

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Комитет образования, науки и молодёжной политики
Волгоградской области
отдел по образованию Дубовского муниципального района
МКОУ Горнобалыклейская СП Дубовского муниципального
района

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР


Кузнецова С. В.
Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы


Павлова Л. Н.
Приказ № от «30»
августа 2024 г.

Рабочая адаптированная программа
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

по предмету

"Основы социальной жизни"

7 класс

Кол-во часов:34

Составитель: учитель технологии Дергачева Ю. В

С. Горный Балыклей 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа по учебному предмету « Основы социальной жизни»» 7 класс составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- АООП МКОУ Горнобалыклейской СШ;
- Учебный план для учащихся 7 класса для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в условиях введения ФГОС в МКОУ Горнобалыклейской СШ

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» для обучающихся 5-7-х классов является приложением к адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 и разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - Стандарт) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАОП УО (ИН)).

Содержание программы учебного предмета реализуется в полном объеме, результаты обеспечиваются не ниже, указанных в ФАОП УО (ИН).

Программа составлена на основе Примерной рабочей программы по основам социальной жизни 5-й и 6-й классы (автор Комарова С.В.) — Москва: Просвещение, 2023. и на основе авторской программы «Социально-бытовая ориентировка» С.А.Казаковой, сборник Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой. - М.: Изд. Центр ВЛАДОС, 2014.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» регламентировано Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее — ФГОС) и Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) (далее — АООП).

ФГОС относит к особым образовательным потребностям, характерным для обучающихся с лёгкой степенью умственной отсталости, введение учебных предметов, способствующих формированию представлений о природных и социальных компонентах окружающего мира, а также овладение разнообразными видами, средствами и формами коммуникации, обеспечивающими успешность установления и реализации социокультурных связей и отношений обучающегося с окружающей средой (п. 1.6). «Основы социальной жизни» — один из предметов, непосредственно обеспечивающих формирование у детей с интеллектуальной недостаточностью практических жизненных компетенций, соответственно требованиям ФГОС.

Курс «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку

обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдалённом социуме. Для достижения поставленной цели в центре внимания учителя на уроках «Основы социальной жизни» должны быть два взаимосвязанных направления работы: формирование практических знаний и умений, необходимых для организации быта и успешной трудовой деятельности в местности, где живут школьники, а также расширение коммуникативных умений обучающихся, что обеспечит им возможность успешно адаптироваться в интенсивно меняющемся социуме, в том числе обогащать знания и умения по мере технического прогресса.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные цели образовательно-коррекционной работы состоят в следующем:

- систематизация и расширение знаний учащихся о себе и ближайшем социуме;

- совершенствование речевых и коммуникативных умений школьников в части общения на учебные и бытовые темы;
- воспитание положительных качеств и свойств личности, культуры здорового образа 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 с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ

ПЛАНЕ

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 7 класс в объеме 204 учебных часа за 3 года обучения.

- в 5 классе- 2 часа в неделю, 68 часов в год;
- в 6 классе- 2 часа в неделю, 68 часов в год;
- в 7 классе- 2 часа в неделю, 68 часов в год;

Всего по курсу обучения - 204 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В 5 КЛАССЕ

АООП определены для изучения в курсе «Основы социальной жизни» следующие разделы: «Личная гигиена и здоровье»; «Охрана здоровья»; «Жилище»; «Одежда и обувь»; «Питание»; «Транспорт»; «Средства связи»; «Предприятия, организации, учреждения»; «Семья».

В 5 классе учащиеся знакомятся со следующими темами и соответствующим учебным материалом:

«Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека».

Утренний и вечерний туалет: содержание, значение, правила и приёмы выполнения. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

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

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

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

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

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

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес.

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Ежедневная уборка.

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

«Значение опрятного вида человека».

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

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

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей.

Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

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

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды.

Общественный транспорт. Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте.

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

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

В 6 КЛАССЕ

Учащиеся знакомятся со следующими темами и соответствующим учебным материалом.

