

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Нижнетуринского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа №1 имени Е.В. Панкратьева»

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
протокол №1 от 29.08.2023



СОГЛАСОВАНО

Зам. дир. по УВР

А.С. Фомичева Фомичева А.С.
29.08.2023

Рабочая программа учебного предмета

«ОСЖ» для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1)

7 класс

Разработана:
Ершовой А.А.
учителем-дефектологом

Нижняя Тура
2023 год

1. Пояснительная записка

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для учащихся 7 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28.
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью МАОУ НТГО «СОШ №1»;
- Годовой календарный учебный график МАОУ НТГО «СОШ №1».

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе.

В связи с этим 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.

Цель рабочей программы «Основы социальной жизни» (7 класс) – формирование знаний, умений, навыков, способствующих социальной адаптации учащихся в условиях современного общества, практическая подготовка учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на повышение уровня их общего развития.

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 с использованием деловых бумаг);

- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности. 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 (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);

- система специальных коррекционно-развивающих методов;

- убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

- организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);

- стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приемы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио- и видеоматериалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствуют 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», «Природоведение», «Мир истории». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

2. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний, умений и ориентирована

- на развитие у обучающихся навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, способность освоиться в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

- усвоение детьми морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

- понимание школьниками 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;

- формирование правильного уклада семейных отношений.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение изучаемого материала способствует его более прочному и осознанному усвоению. Также обеспечивается переход от легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

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

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
2. «Охрана здоровья» - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.
3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральная машина).
4. «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).
5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правил и порядка приготовления пищи.
6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.
7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет-услугами, телеграфной и т.д.
8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.
9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.

3. Место предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю – 2 часа, общее количество часов – 68 часов.

Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

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 обществе.
- 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 с 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.
- 13.Осознание себя гражданином России; формирование чувства гордости за свою Родину.

Предметные результаты

Предметные результаты представлены двумя уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

- иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- уметь мыть руки, стричь ногти на ногах под руководством взрослого.

Достаточный уровень:

- знать и выполнять самостоятельно правила ухода за кожей рук;
- уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;
- уметь подбирать косметические средства для ухода за ногами;
- знать названия предметов, используемых для выполнения маникюра, педикюра;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования и ухода за личными (индивидуальными) вещами.

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

- знать виды помощи;
- знать виды медицинской помощи;
- знать о назначении аптечки и ее содержимом;
- уметь измерять температуру под руководством педагога;
- уметь обрабатывать небольшую рану и ссадину под присмотром педагога.

Достаточный уровень:

- иметь представление о видах медицинской помощи, их особенностях;
- уметь пользоваться аптечкой при оказании помощи и самопомощи;
- знать состав домашней аптечки (перевязочные, дезинфицирующие, термометр);
- знать правила применения и назначение медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать гигиенические требования к жилому помещению;
- уметь выполнять ежедневную уборку помещения под руководством взрослого;
- уметь пользоваться пылесосом под руководством взрослого.

Достаточный уровень:

- знать виды и последовательность проведения уборки помещения (влажной и сухой, ежедневной и генеральной);
- знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов;
- уметь подбирать инвентарь и моющие средства для соответствующего вида уборки;
- уметь выполнять последовательно определенный вид уборки помещения;
- уметь самостоятельно пользоваться пылесосом при уборке помещения.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- иметь представление о значении опрятного вида человека;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- уметь подготавливать одежду для сезонного хранения;
- знать и выполнять основные этапы ухода за обувью;
- уметь выполнять ежедневный уход за одеждой;
- уметь подбирать средства для ухода за обувью;
- уметь выполнять мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, петель, зашивание распоровшегося шва).

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно-гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдение техники безопасности при ее приготовлении;
- уметь готовить кашу, запеканку под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать способы первичной и тепловой обработки круп, молока и молочных продуктов, овощей;
- знать технологию приготовления основных блюд из овощей, молочных продуктов, круп для ужина;
- уметь рассчитывать количество продуктов и определять стоимость продуктов питания для приготовления ужина;
- знать о значении ужина для здоровья человека, уметь составлять меню ужина;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню ужина.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- иметь представление о пригородном транспорте;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

Достаточный уровень:

- знать назначение и виды пригородного транспорта;
- уметь ориентироваться в расписании движения пригородного транспорта, определять зоны и направление движения транспорта;
- уметь пользоваться различными способами покупки билета.

Раздел «Средства связи»

Минимальный уровень:

- знать основные средства связи;
- знать виды писем;
- уметь подписывать адрес с индексом на конверте.

Достаточный уровень:

- знать виды почтовых отправлений;
- знать особенности различных видов писем;
- уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, письма, заполнять соответствующие бланки.

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

Минимальный уровень:

- название дошкольного образовательного учреждения, его назначение;

Достаточный уровень:

- знать структуру дошкольного образовательного учреждения;
- знать возраст, с которого можно посещать группы детского сада.

