

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Усть-Удинская средняя общеобразовательная школа № 2»**

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО
Социально-психологической службы
_____ Наумова С.М.
Протокол № 1 от 30.08.2023г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР
_____ Попов О.Г.
От 31.08.2023г.

«Утверждено»

Директор школы
_____ А.Л. Эгго
Приказ № 176/А от 31.08.2023г.

**Адаптированная рабочая программа
по АООП ООО
5, 6 класс**

**Умственная отсталость
(интеллектуальные нарушения)**

**Учебный предмет:
Основы социальной жизни 5, 6 класс
Учитель – Попов О.Г.**

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» разработана для учащейся 3-5 классов на основании следующих документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 2014 г., утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
2. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15.
3. АООП ООО МБОУ «Усть-Удинская СОШ № 2», приказ от 31.08.2022 № 141/А.

Программа курса «Основы социальной жизни» реализует основные положения Концепции о стандартах специального образования.

Цель программы – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

В качестве ведущих можно выделить следующие **задачи** предмета ОСЖ:

- 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;
- Развитие навыков здорового образа жизни; положительные качества и свойства жизни.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальные, коллективные, групповые.

Технология обучения: вводный урок, урок формирования (сообщения) новых знаний, урок формирования и закрепления умений и навыков в обобщающий (повторительно-обобщающий) урок, контрольный урок, комбинированный урок.

Текущий контроль: устный, письменный, индивидуальный, фронтальный, уплотнённый и выборочный, по пройденному материалу, по новому материалу.

Методы, в основе которых лежит способ организации урока:

словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.);

наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.) практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.)

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую

информацию; репродуктивный – воспитанники воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

На уроках используются все **виды наглядности:** *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема пассажирского транспорта).

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСЖ»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы общего образования Федерального государственного образовательного стандарта обучение направлено на достижение обучающимися базовых, личностных и предметных результатов.

Базовые результаты характеризуют уровень сформированности способностей обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

- алгоритмизированное планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
 - получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий, осуществления контроля и коррекции результатов действий;
- умение искать необходимую печатную и электронную информацию;
 - приведение примеров, подбор аргументов, формулирование выводов по обоснованию технико-технологического решения; отражение в устной и письменной форме результатов своей деятельности;
- выявление потребностей, проектирование и создание объектов, имеющих потребительскую стоимость;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
 - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение; формулировать и отстаивать свое мнение;
- самостоятельная организация и выполнение различных практических заданий.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного предмета «ОСЖ»:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного и физического труда;
- бережное отношение к природным и хозяйственным ресурсам;
- готовность к рациональному ведению домашнего хозяйства;
- знание и выполнение санитарно-гигиенических требований, правил безопасной работы;
- организация рабочего места;
- использование приобретённых знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета. Выделяются два уровня овладения предметными результатами:

минимальный - является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью; достаточный - не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень	Достаточный уровень
представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;	знание о способах хранения и переработки продуктов питания; умение составлять меню из предложенных продуктов питания; умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;

	<p>умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара;</p>
<p>соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;</p> <p>знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;</p> <p>знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;</p> <p>знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;</p> <p>знание названий торговых организаций, их видов и назначения;</p> <p>умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;</p> <p>представление о статьях семейного бюджета;</p> <p>коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;</p> <p>представление о различных видах средств связи;</p> <p>знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);</p> <p>знание названий организаций социального назначения и их назначение;</p>	<p>умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук т.д.;</p> <p>умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;</p> <p>усвоение морально-этических норм поведения; навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.п.);</p> <p>умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;</p> <p>умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет -средствами;</p> <p>знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчёт;</p> <p>составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;</p>

Базовые учебные действия:

Личностные:

- осознать себя как ученика, заинтересованного обучением, занятиями;
- проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Регулятивные:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса;
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать, выходить из-за парты и т.д.)
- работать с учебными принадлежностями, организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами.

Познавательные:

- ориентироваться в своей системе знаний;
- отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- наблюдать;

Коммуникативные:

- слушать и понимать речь других;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности в быту;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Общая характеристика предмета.