Жилище.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространённые болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

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

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

Питание

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование чёрствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и её значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

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

Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчёт продуктов для завтрака. Посуда.

Транспорт

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

Семья

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

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

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

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

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

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

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

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды.

Общественный транспорт. Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте.

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

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

В 7 КЛАССЕ

Курс предмета «Основы социальной жизни» включает в себя разделы:

«Культура поведения», «Жилище», «Питание», «Одежда. Обувь», «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», «Личная гигиена», «Медицина», «Семья», «Экономика домашнего хозяйства», «Учреждения. Организации».

Раздел «Личная гигиена» включает элементарные сведения о соблюдении чистоты, о правилах и приемах ухода за кожей, волосами, о пагубных привычках, влияющих на здоровье.

Раздел «Одежда. Обувь» обогащает и корректирует знания обучающихся о необходимости своевременного ухода за обувью, одеждой, их правильному хранению и носке.

Раздел «Питание» включает элементарные сведения о пищевых продуктах, соблюдении чистоты при работе с пищевыми продуктами. Расширяет и закрепляет знания обучающихся о правильном питании.

Раздел «Культура поведения» расширяет и закрепляет знания обучающихся о правилах хорошего тона, правилах общения со старшими и сверстниками, в семье, с соседями.

Раздел «Жилище» включает изучение названий жилых помещений, способов ухода за ними, изучаются возможности рациональной расстановки мебели, сохранение жилищного фонда.

Раздел «Семья» знакомит обучающихся с условиями планирования и создания семьи, родственными отношениями и правилами взаимопомощи между близкими людьми.

«Экономика домашнего хозяйства» направлено на формирование знаний обучающихся о ведении домашнего хозяйства, планировании семейного бюджета, видов

источников дохода.

Раздел «Транспорт» знакомит обучающихся с различными видами транспорта, с культурой поведения в транспорте.

Раздел «Торговля» дает возможность узнать о порядке приобретения, сдачи и обмена товаров по чеку, о правилах торговли.

Раздел «Средства связи» включает изучение видов почтовых отправлений, телефонной связи, культуры разговора по телефону, формирует умение правильно оформлять и отправлять почтовые отправления, производить оплату за телефон, телеграммы, переговоры.

Раздел «Медицинская помощь» включает ознакомление обучающихся с оказание первой доврачебной помощи, ознакомление с лекарственными растениями.

Раздел «Учреждения, организации» включает ознакомление обучающихся с видами дошкольных учреждений, гимназии, дом творчества, медицинские учреждения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ПО ИТОГАМ ОБУЧЕНИЯ

В 5 КЛАССЕ

Освоение обучающимися с умственной отсталостью образовательной программы предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных. Причём, 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.

Предметные результаты

Предметные результаты образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

Освоение курса «Основы социальной жизни» в 5 классе предполагает овладение следующими предметными результатами на соответствующих уровнях:

Минимальный уровень:

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- представления о некоторых группах продуктов питания;
- приготовление несложных видов блюд под руководством взрослого;
- представления о различных видах средств связи, использование под руководством взрослого доступных средств связи для решения практических задач;
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах;
- соблюдение правил поведения в транспорте.

Достаточный уровень:

- соблюдение правил личной гигиены, в том числе по уходу за полостью рта, кожей рук и ног;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.);
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

Личностные результаты

Изучение программы «Основы социальной жизни» в 5 классе ориентировано на

целенаправленное достижение следующих личностных результатов:

1. формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
2. овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
3. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
4. овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
5. формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
6. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

В 6 КЛАССЕ

Личностные результаты освоения ПрАООП включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. Именно личностным результатам принадлежит ведущее место в структуре планируемых результатов обучения, поскольку 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.

Предметные результаты освоения ПрАООП включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. ПрАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Освоение курса «Основы социальной жизни» в 6 классе предполагает овладение следующими предметными результатами на соответствующих уровнях.

