

# МАОУ Емуртлинская СОШ

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по учебно-воспитательной  
работе

С.В.Киселёва

ПРИНЯТО

на педагогическом совете  
МАОУ Емуртлинская СОШ  
Протокол от 30.08.2021г.№1

Утверждено

Директор  
МАОУ Емуртлинская СОШ  
*Глушкова* Е.В.Глушкова  
Приказ от 31.08.2021 г. № 226



**Адаптированная рабочая программа  
«Основы социальной жизни» 5 класс**

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по ОСЖ составлена в соответствии с нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральным законом № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г.;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- В соответствии с АООП (1 вариант) образовательной организации;
- Планируемыми результатами освоения обучающимися с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) адаптированной основной общеобразовательной программы;
- Приказом Министерства просвещения и науки Российской Федерации № 249 от 18.05. 2020 г. «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения и науки Российской Федерации от 28 декабря 2018г. № 345» на 2020-2021 учебный год;
- Учебными планами СКО школы – интерната VIII вида на 2020-2021 учебный год.

**Цель программы** «Основы социальной жизни» - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

**Основные задачи** реализации программы «Основы социальной жизни»:

- 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 и использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Программа «Основы социальной жизни» 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.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально-бытовые компетентности:

1. «Введение» - представление о предмете основ социальной жизни, назначение кабинета, правилах поведения в кабинете.
2. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
3. «Культура поведения» - знание основных навыков культурного поведения за столом, в процессе общения со старшими и сверстниками, а также в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.
4. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).
5. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).
6. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.
7. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.
8. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.
9. «Торговля» - умение пользоваться основными видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров.

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.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно – развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «География», «Технологии», «Естествознание». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

### **3. Описание места учебного предмета в учебном плане**

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» в соответствии АООП (1 вариант) и учебным планом в 5 классе рассчитана на 34 учебных недель (34 часа, по 1 час в неделю).

#### **4) описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

В соответствии с АООП (1 вариант) на изучение регионального содержания географического образования отводится 10% учебного времени в год. Это способствует формированию у обучающихся патриотических чувств, воспитанию любви к родному краю.

### **5. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

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.

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

### ***Личностные результаты***

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

**Предметные результаты** освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой образовательной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

### ***Предметные результаты***

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов;
- сервировка стола.

Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по отдельным предметам не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы. В случае если обучающийся не

достигает минимального уровня овладения по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации медико-психолого-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) образовательная организация может перевести обучающегося на обучение по специальной индивидуальной программе развития.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

### **Минимальный и достаточный уровни освоения программы по предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе:**

*Минимальный уровень:*

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

*Достаточный уровень:*

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

### **Базовые учебные действия**

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий:

### ***Личностные учебные действия***

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользую и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

### ***Коммуникативные учебные действия***

1. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель– класс);
2. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. Обращаться за помощью и принимать помощь;
4. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
5. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
6. Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
7. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

### ***Регулятивные учебные действия***

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
2. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;
3. Произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
4. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов;
5. Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
6. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
7. Адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность;
8. Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

### ***Познавательные учебные действия***

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейших причинно – следственных связей) на наглядном доступном вербальном материале;

3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

## **6. Содержание учебного предмета**

### **Основы социальной жизни**

#### **5 класс**

##### ***Введение***

Вводное занятие. Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

##### ***Практические работы:***

- Беседа.

##### ***Личная гигиена и здоровье***

Личная гигиена и её значение для человека. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни человека. Правила бережного отношения к зрению. Влияние курения, алкоголя на здоровье.

##### ***Практические работы:***

- Мытьё рук, лица, шеи, ног, расчёсывание волос. Стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем.
- Чистка зубов, мытьё ушей.
- Стирка носового платка, трусиков, носков.
- Установка настольной лампы на рабочем месте.

##### ***Одежда и обувь***

Значение одежды, головных уборов и обуви для человека. Виды одежды. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.

##### ***Практические работы:***

- Сушка и чистка одежды и обуви.

##### ***Питание***

Значение питания в жизни людей. Разнообразие продуктов в рационе питания человека. Место и оборудование для приготовления пищи. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением. Сервировка стола.



### ***Практические работы:***

- Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов.
- Нарезка хлеба, сырых и вареных овощей.
- Приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки на кефире, напитка из варенья.
- Заваривание чая.
- Мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения.
- Сервировка стола с учетом различных меню.

