) шампунем;
- б) кремом;
- в) лосьоном;
- г) одеколоном.

7. Сколько раз в день надо мыть руки?

- а) один раз;
- б) три раза;
- в) по мере загрязнения

8. Где человек готовит?

- а) спальне;
- б) кухне;
- в) зале.
- г) по мере необходимости.

Тест по ОСЖ , 6 класс.

1. Как называется душ с резкой сменой температуры воды?
а) теплый; б) прохладный; в) контрастный; г) холодный.
2. Какой крем наносят на кожу рук перед работой?
а) защитный; б) питательный; в) увлажняющий; г) любой.
3. Как часто надо стирать носки?
а) 1 раз в неделю; б) никогда; в) 1 раз в месяц; г) каждый день.
4. Кто здоровается первым: входящий или присутствующий?
а) входящий; б) тот, кто более вежлив; в) присутствующий; г) одновременно.
5. Какая громкость нужна при разговоре?
а) чем громче, тем лучше;
б) негромко, спокойно;
в) чем тише, тем доверительнее;
г) можно громко кричать в ухо.
6. Что относится к автомобильному транспорту?
а) товарный поезд; б) лодка; в) такси; г) автобус.
7. Как называется документ для проезда в транспорте?
а) купон; б) билет; в) паспорт; г) купюра.
8. Как называется учреждение для детей 3-7 лет?
а) школа; б) детский сад; в) ясли; г) училище.
9. Укажите учреждение связи.
а) почта; б) больница; в) магазин; г) школа.
10. Где человек готовит пищу?
а) спальне; б) кухне; в) ванной; г) прихожей.
11. Напишите, чем опасно курение для здоровья человека?

Контрольные работы, 7 класс

Вопросы и задания	Ответы
1. Отгадайте ребус «7Я» -	
2. Прочитайте, подчеркните слова, которые называют общественные места:	Театр, библиотека, дом, музей, дискотека
3. Для чего нужны окна?	1. для красоты 2. для света 3. чтобы наблюдать за галками
4. Какую уборку делают один раз в неделю?	1. еженедельную 2. сезонную 3. ежедневную
5. Как называется машина для удаления пыли?	1. швейная 2. пылесос 3. игрушечная
6. Какой транспорт относится к наземному? Выбери правильные ответы.	1. Поезд 2. Самолет. 3. Автобус. 4. Катер. 5. Автомобиль.
7. Как называется место для остановки пригородных автобусов?	1. Автостанция. 2. Ж/д вокзал. 3. Автопарк.
8. Что продают в магазинах промышленных товаров?	1. Продукты 2. Запчасти 3. Одежду 4. Обувь 5. Головные уборы 6. Книги
9. Напишите, какие отделы есть в магазинах промышленных товаров	1. 2. 3. 4. 5.
10. Напишите гигиенические требования к жилому помещению.	
11. Что продают в магазинах промышленных товаров?	Ткань Мясо Молоко Одежду Обувь Хлеб
12. Назовите основные средства связи	
13. Назовите виды медицинских учреждений	
14. Назовите работников медицинских учреждений	

Контрольная работа за I полугодие.

Вопросы и задания	Варианты ответов
1. Что такое личная гигиена?	
2. Отметьте предметы личной гигиены	Туалетная бумага Мочалка Мыло Шампунь Расческа Зубная паста
3. Отметьте средства личной гигиены	Туалетная бумага Мочалка Мыло Шампунь Расческа Зубная паста
4. Какие типы волос бывают?	
5. Что нужно учитывать при выборе шампуня?	
6. Как можно продлить срок службы одежды?	
7. Что подают на стол в качестве первого блюда?	
8. Как называется жидкая часть супа?	
9. Напишите классификацию супов по способу приготовления	
10. Напишите пример холодного супа?	
11. Что подают на стол в качестве второго блюда?	
12. Что входит в третьи блюда?	
13. Чем отличается кисель от компота?	
14. Когда можно сесть за праздничный стол?	Как только вы вошли в комнату. Только после того, как сядут наиболее важные гости. После приглашения хозяев и после того, как сядут женщины.
15. Уходя из гостей, надо	Одеться, а потом попрощаться. Прощаться, а потом одеться. Прощаться во время одевания.

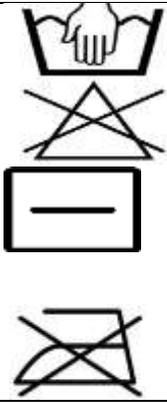
Контрольная работа за II полугодие.