Минимальный уровень:

- представления о продуктах питания, относящихся к отдельным группам (хлеб, хлебобулочные изделия, специи, приправы, чай, кофе, яйца), понимание их значения для здоровья человека;
- приготовление под руководством учителя несложных видов блюд для завтрака;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- соблюдение изученных правил ухода за одеждой в повседневной жизни;
- знание названий некоторых предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- знание названий некоторых торговых организаций и их назначения;
- соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, социально-досуговых учреждениях).

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания (хлеб, хлебобулочные изделия, крупы, яйца, чай, кофе, приправы, специи);
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд на завтрак;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытьё посуды);
- пользование средствами связи для решения практических житейских задач.

Изучение программы «Основы социальной жизни» в 6 классе ориентировано на

целенаправленное достижение следующих личностных результатов:

- воспитание уважительного отношения к мнению педагогов, одноклассников, членов своей семьи;
 - развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
 - совершенствование навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
 - расширение спектра социально-бытовых навыков, необходимых в повседневной жизни;
- дальнейшее развитие коммуникативных навыков и умения пользоваться принятыми нормами социального взаимодействия;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социальнозначимых мотивов учебной деятельности;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

В 7 КЛАССЕ

Обучающиеся должны знать:

- Элементарные сведения о соблюдении чистоты, о правилах и приемах ухода за кожей, волосами, о пагубных привычках, влияющих на здоровье.
 - О необходимости своевременного ухода за обувью, одеждой, их правильному хранению и носке.
 - Элементарные сведения о пищевых продуктах, соблюдении чистоты при работе с пищевыми продуктами. Расширяет и закрепляет знания обучающихся о правильном питании.
 - О правилах хорошего тона, правилах общения со старшими и сверстниками, в семье, с соседями.
 - Изучение названий жилых помещений, способов ухода за ними, изучаются возможности рациональной расстановки мебели, сохранение жилищного фонда.
 - Условия планирования и создания семьи, родственные отношения и правила взаимопомощи между близкими людьми.
 - О ведении домашнего хозяйства, планировании семейного бюджета, видов источников дохода.
 - Различные виды транспорта, культура поведения в транспорте.
 - О порядке приобретения, сдачи и обмена товаров по чеку, о правилах торговли.
 - Изучение видов почтовых отправлений, телефонной связи, культуры разговора по телефону, умение правильно оформлять и отправлять почтовые отправления, производить оплату за телефон, телеграммы, переговоры.
 - Ознакомление обучающихся с оказанием первой доврачебной помощи, ознакомление с лекарственными растениями.
 - Ознакомление обучающихся с видами дошкольных учреждений, гимназии, дом творчества, медицинские учреждения.
- Обучающиеся должны уметь:
- правильно ухаживать за своим телом;
 - следить за своим внешним видом;
 - знать правила поведения;

- формы обращения, просьбы;
- учитывать и соотносить место нахождения с внешним видом;
- соблюдать правила поведения в транспорте и т.д.
- уметь применять правила техники безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.
- уметь пользоваться традиционными народными рецептами для приготовления блюд;
- различать наиболее распространённые профессии текстильной и швейной промышленности;
- уметь определить местонахождение предприятий бытового обслуживания;
- владеть правилами экономии, расчет расходов;
- пользоваться видами страхования;
- использовать опыт оценки возможностей построения профессиональной карьеры: самодиагностика склонностей и способностей, проба сил в различных сферах профессиональной деятельности, построение планов профессионального образования и трудоустройства.
- владеть правилами экономии, расчет расходов;
- пользоваться видами страхования;

использовать опыт оценки возможностей построения профессиональной карьеры: самодиагностика склонностей и способностей, проба сил в различных сферах профессиональной деятельности, построение планов профессионального образования и трудоустройств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 5-7-Х КЛАССОВ