### ***Семья***

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся.

### ***Практические работы:***

- Составление родового древа (беседа с родителями).

### ***Культура поведения***

Значение осанки и формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам. Правила поведения за столом.

### ***Практические работы:***

- Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.
- Ролевая игра, ситуативные диалоги- при встрече, расставании.
- Ролевая игра «Чаепитие в классе».
- Ролевая игра «Запишите меня в библиотеку».
- Ролевая игра «Здравствуй, театр».

### ***Жилище***

Виды жилых помещений. Организация рабочего места школьника. Варианты квартир и подсобных помещений и виды отопления. Почтовый адрес дома, школы- интерната.

### ***Практические работы:***

- Организация рабочего места школьника.
- Вытирание пыли в классе.
- Подметания пола в классе.
- Заполнение почтового адреса на открытке, почтовом конверте.

### ***Транспорт***

Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

### ***Практические работы:***

- Коллективные поездки в транспорте. Составление маршрута от дома до школы. Рассчитать стоимость проезда от дома до школы и обратно. Определить сумму денег, необходимую им на проезд в течение недели, месяца.

- Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на дороге.

### **Торговля**

Виды торговых предприятий и их значение для людей. Продуктовые магазины и их отделы. Специализированные продуктовые магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Виды товаров, их хранение. Срок годности и стоимость товара.

### **Практические работы:**

- Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимостью за определенное количество массы.
- Приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.
- Определение срока годности (на примере молочных продуктов).
- Ролевая игра «В магазине».

## **7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№ урока	Раздел и тема урока	Обучающие задачи.	Дата	Кол-во часов	Виды деятельности	Словарная работа	Наглядный материал и оборудование	Национально-региональный компонент
<b>р. Введение 1ч</b>								
1	Вводное занятие.	Познакомить с предметом «Основы социальной жизни», его целью и задачами, правилами поведения в кабинете.		1ч	- Оформление рабочей тетради; - Ознакомление с кабинетом «Основы социальной жизни», зонами в кабинете и их назначением; - Слушание рассказа учителя; - Участие в беседе; - Ответы на вопросы учителя.	Кухонная зона Учебная зона	Кабинет  Правила поведения в кабинете ОСЖ  Холодильник  Электроплита	
<b>р. Личная гигиена и здоровье 11ч</b>								

2	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	Знать значение личной гигиены.		1ч	-Запись в тетрадь: соблюдение правил личной гигиены.	Гигиена	Презентация: «Личная гигиена»	
3	Здоровье и красота прически.	-Уметь выбирать прическу и причесывать волосы.		1ч	-Расчесывание волос.	Причёска Расчёска Шампунь	Расчёска Шампунь	
4	Предметы и средства личной гигиены.	-Знать средства личной гигиены.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради; -Работа с дидактическим материалом; -Просмотр презентации.	Предметы личной гигиены Средства личной гигиены	Туалетная бумага Полотенце Носовой платок Презентация «Предметы и средства личной гигиены»	
5	Содержание в чистоте и порядке личных вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа.	-Уметь содержать в чистоте личные вещи. -Уметь стирать личные вещи. -Воспитывать трудолюбие, аккуратность.		1ч	- Стирка носового платка, мытьё расчёски, зубной щетки.	Личные вещи Расчёска Зубная щётка	Порошок Таз Мыло	
6	Содержание в чистоте и порядке личных вещей: полотенце, трусики, носки.			1ч	- Стирка полотенце, трусиков, носков.	Личные вещи Полотенце	Порошок Таз Мыло	

7	Правила бережного отношения к зрению при письме, чтении, просмотре телепередач.	-Знать правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. -Уметь беречь зрение.		1ч	-Установка настольной лампы на рабочем месте.	Освещенность	Настольная лампа	
8	Влияние курения, алкоголя на здоровье детского организма. Воспитание силы воли.	-Знать о вреде курения, алкоголя. -Уметь отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.		1ч	-Слушание рассказа учителя о влиянии курения, алкоголя на здоровье детского организма. -Участие в беседе по теме урока; -Просмотр презентации.	Здоровье Алкоголь Курение	Презентация о вреде курения и алкоголя	
<b>р. Одежда и обувь 6ч</b>								
9	Виды одежды.	-Уметь различать одежду в зависимости от назначения. -Уметь подбирать одежду по сезону.		1ч	-Слушание рассказа учителя о видах одежды. -Выполнение записей в рабочей тетради (виды одежды); -Просмотр презентации.	Повседневная одежда Рабочая одежда Праздничная одежда	Одежда Картинки с изображением различных видов одежды; Презентация : «Виды одежды»	
10	Головные уборы и их назначение.	-Уметь различать головные уборы в зависимости от назначения. -Уметь подбирать головной убор по сезону.		1ч	-Слушание рассказа учителя о роли головных уборах, их назначении и правилах ухода; -Выполнение записей в рабочей	Головной убор	Головные уборы Картинки с изображением различных видов головных уборов	