Социальная адаптация представляет собой один из механизмов социализации, позволяющей личности активно включаться в структурные элементы социальной среды, т.е. посылно участвовать в труде и общественной жизни производственного коллектива, приобщаться к социальной и культурной жизни общества, устраивать свой быт в соответствии с нормами и правилами общежития. Социальная адаптация – это непрерывный процесс, в котором взаимодействуют личность и общество.

Хотя социальную адаптацию обучающихся обеспечивает изучение всех предметов, входящих в учебный план специальных (коррекционных) классов, направленное формирование социально-бытовой компетентности осуществляется в ходе ОСЖ. Программа по предмету составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений.

Практические работы – 2 часа

Работа в таблице. Написание адреса на конверте или открытке.

Торговля – 2 часа

Виды торговых предприятий. Правила приобретения продовольственных товаров. Маркировка продовольственных товаров.

Практические работы - 2 часа

Работа в таблице. Экспертиза продуктов.

№	Наименование раздела	Количество часов	Количество практических работ
1	Введение	1	
2	Транспорт	3	1
3	Личная гигиена	8	5
4	Одежда и обувь	4	2
5	Питание	8	7
6	Культура поведения	3	1
7	Семья	2	2
8	Жилище	3	2
9	Торговля	2	2
	Итого	34	21

Материал программы расположен по принципу усложнения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей ит.д.

Программа 5 класс

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в четверти				Количество часов в год
		I	II	III	IV	
5	1	8	7	10	8	33

1. Личная гигиена – 4 часа
2. Одежда и обувь – 4 часа
3. Питание – 8 часов
4. Семья – 3 часа
5. Культура поведения - 3 часа
6. Жилище -3 часа
- 7.Транспорт – 1 час
8. Торговля – 2 часа
9. Почтовый адрес – 1 час
10. Правила дорожного движения - 1час
11. Обобщение пройденного материала. Тестирование. – 5 часов

Практические работы

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос, выполнение вечернего туалета, чистка ушей; заполнение почтового адреса на открытках, приготовление бутербродов, салата, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к чаю, чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды; изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе; чистка и сушка повседневной одежды, обуви, составление генеалогического дерева, составление правил поведения в общественных местах, транспорте; работа на пришкольном участке.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№	Тема урока	Часы	Дата	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Введение	1		Что такое «Основы социальной жизни».
Транспорт – 3 часа				
2	Виды транспортных средств	1		Просмотр презентации «Виды транспортных средств», заполнение таблицы. Работа с раздаточным материалом на установления соотношения названия транспортного средства с изображением на картинке. Выполнение тестового задания.
3	Правила дорожного движения	1		Слушание рассказа учителя. Выполнение задания на карточке (определяют слово и его значение). Работа с иллюстрациями, ответы на вопросы. Выполнение тестового задания.
4	Обобщение по теме «Правила дорожного движения» Практическая работа «Зарисовка знаков дорожного движения»	1		Беседа по вопросам . Работа по карточкам (дорожные знаки). Зарисовка знаков дорожного движения.
Личная гигиена – 8 часов				
5	Выполнение гигиенических процедур Практическая работа «Мытье рук»	1		Беседа по вопросам с опорой на жизненный опыт. Работа со словарной статьей, запись определения что такое гигиена в тетрадь (самостоятельно). Выполнение практической работы.
6	Личные вещи. Содержание в порядке личных вещей. Практическая работа «Очистка расчески от грязи»	1		Беседа по вопросам. Работа с иллюстрациями. Работа с карточками «Советы» (по уходу за собой). Выполнение практической работы.
7	Уход за руками и ногами	1		Читают отрывок из рассказа Е.Пермяка «Для чего руки нужны». Работа с пословицами. Работа с памяткой по уходу за ногами.
8	Уход за зубами. Практическая работа «Выбор зубной щетки, чистка зубов»	1		Просмотр презентации, видеоролика. Работа со словарем (находим термины в словаре и записываем в тетрадь их значение (эмаль, зуб, корень, коронка, шейка)). Выполнение практической работы.
9	Гигиена зрения Практическая работа «Расположение настольной лампы	1		Просмотр презентации(видео), отвечают на вопросы. Работа с раздаточным материалом. Выполнение