Раздел «Семья»

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

- знать перечень документов, удостоверяющих личность и другие социально-правовые характеристики гражданина (паспорт, свидетельство о рождении, документы об образовании и др.);
- знать и выполнять свои обязанности в семье.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 7 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. В течение учебного года проводится диагностика усвоения знаний и умений учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) по учебному предмету «Основы социальной жизни».

Она состоит из 3-х этапов.

1 этап – стартовая диагностика на начало учебного года; направлена на выявление уровня знаний, умений и навыков, сформированных при изучении учебного предмета «Основы социальной жизни» в 6 классе.

2 этап – промежуточная диагностика; предполагает прохождение учащимися тестирования по итогам изучения каждого раздела и позволяет проанализировать процесс формирования знаний и умений.

3 этап – итоговая диагностика; включает задания, представленные в разделе «Контрольно-измерительные материалы» по каждому разделу программы. Виды задания и их количество, определяются педагогом самостоятельно, в зависимости от уровня знаний и умений учащихся.

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, свое 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 к людям, сопереживать им, 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 учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов;

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 ними 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, простейшие причинно-следственные связи) на наглядном доступном вербальном материале;

3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленные 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.

5. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

| |
|---|
| 1. Личная гигиена - 4 ч. |
| Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. |
| 2. Одежда - 8 ч. |
| Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку. |
| 3. Питание - 12 ч. |
| Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду. |
| 4. Семья - 4 ч. |
| Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р. |
| 5. Культура поведения - 4 ч. |
| Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира. Пр.р. |
| 6. Жилище- 8 ч. |
| Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Пр.р. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома. |
| 7. Транспорт - 4 ч. |
| Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал. |
| 8. Торговля - 4 ч. |
| Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р. |
| 9. Средства связи - 4 ч. |
| Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. Экскурсия на почту. |

| |
|---|
| 10. Медицинская помощь - 6 ч. |
| Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Пр.р. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р. |
| 11. Учреждения, организации и предприятия - 4 ч. |
| Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие. |
| 12. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч. |
| Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Пр.р. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р. |

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

| № п/п | Тема раздела | Количество часов | Виды учебной деятельности обучающихся |
|-------|----------------|------------------|---|
| 1. | Личная гигиена | 4 | Рассказывают о правилах соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши). Объясняют правила смены одежды, постельного и постельного белья. Определяют санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом. |
| 2. | Одежда | 8 | Определяют вид ремонта одежды. Называют моющие средства для стирки белья. Рассказывают об устройстве стиральной машины и правила пользования ею. Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины. Различают особенности утюжки одежды из различных тканей, а так же постельного белья, полотенец, скатертей. Характеризуют предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг. Перечисляют правила подготовки вещей к сдаче в чистку. |
| 3. | Питание | 12 | Классифицируют способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов. Определяют последовательность приготовления блюд. Характеризуют возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими. Называют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Рассказывают о правилах пользования столовыми приборами. |

| | | | |
|-----|--------------------|---|--|
| 4. | Семья | 4 | Перечисляют названия тихих и подвижных игр. Объясняют детям младшего школьного возраста правила игры и играют с ними. |
| 5. | Культура поведения | 4 | Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании. Называют правила поведения в гостях. Перечисляют правила вручения и приема подарков. |
| 6. | Жилище | 8 | Называют последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения. Определяют способы и периодичность ухода за окнами. Перечисляют виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Объясняют правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Рассказывают о правилах соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. |
| 7. | Транспорт | 4 | Определяют назначение вокзалов и основных служб вокзалов. Рассказывают о порядке приобретения билетов, порядке сдачи и получении багажа в камере хранения. Перечисляют функции железнодорожного транспорта. Называют виды пассажирских вагонов. Определяют примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния. Различают виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. Называют виды справочных служб. |
| 8. | Торговля | 4 | Характеризуют универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Объясняют назначение магазинов. Перечисляют ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов. Определяют стоимость отдельных товаров. Рассказывают о правилах поведения в магазине. |
| 9. | Средства связи | 4 | Классифицируют виды бандеролей. Рассказывают о порядке отправления бандеролей. Определяют перечень предметов, посылаемых бандеролью. Называют максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Различают виды и способы упаковки бандеролей. |
| 10. | Медицинская помощь | 6 | Определяют состав домашней аптечки. Рассказывают о правилах применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Перечисляют местные лекарственные растения. Объясняют правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах. |

| | | | |
|--------------------|---------------------------------------|---|---|
| 11. | Учреждения, организации и предприятия | 4 | Называют промышленные объекты г. Новокузнецка. Перечисляют названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Классифицируют виды выпускаемой продукции. |
| 12. | Экономика домашнего хозяйства | 6 | Знакомятся с понятие "Деньги", "Семейный бюджет". Перечисляют составные части бюджета семьи. Планируют бюджет семьи. Определяют сколько можно иметь денег на мелкие расходы. |
| Всего 68 ч. | | | |