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Вводный урок								
1.1	Вводное занятие	1	0	0		Знакомство учащихся с новым предметом, учебными пособиями, учебным кабинетом. / Игры-знакомства; беседа; работа с учебником; экскурсия по предметному кабинету; творческая работа (работа в тетради)		https://chudo-udo.info/
Итого по разделу		1	0	0				
Раздел 2. Личная гигиена и здоровье								
2.1	Забота о себе	2	0	0		Практическое знакомство с понятием «здоровье человека» (как сочетание физического и психологического (социального) благополучия). / Беседа «Как я забочусь о себе?»; работа с учебником — систематизация представлений по теме урока с опорой на иллюстрации учебника; работа в подгруппах; игровое задание «Эстафета заботы»	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
2.2	Правила личной гигиены	2	0	1		Личная гигиена. Значение личной гигиены для здоровья человека Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Выполнение утреннего и вечернего туалета:, мытье рук, лица, ушей, чистка зубов, Выполнение вечернего туалета, чистка ушей.	Устный опрос.	https://videouroki.net/razrabotki/tema-uroka-pravila-lichnoi-ghighiieny-i-zdorov-ia.html
2.3.	Утренняя гимнастика	2	0	0		Расширение представлений о правилах выполнения утренней гимнастики, воспи-	Письменный контроль;	https://www.yaklass.ru/p

						тание потребности в двигательной активности. / Беседа, работа с учебником для актуализации и расширения представлений о значении утренней гимнастики для активности в течение дня и здоровья в целом, о правильной организации гимнастики по утрам; выполнение различных упражнений из комплексов утренней гимнастики	Устный опрос.	
2.4	Закаливание	2	0	0		Уточнение и расширение представлений о безопасном закаливании различными доступными способами. / Беседа о закаливании с целью актуализации представлений школьников; рассказ учителя с опорой на иллюстративный материал, работа с учебником; закрепление — работа в тетради, игровое задание «Если хочешь быть здоров»	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklas.ru/p
2.5	Забота о руках	1	0	0		Знакомство с основными процедурами защиты кожи рук и ногтей от негативных воздействий. / Обсуждение проблемного вопроса: «Нужна ли рукам забота? Почему?»; беседа для уточнения представлений школьников; работа с учебником — знакомство с правилами обрезания ногтей на руках.	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklas.ru/p
2.6	Забота о ногах	1	0	0		Знакомство с приёмами гигиенического ухода за ногтями на ногах и кожей ног, в том числе гигиена, профилактика заболеваний кожи ног и обращение за медицинской помощью. / Отгадывание загадки о ногах; беседа для уточнения представлений школьников о важности сохранения здоровья ног; работа с учебником: правила гигиены ног.	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklas.ru/p

2.7	Уход за волосами	2	0	0		Уход за волосами. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически. Иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья. Знать периодичность мытья головы. Уметь выбирать причёску и причёсывать волосы.	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklas.ru/p
2.8	Контрольная работа	1	1	0				
2.9	Правила охраны зрения, уход за ушами	2	0	0		Гигиена зрения и слуха. Формирование представления о ценности остроты зрения для качества жизни человека, о гигиене зрения. / Отгадывание загадки о глазах; беседа о значении остроты зрения для полноценной жизни человека; рассказ учителя о строении глаза человека; работа с учебником — знакомство с правилами гигиены зрения; игра «Если хочешь быть здоров». Гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Уход за ушами. Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя.	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
Итого по разделу		15	1	1				
Раздел 3. Жилище								
3.1	Каким бывает дом	2	0	0		Уточнение представлений о типах современных жилых домов, знакомство с понятием «коммунальные удобства», закрепление знания своего почтового адреса. / Рассказ-беседа «Современные дома и коммунальные удобства в них»; работа с учебником; игра «Кому привет?» — повторение своего почтового адреса; беседа по теме «Пожарная безопасность в доме» — закрепление знания номера телефона	Письменный контроль; Устный опрос.	https://chudo-udo.info/