Вопросы и задания	Варианты ответов
1. Какую уборку делают один раз в неделю?	1. еженедельную 2. сезонную 3. ежедневную
2. Как называется машина для удаления пыли?	1. швейная 2. пылесос 3. игрушечная
4. Если длинна маршрута больше 200 км поезд называется	
5. Напишите типы вагонов	
6. Подписывая адрес на бандероли и посылке, обычно указывают:	1. улицу, деревню, дом, квартиру; 2. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 3. индекс, улицу, дом, квартиру, ФИО; 4. кто что захочет, то и укажет.
7. Укажите, каких видов бандеролей и посылок не бывает:	1. простые; 2. ценные; 3. заказные; 4. секретные.
8. Сколько должна весить бандероль?	1. от 2 до 10 кг; 2. от 10 до 20 кг; 3. до 2 кг.
9. Стоимость бандероли и посылки зависит от:	1. веса и расстояния; 2. только веса; 3. только от расстояния; 4. настроения работника почты.
10. Виды доврачебной помощи?	Измерение температуры Подать лекарства Обработать рану
11. Какие лекарственные растения вы знаете?	
12. От чего подают ромашку?	От насморка Успокаивающее От простуды

Контрольные работы, 8 класс

Вопросы и задания	Варианты ответов
1. Какую уборку делают один раз в неделю?	1. еженедельную 2. сезонную 3. ежедневную
2. Как называется машина для удаления пыли?	1. швейная 2. пылесос 3. игрушечная
3. Если длинна маршрута больше 200 км называться поезд	
4. Напишите типы вагонов	
5. Подписывая адрес на бандероли и посылке, обычно указывают:	1. улицу, деревню, дом, квартиру; 2. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 3. индекс, улицу, дом, квартиру, ФИО; 4. кто что захочет, то и укажет.
6. Укажите, каких видов бандеролей и посылок не бывает:	1. простые; 2. ценные; 3. заказные; 4. секретные.
7. Сколько должна весить бандероль?	1. от 2 до 10 кг; 2. от 10 до 20 кг; 3. до 5 кг.
8. Стоимость бандероли и посылки зависит от:	1. веса и расстояния; 2. только веса; 3. только от расстояния; 4. настроения работника почты.
9. Виды доврачебной помощи?	Измерение температуры Подать лекарства Обработать рану
10. Какие лекарственные растения вы знаете?	
11. От чего подают ромашку?	От насморка Успокаивающее От простуды

Контрольная работа за I полугодие

Вопрос или задание	Ответы
1. Что такое косметика?	1. Космическое название. 2. Название конфет. 3. Средства для ухода за кожей, волосами, зубами, ногами.
2. Перечислите косметические средства	
3. Как продлить срок службы одежды?	Стирать Неаккуратно носить Чистить Зашивать Купить новую
4. Из чего делают шерстяную ткань?	Создают искусственно Из шерсти животных
5. Как делают синтетическую ткань?	Из шерсти животных Из переработки нефти, природного газа
6. Выберите верные утверждения.	<ul style="list-style-type: none"> •Чтобы шерстяная вещь быстрее просохла после стирки, ее нужно тщательно отжать. •Шерстяные вещи после стирки можно лишь слегка отжать. •Если постирать шерстяную вещь в горячей воде, то она даст усадку. •Сильнозагрязненные синтетические вещи нужно кипятить в течение 30 минут. •Синтетические вещи нельзя кипятить.
7. Расшифруйте обозначения наярлычках	
8. Напишите виды теста	
9. Какие продукты используют для приготовления дрожжевого теста, перечисли 10. Какие ингредиенты нужны для	

приготовления блинов	
11. Напишите способы заготовки продуктов впрок (на зиму)	
12. Составьте меню на 1 день	
13. Как называется возраст ребенка от 0 до 12 месяцев?	
14. Какой уход нужен ребенку грудного возраста	
15. Перечислите, что необходимо для ребенка после рождения?	
16. Перечислите одежду для детей грудного возраста	

Контрольная работа за II полугодие

Вопрос	Вариант ответа
1. Напишите виды транспорта по типу передвижения	
2. К водному виду транспорта относятся	
3. Чем отличается морской транспорт от речного?	
4. Напишите службы автовокзала	
5. Что такое рынок?	А) Место покупок. Б) Место, где продают и покупают товар.
6. Чем отличается рынок от магазина?	
7. Какие бывают рынки? Перечисли.	
8. Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуеться на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное. О какой травме идет речь?	
9. Первая помощь при ожоге I степени	
10. Первая помощь при солнечном ударе?	
11. Что означает понятие «гермический ожог»?	А) повреждение тканей тела, вызванное воздействием низкой температуры; Б) воздействие на кожу солнечных лучей, кислот и щелочей; В) повреждение тканей тела, вызванное воздействием высокой температуры
12. Первая помощь при отравлении угарным газом?	
13. К основным средствам связи относятся	

Контрольные работы, 9 класс

Входной контроль 9 класс

1. Напишите виды транспорта по типу передвижения	
2. К водному виду транспорта относятся	
3. Чем отличается морской транспорт от речного?	
4. Напишите службы автовокзала	
5. Что такое рынок?	А) Место покупок. Б) Место, где продают и покупают товар.
6. Чем отличается рынок от магазина?	
7. Какие бывают рынки? Перечисли.	
8. Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуется на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное. О какой травме идет речь?	
9. Первая помощь при ожоге I степени	
10. Первая помощь при солнечном ударе?	
11. Что означает понятие «термический ожог»?	А) повреждение тканей тела, вызванное воздействием низкой температуры; Б) воздействие на кожу солнечных лучей, кислот и щелочей; В) повреждение тканей тела, вызванное воздействием высокой температуры
12. Первая помощь при отравлении угарным газом?	
13. К основным средствам связи относятся	

Контрольная работа за II полугодие

Ученика _____ 9 _____ кл.