					тетради; -Просмотр презентации.		Презентация :«Головные уборы»	
11	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.	-Знать правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных). -Уметь сушить и чистить одежду и обувь.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Выполнение ежедневного ухода за одеждой (чистка щеткой, утюжка, вешание на плечики);	Уход за одеждой Утюжка	Щетка Крем Утюг	
12	Подготовка сезонной обуви и одежды к хранению.	-Подготавливать одежду и обувь к хранению. -Подбирать крем и чистить кожаную обувь.		1ч	-Сушка и чистка одежды и обуви.	Сезонная обувь и одежда Уход за одеждой Хранение одежды	Щетка Крем	
<b>р. Питание 14ч</b>								
13	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	-Формировать знания о необходимости пищи для роста и развития детского организма.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради; -Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов.	Рацион питания Рецепт Продукт	Рецепты Картинки с изображением различных продуктов питания	
14	Влияние режима и питания на здоровье детей.	-Знать о значении режима и питания на здоровье.		1ч	-Слушание рассказа учителя о режиме питания; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Режим	Плакат: «Режим питания»	

15	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки.	-Знать правила безопасной работы с режущими инструментами. -Знать виды блюд, не требующей тепловой обработки. -Уметь нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.		1ч	-Нарезка хлеба, сырых и вареных овощей. Приготовление бутербродов, салата, винегрета, крошки на кефире, напиток из варенья.	Тепловая обработка Холодная обработка	Нож Хлеб Овощи  Кухонные приборы	
16	Приготовление бутербродов и канапе.	-Учить готовить бутерброды различных видов.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Приготовление простых и сложных бутербродов.	Бутерброд Открытые Закрытые Простые Сложные Канапе	Нож Хлеб Продукты питания Кухонные приборы и инвентарь	
17	Столовая посуда, приборы, назначения.	-Знать виды столовой посуды, их назначение.		1ч	-Слушание рассказа учителя о столовой посуде, приборах и их назначении; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Столовая посуда Столовые приборы	Столовая посуда, приборы	
18	Правила заваривания чая.	-Уметь заваривать чай.		1ч		Сервиз Чайная посуда Чай	Чайная посуда Сервиз Чайная заварка	
19	Правила и приемы ухода за посудой.	-Знать правила мытья посуды.		1ч	-Мытье посуды, кухонных принадлежностей.	Кухонная, Столовая посуда Моющее средство	Кухонная, Столовая посуда	

					Стирка салфеток.		Кухня кабинета ОСЖ Моющие средства и приспособления	
20	Сервировка стола.	-Знать правила сервировки стола.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах сервировки стола; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Сервировка стола с учетом различных меню.	Сервировка Меню	Меню  Столовая посуда, приборы  Скатерть	
<b>р. Семья 2ч</b>								
21	Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).	-Знать родственные отношения в семье.		1ч	-Слушание рассказа учителя о семье; -Рассказ о членах своей семьи; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради: Составление родового древа (беседа с родителями).	Семья  Родственные отношения	Родословная семьи	<b>НРК</b> Составление родословной учащихся.
<b>р. Культура поведения 9ч</b>								
22	Значение осанки.	-Знать о значении осанки.		1ч	-Слушание рассказа учителя о значении осанки для человека; о требованиях, предъявляемых к осанке;	Осанка Гимнастические упражнения	Презентация : «Значение осанки»	