						экстренных служб		
3.2	Порядок в доме	2	0	0		Формирование понятия о важности ежедневной уборки дома, о видах уборки — сухой и влажной; знакомство с практическими приёмами уборки дома, в том числе с инвентарём, электроприборами, моющими средствами, используемыми для уборки. / Обсуждение пословицы «Порядок в доме есть — хозяину честь!»; беседа «Как ты участвуешь в поддержании порядка и чистоты в своём доме?»; рассказ учителя о важности уборки помещений для здоровья, работа с понятиями «сухая уборка» и «влажная уборка»; практическая работа «Демонстрация инвентаря и средств для уборки»; работа с учебником; работа в тетради: составление плана уборки класса	Письменный контроль; Устный опрос.	https://videouroki.net/video/02-zhilishche-cheloveka-osobennosti-zhizneobespecheniya-zhilishcha-254.html
3.3	Комнатные растения	2	0	0		Уточнение и расширение знаний о комнатных растениях, о правилах ухода за ними. Введение в тему: отгадывание загадки, выполнение задания «четвёртый лишний». / Рассказ учителя о пользе комнатных растений и правилах ухода за растениями. / Работа с учебником. / Сообщение и разъяснение домашнего задания. / Итог урока. Оценка деятельности школьников	Письменный контроль; Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
Итого по разделу		6	0	0				
Раздел 4. Одежда и обувь								
4.1	Значение одежды, головных уборов и обуви	2	0	0		Помочь школьникам понять значение выбора одежды для здоровья и успешности в общении с людьми. Виды одежды, обуви и головных уборов Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье)	Письменный контроль; Устный опрос.	https://videouroki.net/video/38-kogda-poyavilas-odezhda.html
4.2	Назначение одежды	2	0	0		Одежда повседневная, праздничная, спортивная	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p

4.3	Повседневный уход за одеждой	2	0	1		Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
4.4	Контрольная работа	1	1	0				https://www.yaklass.ru/p
4.5	Идеальная пара	2	0	0		Помочь школьникам понять значение для здоровья человека правильного выбора обуви. Познакомить учащихся с правилами ухода за обувью в домашних условиях, воспитывать аккуратность и внимание к внешнему виду своему и окружающих.	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
4.6	Обобщение	1	0	0		Закрепление знаний, полученных школьниками на уроках во II четверти; создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. / Проверка домашнего задания. / Работа с учебником	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
Итого по разделу		10	1	1				
Раздел 5. Питание								
5.1	Еда для здоровья	3	0	0		Формирование представлений о влиянии питания на здоровье человека. / Введение в тему: свободные ответы на вопрос, являющийся темой урока. / Рассказ учителя об основах правильного здорового питания с опорой на иллюстрации учебника. / Беседа на основе иллюстрации учебника «Разнообразное питание». / Самостоятельное или коллективное чтение текста в учебнике о сладостях. / Динамическая пауза: игра «За покупками» или «Полезно — не полезно». / Закрепление материала по вопросам учебника. / Предъявление и объяснение домашнего задания. / Итог урока. Оценка деятельности учащихся	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
5.2	Как правильно есть	3	0	0		Уточнение и расширение представлений школьников об основах правильного здорового	Устный опрос.	https://videouroki.net/video/6-