| № урока | Дата | Тема урока |
|---------|------|--|
| | | I четверть- 18 ч. |
| | | Личная гигиена – 4 ч. |
| 1 | | Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. |
| 2 | | Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. |
| 3 | | Правила сохранения чистоты и здоровья тела. |
| 4 | | Гигиена одежды, нательного и постельного белья. |
| | | Одежда – 8 ч. |
| 5 | | Ремонт разорванных мест одежды, штопка. |
| 6 | | Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. |
| 7 | | Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. |
| 8 | | Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. |
| 9 | | Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. |
| 10 | | Утюжка белья, брюк. Пр.р. |
| 11 | | Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. |
| 12 | | Экскурсия в химчистку. |
| | | Питание – 6 ч. |
| 13 | | Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. |
| 14 | | Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. |
| 15 | | Приготовление закусок. |
| 16 | | Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. |
| 17 | | Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. |
| 18 | | Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. |
| | | II четверть- 14 ч. |
| | | Питание – 6 ч. |
| 19 | | Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. |
| 20 | | Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. |
| 21 | | Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. |
| 22 | | Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. |
| 23 | | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. |
| 24 | | Сервировка стола к обеду. |
| | | Семья– 4 ч. |

| | | |
|----|--|--|
| 25 | | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. |
| 26 | | Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. |
| 27 | | Разучивание тихих и подвижных игр. |
| 28 | | Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р. |
| | | Культура поведения– 4 ч. |
| 29 | | Поведение в гостях. |
| 30 | | Правила поведения при встрече и расставании. |
| 31 | | Подарки. Правила вручения и приемов подарков. |
| 32 | | Изготовление сувенира. Пр.р. |
| | | III четверть- 20 ч. |
| | | Жилище –8 ч. |
| 33 | | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. |
| 34 | | Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. |
| 35 | | Санитарная обработка помещения в случае необходимости. |
| 36 | | Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. |
| 37 | | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. |
| 38 | | Чистка мягкой мебели. Пр.р. |
| 39 | | Животные в доме (кошка, собака, попугай). |
| 40 | | Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома. |
| | | Транспорт- 4 ч. |
| 41 | | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. |
| 42 | | Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. |
| 43 | | Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. |
| 44 | | Экскурсия на железнодорожный вокзал. |
| | | Торговля – 4 ч. |
| 45 | | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. |
| 46 | | Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. |
| 47 | | Экскурсия в промтоварный магазин. |
| 48 | | Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р. |
| | | Средства связи – 4 ч. |
| 49 | | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. |
| 50 | | Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. |
| 51 | | Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. |
| 52 | | Экскурсия на почту. |
| | | IV четверть- 16 ч. |
| | | Медицинская помощь – 6 ч. |
| 53 | | Домашняя аптечка. Термометр. |
| 54 | | Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. |
| 55 | | Лекарственные растения. |
| 56 | | Заваривание травяного настоя. Пр.р. |
| 57 | | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. |
| 58 | | Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р. |

| | | |
|----|--|---|
| | | Учреждения, организации, предприятия - 4 ч. |
| 59 | | Промышленные предприятия, заводы нашего города. |
| 60 | | Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. |
| 61 | | Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. |
| 62 | | Экскурсия на промышленное предприятие. |
| | | Экономика домашнего хозяйства - 6 ч. |
| 63 | | Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. |
| 64 | | Бюджет семьи. Источник дохода. |
| 65 | | Заработная плата членов семьи, пенсия. |
| 66 | | Определение дохода семьи. Пр.р. |
| 67 | | Мелкие расходы. |
| 68 | | Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р. |

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Учебно-практическое оборудование

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

1. Бритвенные принадлежности (станок со съёмными лезвиями, кисточка для бритья)
2. Губки, мочалки из натурального и синтетического волокна для мытья тела
3. Зеркало
4. Зубные щетки, зубные пасты
5. Крем, мыло, шампуни для различных типов волос и кожи, дезодоранты, одеколон
6. Маникюрный набор (ножницы, пилка)
7. Полотенца (для тела, лица, ног)
8. Расчёски, массажные щетки для волос

Раздел «Одежда и обувь»

1. Инструкции по эксплуатации, уходу за одеждой и обувью
2. Крем для обуви, блеск для обуви
3. Образцы взрослой детской обуви из различных материалов
4. Образцы взрослой и детской одежды
5. Образцы тканей
6. Щетки одежные, для чистки обуви, нанесения крема

Раздел «Жилище»

1. Веник
2. Моющие и чистящие средства
3. Шкаф комбинированный для одежды
4. Щетки для мытья стен, радиаторов отопления, для пола

Раздел «Питание»

1. Доски разделочные
2. Набор кухонных ножей
3. Набор мисок
4. Набор столовых приборов
5. Набор эмалированных кастрюль
6. Наборы сервировочные (солонки, горчица, перечница)

Раздел «Транспорт»

1. Знаки дорожного движения
2. Образцы проездных билетов
3. Плакаты с изображением наземного, воздушного, водного транспорта
4. Правила пользования автобусом

Раздел «Охрана здоровья»

1. Географический атлас.

2. Набор лекарственных трав

Технические средства обучения

1. Компьютер.

Научно – методическая литература

1. Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС, 2006
2. Львова С.А., Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. – М., ВЛАДОС, 2005
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012