	на рабочем столе»			практической работы.
10	Уход за волосами. Практическая работа «расчесывание волос»	1		Просмотр презентации(видео), беседа по вопросам. Работа с памяткой «Как правильно мыть голову». Выполнение практической работы
11	Курение и здоровье	1		Просмотр видеофильма о вреде курения, ответы на вопросы. Рисование запрещающего знака.
12	Алкоголь и здоровье	1		Слушание рассказа учителя, записывают в тетрадь словарное слово. Работа с раздаточным материалом.
Одежда и обувь – 4 часа				
13	Одежда, головные уборы, обувь их назначение.	1		Самостоятельная работа по сопоставлению одежды со временем года. Беседа с опорой на жизненный опыт. Просмотр презентации (видео), ответы на вопросы.
14	Правила и приемы ухода за одеждой и головными уборами. Практическая работа «Выбор легкой одежды, размещение в шкафу. Складывание вязанных вещей в шкаф».	1		Беседа по вопросам. Работа с иллюстрациями. Выполнение практической работы.
15- 16	Правила и приемы ухода за обувью. Практическая работа «Повседневный уход за обувью, чистка».	2		Беседа по вопросам. Заполнение таблицы «Виды обуви». Работа с памяткой «Правила ухода за обувью».
Питание – 8 часов				
17- 18	Значение питания в жизни человека. Состав продуктов питания.	2		Слушание рассказа учителя «Для чего нужна человеку пища». Работа в таблице «Классификация продуктов питания». Просмотр презентации «Состав продуктов питания», ответы на вопросы.
19	Место приготовления пищи Знакомство с кухней.	1		Просмотр презентации «Требования к оборудованию кухни», беседа по вопросам.
20	Кухонная посуда и приспособления. Мытье посуды.	1		Просмотр презентации «Кухонная и столовая посуда», беседа по вопросам. Практическая работа.
21	Напитки. Приготовление чая.	1		Просмотр презентации «Напитки», заполнение таблицы «Напитки». Выполнение практической работы.
22- 23	Правила безопасности на кухне.	2		Правила безопасности работы у плиты. Работа с памяткой «Правила безопасной работы с ножом». Просмотр презентации (видео), ответы на вопросы.

24	Сервировка стола.	1		Просмотр презентации (видео) «Сервировка стола». Выполнение практической работы.
Культура поведения – 3 часа				
25	Осанка. Форма исправления осанки. Практическая работа «Проверка своей осанки»	1		Слушание рассказа учителя. Выполнение практической работы. Работа с памяткой «Как сохранить осанку».
26	Форма обращения к старшим и сверстникам.	1		Беседа по теме «История происхождения традиционных приветствий у разных народов». Обсуждение ситуаций.
27	Правила поведения за столом	1		Слушание рассказа учителя «Немного истории об этикете». Обсуждение проблемных ситуаций.
Семья – 2 часа				
28	Семья, родственные отношения. Практическая работа в таблице.	1		Слушание рассказа учителя, ответы на вопросы. Заполнение таблицы «Мои родственники». Составление генетического древа.
29	Взаимоотношения всех членов семьи.	1		Слушание рассказа учителя, ответы на вопросы по теме, формулировка вывода. Сообщения о своей родословной.
Жилище – 3 часа				
30	Виды жилья. Виды жилых помещений.	1		Дети слушают рассказ учителя «Что такое дом», отвечают на вопросы. Просмотр презентации «Виды жилищ», запись в тетрадь терминов.
31	Обычаи и обряды связанные со строительством дома, новоселье.	1		Просмотр презентации(видео), ответы на вопросы.
32	Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес. Практическая работа «Написание адреса на конверте или открытке».	1		Слушание учителя, просмотр презентации, работа по вопросам, формулировка выводов. Выполнение практической работы.
Торговля – 2 часа				
33	Виды торговых предприятий. Практическая работа в таблице.	1		Просмотр презентации и заполнение таблиц.
34	Правила приобретения продовольственных товаров и их маркировка	1		Просмотр презентации, заполнение таблицы. Чтение правил по цепочке.