						го питания, в частности знакомство с понятием «режим питания». / Проверка домашнего задания — взаимно- опрос. / Введение в тему — постановка проблемного вопроса на основе иллюстрации учебника. / Рассказ с элементами беседы о режиме питания школьника. / Динамическая пауза — игра «Накормим Робина Бобина». / Работа с текстом учебника. / Предъявление и объяснение домашнего задания. / Итог урока.		sanitariia-i-ghighiiena-na-kukhnie.html
5.3	Завтрак — начало дня	1	0	0		Уточнение и расширение представлений школьников о здоровом питании человека. Рассказ учителя о блюдах для завтрака. / Игра «Бутербродики». / Сообщение и разъяснение домашнего задания	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p
5.4	Мастерская бутербродов	2	0	1		Практическая работа по приготовлению простого бутерброда	Устный опрос.	
Итого по разделу		9	0	0				
Раздел 6. Транспорт								
6.1	Виды транспортных средств	1	0	0		Наземный городской транспорт. Личный и общественный транспорт	Устный опрос.	https://www.pdd24.com/
6.2	Общественный транспорт	2	0	0		Поведение в транспорте, поведение на улице(правила посадки, покупки билета, поведение в салоне при выходе на улицу	Устный опрос.	https://www.pdd24.com/
6.3	Правила дорожного движения	3	0	0		Правила дорожного движения, знаки дорожного движения. Правила передвижения на велосипеде	Устный опрос.	https://www.pdd24.com/
Итого по разделу		6						
Раздел 7. Средства связи								
7.1	Зачем нужны средства связи	2	0	0		Объяснение значения словосочетания «средства связи», уточнение и расширение представлений школьников об основных современных средствах связи — почте, телефоне, телевидении, радио, компьютере. /	Устный опрос.	https://www.yaklass.ru/p

						Проверка домашнего задания. / Работа с иллюстрациями учебника, обсуждение поставленных		
7.2	Почта	1	0	0		Общее понятие. Виды почты.	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p
7.3	Телевидение и радио	1	0	0		Правила пользования. Значение	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p
7.4	Контрольная работа	1	1	0			Устный опрос.	
7.5	Телефон и компьютер	1	0	0		Правила пользования. Виды.	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p
7.6	Мои средства связи	1	0	0		Обобщение и обогащение опыта школьников в использовании доступных средств связи; создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы.	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p
Итого по разделу		7	1	1				
Раздел 8. Семья								
8.1	Семья	4	0	0		Понятие «семья»; состав семьи; - распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. -состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников; -место работы и должность родителей; -правила поведения в семье; Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст. Место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.) Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. Правила поведения в семье	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p
8.2	Семейные традиции	4	0	1		Помощь в понимании значения словосочетания «семейные традиции», уточнение и расширение представлений школьников о том, какие бывают семейные	Устный опрос.	https://www.yaklas.s.ru/p

						традиции, о значимости традиций для человека.		
8.3	Моя семья	4	0	0		Создание условий для формирования у школьников ценностей семьи, практического понимания роли семьи в жизни человека, создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы.	Устный опрос.	https://www.yaklas.ru/p
Итого по разделу		12	0	0				
8.4	Итоговая контрольно-диагностическая работа	1	1	0		Закрепление изученного материала, создание учебных ситуаций для практического использования полученных знаний и умений. / Коллективная и групповая работа с учебником: выполнение заданий, проверка и взаимопроверка	Письменный контроль	
8.5	Закрепление и обобщение пройденного.	1	0	0		Проверка знаний и умений пятиклассников, полученных на уроках в прошедшем учебном году.	Устный опрос.	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	4	4				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 5-7-х КЛАССОВ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Вводное занятие	1	0	0		Устный опрос
2.	Понятие «здоровье человека»	1	0	0		Устный опрос
3.	Забота о себе	1	0	0		Устный опрос
4.	Значение личной гигиены для здоровья человека	1	0	0		Устный опрос
5.	Правила личной гигиены	1	0	1		Устный опрос;
6.	Двигательная активность	1	0	0		Тестирование
7.	Утренняя гимнастика	1	0	0		Тестирование;
8.	Закаливание	1	0	0		Устный опрос;
9.	Безопасное закаливание, способы.	1	0	0		Письменный контроль
10.	Забота о руках	1	0	0		Устный опрос;
11.	Забота о ногах	1	0	0		Письменный контроль;
12.	Уход за волосами	1	0	0		Тестирование;
13.	Здоровье и красота прически	1	0	0		Устный опрос
14.	Контрольная работа	1	1	0		Письменный контроль
15.	Ценность остроты зрения для качества жизни	1	0	0		Устный опрос
16.	Уход за ушами	1	0	0		Устный опрос
17.	Виды жилых помещений	1	0	0		Устный опрос
18.	Пожарная безопасность в доме	1	0	0		Устный опрос
19.	Виды уборки в доме	1	0	0		Устный опрос
20.	Инвентарь и средства для уборки	1	0	0		Устный опрос
21.	Виды комнатных растений	1	0	0		Устный опрос
22.	Правила ухода за комнатными растениями	1	0	0		Устный опрос
23.	Виды одежды, обуви и головных уборов	1	0	0		Устный опрос
24.	Классификация одежды по сезонам	1	0	0		Устный опрос
25.	Назначение одежды	1	0	0		Устный опрос
26.	Правильный выбор одежды	1	0	0		Устный опрос
27.	Правила и приёмы повседневного ухода за	1	0	1		Устный опрос