1. Выбери правильный ответ.

К Сохранению жилищного фонда относится

- А) косметический ремонт
- Б) влажная уборка
- В) смена жилья

2. Выбери правильный ответ

Интерьер – это.....

- А) внешнее убранство дома
- Б) внутреннее убранство дома
- В) внешнее и внутреннее убранство дома

3. Выбери правильный ответ

Как называется человек занимающийся оформлением интерьеров?

- А) менеджер
- Б) дизайнер
- В) архитектор

4. Вычеркни неверные утверждения:

Смена белья должна производиться 1 раз в год

Смена белья должна производиться через 1-2 недели

Постельное белье можно не утюжить

Постельное белье необходимо утюжить

5. Соотнеси вид ухода за грудным ребенком с необходимыми принадлежностями

Вид ухода	Необходимые принадлежности
Пеленание	Кроватка, каляска
Сон	Ванночка, приспособление для купания
Кормление	Стол, пеленки
Купание	Специальный стул, отдельная посуда

6. Выбери правильный ответ

Игрушки для грудного ребенка лучше покупать

- А) пластмассовые и мягкие
- Б) пластмассовые и резиновые
- В) Резиновые и мягкие

7. Вычеркни лишние принадлежности, которые не пригодятся для купания грудного ребенка.

Губка, мачалка, ванна, полотенце махровое, термометр, чистое белье, детское мыло, полотенце ножное, масло вазелиновое, хозяйственное мыло.

8. Выбери правильный ответ

Грудного ребенка до 3 месяцев нужно кормить:

- А) через 3,5 часа
- Б) через 4 часа
- В) через 3 часа

9. Ответь на вопрос.

Как называется свободное от работы время? _____

Что значит обычай, установившийся порядок поведения в быту? _____

10. Брачный возраст:

- А) 14 лет
- Б) 21 год
- В) 18 лет

13. Для благополучных брачных отношений нужны следующие качества:

- А) сила воли, настойчивость
- Б) Доброжелательность, красноречие
- В) Критичность к себе, терпимость, доверие

11. Одним из условий создания семьи является:

- А) согласие мужчины
 Б) Согласие женщины
 В) Взаимное добровольное согласие мужчины и женщины

12. Установите соответствие

Название стиля	стрелка	определение
Романтический		Опережает моду, предлагает нетрадиционные материалы, сочетания несочетаемого, оригинальность в цвете
Классический		Старомодность, не желание гнаться за модой, спокойные цвета, красивая прическа, макияж
Спортивный		Самый универсальный, строгий покрой, цвета подобраны в тон
Авангардный		Предназначен для тех, кто ведет активный образ жизни, удобен и красив, много молний, отсрочек, клапонов

13. Выбери верные утверждения

- А) при покупке нудно знать свой размер
 Б) покупать нужно любую понравившуюся вещь, даже если она не нужна
 В) вещь должна быть «на вырост»
 Г) Обязательно взять чек и хранить на период гарантийного срока
 Д) покупай запланированную вещь
 Е) учитывай свои материальные возможности

14. Ответь на вопросы.

Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?

Как называется устройство, позволяющее утюгу отпаривать вещи?

15. Обозначь цифрами порядок утюжки белья:

- ___ Приготовить гладильную доску, утюг
 ___ установить ручку терморегулятора на нужный показатель
 ___ сложить белье аккуратно
 ___ проверить состояние подошвы и шнура утюга

16. Заполни таблицу

«Использование приборов для приготовления пищи»	
Электроприборы	Назначение
Электромясорубка	
Кофемолка	
Миксер	

17. Какие продукты нужны для приготовления борща?

- А) Капуста, свекла, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар
 Б) Капуста, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар
 В) Свекла, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар

18. Выбери правильный ответ

Для приготовления блинов из дрожжевого теста нужны продукты

- А) мука, дрожжи, молоко, растительное масло, сахар, соль
 Б) мука, молоко, растительное масло, сахар, соль
 В) мука, дрожжи, сода, молоко

19 Дополни таблицу

Какие блюда можно приготовить?

Продукт	Значение	Блюдо
Мясо	Содержит белки, является строительным материалом для организма человека	
Рыба	Укрепляет кости, улучшает зрение, память	
Овощи	Богаты витаминами, улучшают пищеварение	

20. Напиши меню на день.

Завтрак: _____

Обед _____

Ужин _____