6 класс
Календарно- тематическое планирование

№ урока	Дата	Тема урока	Примечания
		I четверть- 8 ч.	
		Личная гигиена – 2 ч.	
1		Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	
2		Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	
		Одежда – 3 ч.	
3		Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	
4		Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	
5		Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р.	
		Питание – 3 ч.	
6		Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	
7		Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	
8		Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	
		II четверть- 7 ч.	
		Питание – 2 ч.	
9		Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	
10		Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.	
		Семья– 2 ч.	
11		Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	
12		Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста.	

		Культура поведения– 3 ч.	
13		Поведение в гостях.	
14		Правила поведения при встрече и расставании.	
15		Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	
		III четверть- 10 ч.	
		Жилище –4 ч.	
16		Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	
17		Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	
18		Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	
19		Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	
		Транспорт- 2 ч.	
20		Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	
21		Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	
		Торговля – 2 ч.	
22		Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	
23		Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	
		Средства связи – 2 ч.	
24		Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	
25		Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	
		IV четверть- 8 ч.	
		Медицинская помощь – 3 ч.	
26		Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	
27		Лекарственные растения.	
28		Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	
		Учреждения, организации, предприятия - 2 ч.	
29		Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	
30		Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	

		Экономика домашнего хозяйства - 3 ч.	
31		Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	
32		Бюджет семьи. Источник дохода.	
33		Заработная плата членов семьи, пенсия.	

Учебно-методическое обеспечение

1. Программа для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений 8 вида под редакцией доктора педагогических наук В.В. Воронковой Сб.1. – М.: «Просвещение», 2006.
2. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных классах ОУ 8 вида: пособие для учителя. – М.: Владос, 2014.
3. Пособие «Учимся жить самостоятельно. Методические рекомендации для педагогов специальных (коррекционных) образовательных учреждений по организации занятий СБО». – Сыктывкар, 2008.

Технические средства обучения

1. Мультимедийный проектор
2. Компьютер
3. Мультимедийная доска

График тестирования по ОСЖ в 5 классе

№	Наименование	Вид деятельности	Планируемая дата
1	Итоговая проверочная работа за I четверть	Тестирование	28 октября
2	Итоговая проверочная работа за II четверть	Тестирование	30 декабря
3	Итоговая проверочная работа за III четверть	Тестирование	24 марта
4	Итоговая проверочная работа за IV четверть	Тестирование	12 мая
5	Итоговая проверочная работа за год	Тестирование	26 мая
6	Экскурсии	Экскурсия	по плану

Тестирование за 1 четверть.

Вопросы и задания	Варианты ответов
1. Что такое ОСЖ?	О - С - Ж -
2. Зачем нужен урок социально-бытовой ориентировки?	Выбери один вариант ответа. а) учиться самостоятельной жизни б) учиться читать и писать
3. Личная гигиена – это.....	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) уход за волосами; б) уход за руками; в) уход за телом; г) уход за квартирой.
4. Когда нужно мыть руки?	Выбери один вариант ответа. а) утром; б) вечером; в) в течение дня; г) один раз в день.
5. Что должно быть личным?	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) туалетная бумага; б) зубная щетка; в) носовой платок; г) расческа.
6. Какая одежда нужна на каждый день?	Выбери один вариант ответа. а) праздничная; б) спортивная; в) повседневная; г) домашняя.
7. Обувь нужно.....	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) сушить; б) гладить; в) чистить.