	одеждой.					
28.	Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды	1	0	0		Устный опрос
29.	Контрольная работа	1	1	0		Письменный контроль
30.	Виды и назначение обуви	1	0	0		Устный опрос
31.	Правила ухода за обувью	1	0	0		Устный опрос
32.	Обобщение.	1	0	0		Устный опрос
33.	Влияние питания на здоровье человека.	1	0	0		Устный опрос
34.	Основы правильного здорового питания	1	0	0		Устный опрос
35.	Разнообразное питание	1	0	0		Устный опрос
36.	Режим питания	1	0	0		Устный опрос
37.	Калорийность пищи	1	0	0		Устный опрос
38.	Способы приготовления.	1	0	0		Устный опрос
39.	Завтрак — начало дня	1	0	0		Устный опрос
40.	Виды бутербродов	1	0	0		Устный опрос
41.	Мастерская бутербродов	1	0	1		Устный опрос
42.	Виды транспортных средств	1	0	0		Устный опрос
43.	Общественный транспорт	1	0	0		Устный опрос
44.	Поведение в транспорте	1	0	0		Письменный контроль
45.	Правила дорожного движения	1	0	0		Устный опрос
46.	Знаки дорожного движения	1	0	0		Устный опрос
47.	Правила передвижения на велосипеде	1	0	0		Устный опрос
48.	Зачем нужны средства связи	1	0	0		Письменный контроль
49.	Виды средств связи, характеристика	1	0	0		Устный опрос
50.	Почта	1	0	0		Устный опрос
51.	Телевидение и радио	1	0	0		Диктант;
52.	Контрольная работа	1	1	0		Письменный контроль
53.	Телефон и компьютер	1	0	0		Устный опрос
54.	Мои средства связи	1	0	0		Устный опрос Письменный контроль
55.	Понятие «семья»; состав семьи	1	0	0		Устный опрос
56.	Значение семьи	1	0	0		Письменный контроль
57.	Хозяйственно-бытовые обязанности между	1	0	0		Устный опрос

	членами семьи					
58.	Семейные ценности	1	0	0		Устный опрос
59.	Значимость традиций для человека.	1	0	0		Письменный контроль;
60.	Семейные традиции	1	0	0		Письменный контроль;
61.	Семейные традиции	1	0	1		Устный опрос
62.	Взаимоотношения в семье	1	0	0		Письменный контроль;
63.	Ролевой портрет семьи	1	0	0		Устный опрос
64.	Семья и государство		0	0		Устный опрос
65.	Моя семья	1	0	0		Устный опрос
66.	Моя семья	1	0	0		Устный опрос
67.	Итоговая контрольно-диагностическая работа	1	1	0		Письменный контроль
68.	Закрепление и обобщение пройденного.	1	0	0		Устный опрос
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	4	4		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Основы социальной жизни. 5 класс. Учебник (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями) Комарова С.В.,Александрова Е.Л. М.: Просвещение, 2023.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