					-Запись основной информации в тетрадь.			
23	Формы исправления осанки.	-Знать формы исправления осанки.		1ч	-Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.	Осанка Гимнастические упражнения	Плакат: «Строение скелета человека»	
24	Правила поведения за столом.	- Знать правила поведения за столом.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах поведения за столом; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «За столом».	Поведение Этикет	Таблица: «Правила поведения за столом».  Презентация : «Правила поведения за столом»	
25	Правила приёма пищи.	-Расширить знания о правилах приёмах пищи.		1ч	-Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «Чашепитие в классе».	Пища Этикет		
26	Поведение в театре.	-Уметь вести себя в общественных местах.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах поведения в кинотеатре; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «Здравствуй, театр».	Поведение Театр	Презентация : «Правила поведения в театре»	
<b>р. Жилище 10ч</b>								



27	Варианты квартир и подсобных помещений, жилье по конструкции-комнаты отдельные, смежные, по назначению: спальня, гостиная, кухня, ванная и другое.	-Расширять кругозор о разнообразии вариантов квартир.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Работа с дидактическим материалом; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Квартира Спальня Гостиная Кухня Ванная Санузел	Дидактический материал  Презентации по теме урока	
28	Правила вытирания пыли.	-Знать правила уборки комнаты.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Выпирание пыли в классе.	Пыль Ветошь	Таблица «Правила вытирания пыли»  Таз  Ветошь	
29	Почтовый адрес дома, школы - интерната.	-Знать адрес дома и школы.		1ч	-Участие в беседе; -Заполнение почтового адреса на открытке, почтовом конверте и переводе, на телеграмме и телеграфном переводе.	Адрес Индекс	Конверт	<b>НРК</b> Улицы г.Миасса.
<b>р. Транспорт 7ч</b>								
30	Виды городского транспорта.	-Знать виды городского транспорта.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в	Городской транспорт	Проездные билеты Презентация по теме урока	

					тетрадь. -Оплата проезда в транспорте.			
31	Знаки дорожного движения.	-Знать дорожные знаки.		1 ч	-Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на дороге.	Дорожные знаки	Дорожные знаки	
<b>р. Торговля 8 ч</b>								
32	Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.	-Знать отделы продовольственных магазинов.		1 ч	-Экскурсия в продовольственный магазин. -Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимостью за определенное количество массы.	Бакалея Кондитерский отдел Молочный отдел Колбасный отдел Мясной и рыбный отдел Отдел овощей и фруктов	Продуктовый магазин и его отделы	
33	Срок годности и стоимость товаров.	- Уметь определять срок годности продуктов.		1 ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в тетрадь. -Определение срока годности (на примере молочных продуктов).	Годность Стоимость чек	Чек  Продукты питания	
34	Правила поведения в магазине.	-Знать правила поведения в магазине.		1 ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в тетрадь.	Правила Магазинов Поведение	Дидактический материал  Презентация «Продуктовые магазины»	

					-Ролевая игра «В магазине».		Чек Продукты питания	
--	--	--	--	--	-----------------------------	--	----------------------------	--

## 8. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

### Учебно-методическое обеспечение учебного курса:

Учебников нет.

Дидактические пособия для учащихся:

- раздаточные индивидуальные карточки;
- занимательный и развивающий материал по предмету;
- материал для коррекции психических процессов: речи, внимания, памяти, зрительного и слухового восприятия;
- занимательный материал: загадки, ребусы, кроссворды;
- перфокарты по трудным темам;
- предметные, сюжетные картины, рисунки и иллюстрации, презентации;
- таблицы, алгоритмы по основным темам;
- В.А. Зырянова, И.А. Хамина «Подготовка младшего обслуживающего персонала» 5,6,7,8,9 класс - учебник для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида по курсу «Технология».

Дидактические и методические пособия для учителя:

- Т.А.Девяткова «Социально-бытовая ориентировка в СКО (У) VIII вида М.: «ВЛАДОС» 2003 г.
- В.В.Гладкая «Социально-бытовая подготовка воспитанников С (К) ОУ VIII вида. М.: НЦЭНАС, 2006 г.
- В.В.Воронкова «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в С(К)О школе VIII вида. М.: ВЛАДОС, 2003 г.
- А.П.Анастасова «Жизнь без опасностей» часть 1-2, 3-4.ОБЖ. / М.: Просвещение, 1998 г.
- Г. Картушина «Домоводство» М.: Просвещение, 1970 г.
- «Человек» В.А. Постовская, М.: «Просвещение» 1986г.
- «Трудовое обучение» под редакцией П.Р.Атутова. М.: Просвещение, 1989 г.
- А.В.Коротеев «Первая помощь при несчастных случаях, травмах, внезапных заболеваниях» М.: Просвещение, 1987 г.
- «Правила дорожного движения» Н.А. Извекова, М.: «Просвещение» 1980г.
- «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 кл. С.А.Львова, Волгоград: «Учитель» 2012г.
- С.П. Дерябина «Контрольно-измерительные материалы по Социально-Бытовой Ориентировки» 5-9 кл. Волгоград: «Учитель», 2013 г.
- Синица Н.В. Технология. Технологии ведения дома: методическое пособие /Н.В. Синица. – М.: Вентана-Граф, 2013г.
- Алёнкина, О.А. Классные часы по профориентации школьников: учеб.-метод. Пособие / О.А. Алёнкина; под ред. Т.В. Черниковой. – М.: Планета, 2012г.
- Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. 5 - 9 классы. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013г.
- Субчева В.П. Социально - бытовая ориентировка. Методическое пособие:5-9 классы.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2014г.
- Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка 5,6,7,8,9 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013г.
- Л.А. Бабушкина «Социально - бытовая ориентировка» 5 класс. Волгоград: «Учитель», 2015 г.

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у учащихся используют специально оборудованный кабинет, с четко определенными и специально оборудованными зонами. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать учащимся, в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученные знания и умения.

Так же используются презентации, видеофрагменты, таблицы, плакаты, дидактический и раздаточный материал по основным темам для формирования наиболее полных и достоверных знаний.

### Материально-техническое обеспечение

Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во	Примечания
<b>Печатные пособия</b>		
Набор плакатов соответствующие тематике программы по основам социальной жизни.	14	
Наборы сюжетных (предметных) картинок в соответствии с тематикой, определённой в программе по основам социальной жизни.	4	
Таблицы, соответствующие тематике программы по основам социальной жизни.	4	
<b>Технические средства обучения</b>		
Магнитная классная доска.	1	
Утюг электрический.	1	
Мультимедийный проектор.	1	
Экспозиционный экран.	1	Размер не менее 150X150 см
Ноутбук.	1	
Электроплита четырёх конфорочная.	1	
Холодильник.	1	
Доска гладильная.	1	
<b>Экранно - звуковые пособия</b>		
Видеофильм, соответствующие тематике программы по основам социальной жизни.	1	
Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие тематике примерной программы по основам социальной жизни.	28	
<b>Игры и игрушки</b>		
Наборы ролевых игр, игрушек и конструкторов (по темам: дом, комнатные растения, «Составь меню», магазин и др.).	5	
Настольные развивающие игры (типа «Эрудит») и др.	5	
<b>Оборудование класса</b>		
Ученический стол одноместный со стулом.	1	
Ученические столы двухместные с комплектом стульев.	4	
Стол учительский с тумбой.	1	

Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во	Примечания
Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр.	1	
Настенные доски для вывешивания иллюстративного материала.	1	

### Календарно-тематическое планирование

№ урока	Раздел и тема урока	Обучающие задачи.	Дата	Кол-во часов	Виды деятельности	Словарная работа	Наглядный материал и оборудование	Национально-региональный компонент
<b>р. Введение 1ч</b>								
1	Вводное занятие.	Познакомить с предметом «Основы социальной жизни», его целью и задачами, правилам и поведения в кабинете.		1ч	- Оформление рабочей тетради; - Ознакомление с кабинетом «Основы социальной жизни», зонами в кабинете и их назначением; - Слушание рассказа учителя; - Участие в беседе; - Ответы на вопросы учителя.	Кухонная зона Учебная зона	Кабинет Правила поведения в кабинете ОСЖ Холодильник Электроплита	
<b>р. Личная гигиена и здоровье 11ч</b>								
2	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	Знать значение личной гигиены.		1ч	-Запись в тетрадь: соблюдение правил личной гигиены.	Гигиена	Презентация: «Личная гигиена»	
3	Здоровье и красота прически.	-Уметь выбирать прическу и причесывать волосы.		1ч	-Расчесывание волос.	Причёска Расчёска Шампунь	Расчёска Шампунь	
4	Предметы и средства личной гигиены.	-Знать средства личной гигиены.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Ответы на	Предметы личной гигиены Средства	Туалетная бумага Полотенце Носовой	

					вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради; -Работа с дидактическим материалом; -Просмотр презентации.	личной гигиены	плажок Презентация «Предметы и средства личной гигиены»	
5	Содержание в чистоте и порядке личных вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа.	-Уметь содержать в чистоте личные вещи. -Уметь стирать личные вещи. -		1ч	- Стирка носового платка, мытьё расчески, зубной щетки.	Личные вещи Расческа Зубная щётка	Порошок Таз Мыло	
6	Содержание в чистоте и порядке личных вещей: полотенце, трусики, носки.	Воспитывать трудолюбие, аккуратность.		1ч	- Стирка полотенце, трусиков, носков.	Личные вещи Полотенце	Порошок Таз Мыло	
7	Правила бережного отношения к зрению при письме, чтении, просмотре телепередач.	-Знать правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. -Уметь беречь зрение.		1ч	-Установка настольной лампы на рабочем месте.	Освещённость	Настольная лампа	
8	Влияние курения, алкоголя на здоровье детского организма. Воспитание силы воли.	-Знать о вреде курения, алкоголя. -Уметь отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу		1ч	-Слушание рассказа учителя о влиянии курения, алкоголя на здоровье детского организма. -Участие в беседе по теме урока; -Просмотр презентации.	Здоровье Алкоголь Курение	Презентация о вреде курения и алкоголя	

		воли.						
<b>р. Одежда и обувь бч</b>								
9	Виды одежды.	-Уметь различать одежду в зависимости от назначения. -Уметь подбирать одежду по сезону.		1ч	-Слушание рассказа учителя о видах одежды. -Выполнение записей в рабочей тетради (виды одежды); -Просмотр презентации.	Повседневная одежда Рабочая одежда Праздничная одежда	Одежда Картинок и с изображением различных видов одежды; Презентация: «Виды одежды»	
10	Головные уборы и их назначение.	-Уметь различать головные уборы в зависимости от назначения. -Уметь подбирать головной убор по сезону.		1ч	-Слушание рассказа учителя о роли головных уборах, их назначении и правилах ухода; -Выполнение записей в рабочей тетради; -Просмотр презентации.	Головной убор	Головные уборы Картинок и с изображением различных видов головных уборов Презентация: «Головные уборы»	
11	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.	-Знать правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных). -Уметь сушить и чистить одежду и обувь.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Выполнение ежедневного ухода за одеждой (чистка щеткой, утюжка, вешание на плечики); -Сушка и чистка одежды и обуви.	Уход за одеждой Утюжка	Щетка Крем Утюг	
12	Подготовка сезонной обуви и одежды к	- Подготавливать одежду и		1ч	одежды и обуви.	Сезонная обувь и одежда Уход за	Щетка Крем	



	хранению.	обувь к хранению - Подбирают крем и чистить кожаную обувь.				одеждой Хранение одежды		
<b>р. Питание 14ч</b>								
13	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	- Формировать знания о необходимости пищи для роста и развития детского организма.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради; -Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов.	Рацион питания Рецепт Продукт	Рецепты Картинок и с изображением различных продуктов питания	
14	Влияние режима и питания на здоровье детей.	-Знать о значении режима и питания на здоровье.		1ч	-Слушание рассказа учителя о режиме питания; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Режим	Плакат: «Режим питания»	
15	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки.	-Знать правила безопасной работы с режущими инструментами. -Знать виды блюд, не требующей тепловой обработки. -Уметь нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.		1ч	-Нарезка хлеба, сырых и вареных овощей. Приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки на кефире, напитка из варенья.	Тепловая обработка Холодная обработка	Нож Хлеб Овощи  Кухонные приборы	
16	Приготовление бутербродов и канапе.	-Учить готовить бутерброды различных видов.		1ч	-Слушание рассказа учителя; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Приготовление простых и сложных	Бутерброд Открытые Закрытые Простые Сложные Канапе	Нож Хлеб Продукты питания Кухонные приборы	