Тестирование за 2 четверть

Вопросы задания.	Варианты ответов.
1. Место приготовления пищи - это...	Выбери один вариант ответа. а) спальня; б) прихожая; в) кухня; г) гостиная.
2. Кухонная посуда – это...	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) сковорода; б) блюдо; в) чайник; г) кастрюля.
3. Столовые приборы - это...	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) нож; б) вилка; в) тарелка; г) ложка.
4. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана...	Выбери один вариант ответа. а) расстановка; б) сервировка; в) установка;
5. Грязную посуду нужно мыть...	Выбери один вариант ответа. а) вечером; б) сразу после еды; в) один раз в день; г) утром.
6. Является ли бутербродом хлеб с маслом?	Выбери один вариант ответа. а) да б) нет
7. Какие бутерброды бывают, отметь все правильные ответы.	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) открытые б) раскрытые в) закрытые г) простые д) сложные
8. Как называется блюдо, приготовленное из яиц и молока?	Выбери один вариант ответа. а) глазунья б) омлет
9. Правила заваривания чая. Расставь цифры в порядке выполнения работ.	Расставь цифры в порядке выполнения работ. - ополосни чайник кипятком; - залей на половину кипятком и накрой чайник полотенцем или салфеткой; - положи в чайник чай из расчёта 1ч.л. на 1 чашку чая; - чай готов; - через 5 минут долей до полного объёма.

Тестирование за 3 четверть.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Как называется принятый порядок поведения?	Выбери один вариант ответа. а) этикет б) паркет в) этика
2. В музее необходимо...	Найди и подчеркни правильные ответы. а) трогать руками экспонаты; б) слушать экскурсовода; в) шуметь; г) громко разговаривать.
3. В зрительном зале на своё место в ряду проходим...	Выбери один вариант ответа. а) спиной к сидящим; б) лицом к сидящим; в) как удобно мне.
4. Жилое помещение – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) квартира; б) сарай; в) дом; г) киоск.
5. Напиши свой адрес.	Город – Улица – Дом – Квартира-

Тестирование за 4 четверть

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Виды городского транспорта.	Найди и подчеркни правильные ответы. -автобус, поезд, трамвай, троллейбус, катер, метро, такси.
2. Что нельзя делать в автобусе?	Выбери один вариант ответа. а) провозить собаку; б) отвлекать водителя; в) уступать место
3. Как правильно перейти улицу?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) по пешеходному переходу б) на красный свет светофора в) когда нет машин г) на зеленый свет светофора
4. Где покупают и продают товары?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) в магазине; б) в доме. в) на рынке; г) в киоске.
5. В продуктовых магазинах торгуют.....	Выбери один вариант ответа. а) одеждой; б) игрушками; в) обувью; г) продуктами питания.
6. В молочном магазине можно купить...	Допиши ответ: молоко,
7. Что должен дать продавец покупателю?	Выбери один вариант ответа. а) талон; б) билет; в) чек; г) документ.
8. Где пишут о сроке годности продукта?	Выбери один вариант ответа. а) на чеке; б) на этикетке; в) на упаковке; г) на ценнике.

Итоговое тестирование за год.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Что такое ОСЖ?	О - С - Ж -
2. Зачем нужен урок основы социальной жизни?	Выбери один вариант ответа. а) учиться самостоятельной жизни б) учиться читать и писать
3. Личная гигиена – это.....	Выбери один вариант ответа. а) уход за квартирой; б) уход за собой и своими вещами; в) приготовление пищи; г) уход за мебелью.
4. Какая одежда нужна на каждый день?	Выбери один вариант ответа. а) праздничная; б) домашняя; в) повседневная; г) спортивная.
5. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана	Выбери один вариант ответа. а) расстановка; б) сервировка; в) установка.
6. Жилое помещение – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) квартира; б) сарай; в) дом; г) киоск.
7. Виды городского транспорта.	Найди и подчеркни правильные ответы. а) автобус, б) поезд, в) трамвай, г) троллейбус, д) катер, е) такси.
8. Где покупают и продают товары?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) в магазине; б) в доме; в) на рынке; г) в киоске.

Описание материально-технических ресурсов, учебно-методического обеспечения образовательной деятельности.

Материально-техническое обеспечение.