2. Комарова, С.В.. Основы социальной жизни : 5-й класс : методическое пособие к учебнику С. В. Комаровой,Е. Л. Александровой / С. В. Комарова, Е. Л. Александрова. — Москва : Просвещение, 2023. — 63 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. <https://www.yaklass.ru/p>
2. <https://www.pdd24.com/>
3. <https://videouroki.net/video/6-sanitariia-i-ghighiiena-na-kukhnie.html>
4. <https://chudo-udo.info/> <https://videouroki.net/razrabotki/tiema-uroka-pravila-lichnoi-ghighiieny-i-zdorov-ia.html>
<https://videouroki.net/video/02-zhilishche-cheloveka-osobennosti-zhizneobespecheniya-zhilishcha-254.html>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

- 1) Смарт доска
- 2) Компьютер
- 3) Принтер
- 4) Учебная доска
- 5) Справочная литература, словари

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Материал для контроля уровня подготовки обучающихся для 5-х классов

Виды контроля: практические работы и задания, сюжетно – ролевые игры.

Практические работы и задания (тестирование стр. 4-6) 1 четверть:

- Практическая работа. Мытье и чистка посуды.

Практические работы и задания (тестирование стр. 29-33) 2 четверть:

- Практическая работа. Сухая уборка;
- Практическая работа. Заполнение почтового адреса на открытке.

Практические работы и задания (тестирование стр. 53-56) 3 четверть:

- Практическая работа: зарисовать знаки дорожного движения на пути к школе.

Практические работы и задания (тестирование стр. (72-74) 4 четверть:

Экскурсии:

- - в магазин;
- - в аптеку;
- - на почту;
- - поездка в транспорте.

Материалы для контроля уровня подготовки обучающихся для 6-х классов

Самостоятельные работы (тестовые задания) по четвертям.

Применение тестовых заданий позволяет:

- осуществить проверку значительного объема учебного материала у всех учащихся
- оперативно получить результаты опроса (контролирующая функция)
- закрепить у учащихся полученные знания (обучающая функция)
- обеспечить индивидуальное развитие ученика (развивающая функция)

КУ – коэффициент усвоения учебного материала.

Критерии усвоения учебного материала, для выявления динамики КУ на конец учебного года:

Оценка «5»- 80-100% - выполнение заданий

«4»- 60-80%

«3»- 50-60%

Виды контроля

Тестирование (самостоятельная работа) за 1 четверть:

Тема: «Сухая уборка»

Тестирование (самостоятельная работа) за 2 четверть:

Тема: «Написание адреса и индекса на конверте»

Тестирование (самостоятельная работа) за 3 четверть:

Тема: «Влажная уборка»

Тестирование (самостоятельная работа) за 4 четверть:

Тема: «Приготовление завтрака»

Экскурсии:

- - в магазин;
- - в аптеку;
- - на почту;
- - поездка в транспорте.

Материал для контроля уровня подготовки обучающихся для 7-х классов

Контрольно-измерительный материал разработан для 7-го года обучения, рассчитан на реальные возможности и способности обучающихся. Оценка работы по 5- бальной системе. Орфографические и синтаксические ошибки не оцениваются, они исправляются и выделяются. Исключение составляют задания, требующие написания одного (словарного) слова.

Практические работы и тестовые задания - 1 четверть стр. 14-15:

- - Повторение темы «Личная гигиена»;
- - Повторение темы «Культура общения»;
- - Повторение темы «Семья»;
- - Повторение темы «Одежда».

Практические работы и тестовые задания - 2 четверть стр. 39-40:

- - Повторение темы «Торговля»;
- - Повторение темы «Питание»;
- - Повторение темы «Лекарственные растения»;
- - Повторение темы: « Средства связи»;
- - Повторение темы: « Питание».

Тестирование (самостоятельная работа) за 3 четверть стр 60-61:

Тема: «Влажная уборка»

Тестирование (самостоятельная работа) за 4 четверть стр. 78-79:

Тема: «Приготовление завтрака»

Экскурсии:

- - в магазин;
- - в аптеку;
- - на почту;
- - поездка в транспорте.

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 28 horizontal blue or grey lines spaced evenly apart, typical of notebook paper. The lines extend across the entire width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical lines, text, or other markings on the page.