					бутербродов.		ы и инвентарь	
17	Столовая посуда, приборы, назначения	-Знать виды столовой посуды, их назначение.		1ч	-Слушание рассказа учителя о столовой посуде, приборах и их назначении; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Столовая посуда Столовые приборы	Столовая посуда, приборы	
18	Правила заваривания чая.	-Уметь заваривать чай.		1ч		Сервиз Чайная посуда Чай	Чайная посуда Сервиз Чайная заварка	
19	Правила и приемы ухода за посудой.	-Знать правила мытья посуды.		1ч	-Мытье посуды, кухонных принадлежностей Стирка салфеток.	Кухонная, Столовая посуда Моющее средство	Кухонная, Столовая посуда Кухня кабинет а ОСЖ Моющие средства и приспособления	
20	Сервировка стола.	-Знать правила сервировки стола.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах сервировки стола; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Сервировка стола с учетом различных меню.	Сервировка а Меню	Меню  Столовая посуда, приборы  Скатерть	
<b>р. Семья 2ч</b>								
21	Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).	-Знать родственные отношения в семье.		1ч	-Слушание рассказа учителя о семье; -Рассказ о членах своей семьи; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради: Составление родового древа (беседа с родителями).	Семья  Родственные отношения	Родословная семьи	<b>НРК</b> Составление родословной учащихся.

<b>р. Культура поведения 9ч</b>								
22	Значение осанки.	-Знать о значении осанки.		1ч	-Слушание рассказа учителя о значении осанки для человека; о требованиях, предъявляемых к осанке; -Запись основной информации в тетрадь.	Осанка Гимнастические упражнения	Презентация: «Значение осанки»	
23	Формы исправления осанки.	-Знать формы исправления осанки.		1ч	-Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.	Осанка Гимнастические упражнения	Плакат: «Строение скелета человека»	
24	Правила поведения за столом.	- Знать правила поведения за столом.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах поведения за столом; -Участие в беседе; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «За столом».	Поведение Этикет	Таблица: «Правила поведения за столом» . Презентация: «Правила поведения за столом»	
25	Правила приёма пищи.	- Расширить знания о правилах приёмах пищи.		1ч	-Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «Чайепитие в классе».	Пища Этикет	Презентация: «Правила поведения за столом»	
26	Поведение в театре.	-Уметь вести себя в общественных местах.		1ч	-Слушание рассказа учителя о правилах поведения в кинотеатре; -Ответы на вопросы учителя; -Выполнение записей в рабочей тетради. -Ролевая игра «Здравствуй, театр».	Поведение Театр	Презентация: «Правила поведения в театре»	
<b>р. Жилище 10ч</b>								

27	Варианты квартир и подсобных помещений, жилье по конструкции-комнаты отдельные, смежные, по назначению: спальня, гостиная, кухня, ванная и другое.	- Расширять кругозор о разнообразии вариантов квартир.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Работа с дидактическим материалом; -Выполнение записей в рабочей тетради.	Квартира Спальня Гостиная Кухня Ванная Санузел	Дидактический материал  Презентации по теме урока	
28	Правила вытирания пыли.	-Знать правила уборки комнаты.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Вытирание пыли в классе.	Пыль Ветошь	Таблица «Правила вытирания пыли»  Таз  Ветошь	
29	Почтовый адрес дома, школы - интерната.	-Знать адрес дома и школы.		1ч	-Участие в беседе; -Заполнение почтового адреса на открытке, почтовом конверте и переводе, на телеграмме и телеграфном переводе.	Адрес Индекс	Конверт	<b>НРК</b> Улицы г.Миасса.
<b>р. Транспорт 7ч</b>								
30	Виды городского транспорта.	-Знать виды городского транспорта.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в тетрадь. -Оплата проезда в транспорте.	Городской транспорт	Проездные билеты Презентация по теме урока	
31	Знаки дорожного движения.	-Знать дорожные знаки.		1ч	-Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на дороге.	Дорожные знаки	Дорожные знаки	
<b>р. Торговля 8 ч</b>								

32	Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.	-Знать отделы продовольственных магазинов.		1ч	-Экскурсия в продовольственный магазин. -Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимостью за определенное количество массы.	Бакалея Кондитерский отдел Молочный отдел Колбасный отдел Мясной и рыбный отдел Отдел овощей и фруктов	Продуктовый магазин и его отделы	
33	Срок годности и стоимость товаров.	- Уметь определять срок годности продуктов.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в тетрадь. -Определение срока годности (на примере молочных продуктов).	Годность Стоимость чек	Чек Продукты питания	
34	Правила поведения в магазине.	-Знать правила поведения в магазине.		1ч	-Слушание рассказа учителя по теме урока; -Участие в беседе; -Ответы на вопросы учителя; -Запись информации в тетрадь. -Ролевая игра «В магазине».	Правила Магазин Поведение	Дидактический материал Презентация «Продуктовые магазины» Чек Продукты питания	