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная доска
- Интернет-ресурсы:
- nsportal.ru>sait-uchitelei-sbo
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/>
- <http://old.internet-school.ru>(интернет-школа)
- <http://festival.1september.ru/>
- <https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki>
- <https://pedsovet.org/publikatsii/korreksionnoe-obrazovanie/sotsialno-bytovaya-orientirovka>
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher>
- Компьютерные презентации к урокам
- Кабинет для приготовления пищи

1. Воронкова, В. В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: учебное пособие / В.В. Воронкова. - М.: «Владос»,2006.
2. Гладкая, В. В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: учебное пособие / В.В. Гладкая. - М.: НЦЭНАС,2003.
3. Девяткова, Т. А. Социально - бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида: учебное пособие / Т.А. Девяткова. - М.: «Владос»,2004.
 11. Л.А.Бабушкина «СБО, поурочные планы по программе В.В. Воронковой, 5 класс» (Волгоград, Учитель,2013),
 12. С.А.Львова «Практический материал к урокам СБО в СКОШ VIII вида» (Москва, Владос,2005),
 13. В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; учебное пособие; (Москва, Владос,2014),
- З.Н. Миронюк, Н.А. Ивершина, «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; рабочая тетрадь; (Москва, Владос,2014)

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Коррекционная работа	Практическая работа
1	«Личная гигиена»	4	Развитие памяти на основе запоминания последовательности выполнения приемов закаливания. Формирование стойких гигиенических навыков.	Обтирание тела, выполнение физических упражнений. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук
2	«Одежда и обувь»	1	Развитие мелкой моторики. Коррекция мыслительных процессов на основе упражнений в планировании и дальнейшем выполнении работы по намеченному плану.	Пришивание пуговиц, подшивание брюк. Стирка и глажение изделий из х/б тканей вручную.
3	«Питание»	3	Развитие памяти и внимания при приготовлении блюд. Развитие внимания и логического мышления при подборе рецептов.	Мытье посуды. Приготовление молочной каши. Приготовление омлета. Приготовление бутербродов, салатов (рецепт приготовления). Заваривание чая.
4	«Семья»	1	Развитие памяти на основе запоминания родственных отношений в семье. Активизация речи на основе упражнений в составлении рассказа.	Сведения о родителях и других членах семьи.
4	«Культура поведения»	1	Развитие памяти и внимания на основе упражнений в запоминании правил. Развитие мышления при решении ситуационных задач.	Экскурсия в библиотеку. Работа библиотекаря.
5	«Жилище»	2	Коррекция памяти и внимания на основе упражнений в запоминании, сравнении, классификации. Развитие моторики при работе с пылесосом.	Уборка жилого помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал и посуды, утепление окон.

7	«Транспорт»	1	Развитие памяти и внимания на основе упражнений в классификации и различении.	Правила дорожного движения. Правила поведения на проезжей части и в общественном транспорте.
8	«Торговля»	3	Коррекция памяти и внимания на основе наблюдений, запоминании, различении. Активизация внимания на основе упражнений в выборе, покупке и оплате товара.	Экскурсия в магазин. Приобретение товара, проверка чека и сдачи.
9	«Средства связи»	3	Активизация мыслительных процессов на основе упражнений в запоминании, различении, классификации. Коррекция памяти и внимания при написании адреса.	Экскурсия на почту. Заполнение адреса на конверте, отправление письма.
10	«Медицинская помощь»	4	Развитие памяти и внимания при подборе видов доврачебной помощи в зависимости от ситуации. Активизация мыслительных процессов на основе упражнений в запоминании, различении, классификации.	Экскурсия в аптеку. Знакомство с работой фармацевта.
11	«Учреждения, организации и предприятия»	1	Активизация мыслительных процессов на основе упражнений в запоминании, различении.	Различия дошкольного, школьного учреждений.
12	Повторение	1	Закрепление полученных навыков и умений.	Подведение итогов.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОСЖ

6 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Номер пункта	Кол-во час.	Дата по плану	Дата фактич.		Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
					§ 1. Личная гигиена	
1	1				Значение и содержание предмета ОСЖ. Правила техники безопасности на уроке ОСЖ.	Соблюдать правила техники безопасности на уроке ОСЖ. Последовательно выполнять утренний и вечерний туалет: выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках, на ногах, стирать индивидуальные личные вещи; беречь зрение; корректно отказываться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя.
2	1				Выполнение гигиенических процедур. Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	
3	1				Осанка. Формы исправления осанки. Гигиена зрения, его значение в жизни человека. Уход за волосами.	Выполнять требования к осанке при ходьбе и следить за ней, в положении сидя и стоя. Применять правила освещенности

4	1			Пагубное влияние курения и алкоголя на здоровье человека	рабочего места; охраны зрения при чтении, просмотре телепередач; знать о вреде курения, алкоголя.
				§ 2. Одежда и обувь	
5	1			Значение одежды для сохранения здоровья человека. Правила и приемы ухода за одеждой. Ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	Различать виды одежды, головных уборов, обуви. Подбирать одежду, обувь, головные уборы по сезону; подготавливать одежду и обувь к хранению. Ухаживать за одеждой, головными уборами, обувью.
				§ 3. Питание	
6	1			Значение питания в жизни человека Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Режим питания.	Придавать значение питанию; применять правила безопасной работы режущими инструментами; знать виды блюд, не требующих тепловой обработки; правила сервировки стола, правила мытья посуды и

7	1			Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки (салаты, бутерброды)	уборки помещения. Прочитать рецепт блюда и подобрать продукты для его приготовления; нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
8	1			Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Правила поведения за столом.	Соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами. Применять правила поведения за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу.
				§ 4. Семья	
9	1			Семья, родственные отношения в семье. Взаимоотношения всех членов семьи	Ценить родственные отношения в семье; различать состав семьи (отца, мать, брата, сестру), имена, отчества, фамилии и возраст их. Записывать имя, отчества, фамилию членов семьи; выполнять правила поведения в семье.
				§5. Культура поведения	

10	1			Формы обращения к старшим и сверстникам.	Вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым.
				§ 6. Жилище	
11	1			<p>Виды жилых помещений в городе и селе</p> <p>Виды жилья: собственное и государственное</p> <p>Варианты квартир и подсобных помещений. Почтовый адрес дома, школы</p>	<p>Знать виды жилых помещений в городе и селе, их различия; почтовый адрес своего дома и школы; правила организации рабочего места школьника. Записывать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах; соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении. Знать свой почтовый адрес</p>
12	1			Организация рабочего места школьника	
				§7. Транспорт	

13				<p>Виды транспортных средств</p> <p>Поведение в транспорте и на улице</p> <p>Правила дорожного движения</p>	<p>Знать основные транспортные средства; правила дорожного движения; выбирать наиболее рациональный маршрут проезда до школы;</p> <p>Соблюдать правила поведения в общественном транспорте; правила дорожного движения;</p> <p>Различать знаки ДД.</p>
				§ 8. Торговля	
14	1			<p>Виды торговых предприятий</p> <p>Продуктовые магазины и их отделы. Экскурсия в магазин. Совершение покупок в продуктовом магазине.</p>	<p>Распознавать виды магазинов; назначение продуктовых магазинов; знать правила поведения в магазине; правила покупки товаров; стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 видов круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.</p> <p>Выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; оплачивать и проверять чек и сдачу; культурно вести себя с работниками торговли.</p>
15	1		Специализированные магазины		
16	1		<p>Срок годности, стоимость</p> <p>Хранение товаров фасованных и в развес, разлив</p>		
				§ 9. Средства связи	
17	1			Виды почтовых отправлений. Виды	Знакомство с работой почтальона.

					писем.	Заполнять адрес на конверте. Знать виды почтовых отправлений.
18	1				Адрес на конверте (практическая работа).	
19	1				Почта. Работа почтальона. Экскурсия в почтовое отделение. Отправление письма.	
					§ 10. Медицина	
20	1				Виды медицинских учреждений и их работники.	Называть виды медицинских учреждений и их работников. Знать виды медицинской помощи. Действия при оказании первой медицинской помощи, применение аптечки. Уметь измерять температуру. Профилактика глистных заболеваний.
21	1				Виды медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи при неглубоких ранах и порезах.	
22	1				Домашняя аптечка. Предупреждение глистных заболеваний.	
23	1				Измерение температуры (практическая работа). Уход за больными.	
					§ 11. Учреждения, организации и предприятия.	
24	1				Дошкольные и школьные учреждения. Предприятия. Их	Различать дошкольные и школьные

					значение.	учреждения. Экскурсия в детский сад.
25	1				Повторение. Итоговый урок.	
					Итого:	25 часов