

Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Школа – интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья №3» г. Курска

Рассмотрена
на заседании МО
учителей трудового и
профессионального обучения
Руководитель МО
 /И.В. Переверзева/
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

Согласована
Зам. директора по УВР
 /М.В. Грибанова/
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

Утверждаю
Директор ОКОУ «Школа-
интернат №3» г. Курска
 /А.Н. Лежнёв/
Приказ № 139
от «1» сентября 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для 5 - 9 классов

Разработана и реализуется в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной
отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), вариант 1

Составитель:

Матюшко Татьяна Алексеевна, учитель, первая квалификационная категория

2023 год
г. Курск

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 5-9 класса разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ.

- ФЗ ОТ 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании в РФ» и статью 1 ФЗ «Об обязательных требованиях в РФ»;

- Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован в Минюсте России 30.12.2022 № 71930);

- Федеральным перечнем учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 21 сентября 2022 г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключённых учебников»;

- Уставом ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска;

- Учебным планом ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска;

- Календарным учебным графиком ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска на учебный год;

- Положением о разработке, принятии и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска.

При разработке рабочей программы были использованы **программно-методические материалы:**

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённая приказом Министерства Просвещения РФ от 19.12.2014 г. № 1.5999; **24.11.2022 г № 1026;**

Административная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Областного казенного общеобразовательного учреждения «Школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья №3» г.Курска;

Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г № 1599;

Рабочие программы по учебным предметам ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями. Вариант 1. 5 - 9 классы

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. /Воронкова В.В., Перова М.Н., Экк В.В., Алышева Т.В. и др./ Под редакцией доктора педагогических наук В. В. Воронковой. – Москва «Владос», 2013 – Сб. 1. – 224 с.;

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 класс, под редакцией И.М. Бгажноковой, 2013.

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

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. Стариченко Т.Н. Формирование экономико-бытовых знаний и умений у старшеклассников вспомогательной школы. Учебно-методическое пособие для студентов педвузов и учителей вспомогательных школ. – Екатеринбург, 1996

4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012

-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.

Изучение основ социальной жизни в 5-9 классах имеет **своей целью** :

практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

- 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.

Срок реализации программы: для средней школы – 5 лет.

2. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 – 9 классы

Программа учебного предмета «Основы социальной жизни» составляется с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений; изучаемый материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

«Питание» — один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о

разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Большинство разделов изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет соблюдать принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

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

При подборе учебного материала используется разноуровневый подход к учебным возможностям обучающихся, мотивация изучения данного предмета, способствующая наилучшей социализации обучающихся, учтены реалии сегодняшнего дня.

3. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 – 9 классы

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

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

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

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

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

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

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

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

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

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

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

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь.

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

Значение опрятного вида человека.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

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

Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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

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

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

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

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

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

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

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

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

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

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

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

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

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

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

4.Описание места учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 – 9 классы

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 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). 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.

Количество часов в неделю:

5 класс -34 нед. – 2 час в нед., 68 час в год

6 класс - 34 нед. – 2 час в нед., 68 час в год

7 класс - 34 нед.- 2 час в нед., 68 час в год

8 класс - 34 нед. - 2 час в нед., 68 час в год

9 класс - 33 нед. - 2 час в нед., 60 час в год

5. Тематическое планирование 5- 9 классы

5 класс

Раздел	Тема	Количество час
Введение	Ознакомление с предметом «Основы социальной жизни», его задачами, кабинетом	1
Диагностика	Выявить уровень социально – бытовых знаний умений, навыков учащихся	1
«Личная гигиена и здоровье»	Утренний и вечерний туалет. Личные вещи. Правила содержания личных вещей. Практическая работа «Выполнение утреннего и вечернего туалета».	8
«Охрана здоровья»	Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Лекарственные растения. Практическая работа «Заваривание травяного чая».	6

«Жилище»	Типы и виды жилых помещений. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Практическая работа: «Написание адреса на конверте». Планировка помещения, типы жилых комнат	9
«Одежда и обувь»	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человек. Виды одежды. Головные уборы и их назначение. Виды обуви. Практическая работа «Ежедневный уход за одеждой».	9
«Питание»	Продукты питания. Значение питания в жизни человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы. Приготовление завтрака. Меню завтрака. Хлеб и хлебобулочные изделия. Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе». Яйца, блюда из яиц. Практическая работа «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница глазунья, омлет». Чай, кофе, фруктовые напитки. Практическая работа «Заваривания чая, варка кофе».	18
«Транспорт»	Городской общественный транспорт. Маршрут движения, стоимость проезда до школы, дома. Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда	7
«Средства связи»	Основные средства связи.	3
«Семья»	Семья. Личные взаимоотношения в семье. Состав семьи, родственные отношения	4
Диагностика	знания и умения за год	1
итого		68

Тематическое планирование 6 класс

Раздел	Тема	Количество часов
Диагностика знаний и умений	Выявление знаний и умений учащихся.	1
Личная гигиена и здоровье	Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук, приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Косметические средства для ухода за кожей ног. Практическая работа «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»	5
Охрана здоровья	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	8

	Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Экскурсия в аптеку.	
Жилище	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Ежедневная уборка жилого помещения. Электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности при уборке жилых помещений. Практическая работа: Ежедневная уборка жилого помещения.	9
Одежда и обувь	Значение опрятного вида человека. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Практическая работа «Пришивание пуговиц, петель». «Зашивание распоровшегося шва». 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. Практическая работа: «Ежедневный уход за обувью».	13
Питание	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного и горячего ужина. Отбор продуктов для ужина. Стоимость и расчет продуктов для ужина. Овощи. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Практическая работа «Приготовление салата и холодной закуски» Молоко и молочные продукты: виды и правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп) Практическая работа «Приготовление молочной манной каши»	15

	Крупы. Виды круп. Правила хранения круп. Вредители круп. Практическая работа «Приготовление гречневой каши»	
Транспорт	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	5
Средства связи	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Практическая работа «Написание почтового адреса на конверте»	6
Учреждения и организации	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Экскурсия в детский сад.	2
Семья	Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	3
Диагностика		1
	Итого:	68

Тематическое планирование 7 класс

Раздел	Тема	Количество часов
Диагностика знаний и умений	Выявление знаний и умений учащихся.	1
Личная гигиена и здоровье	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Практическая работа №1 «Составление и выполнение комплекса утренней гимнастики»	7

	Тестирование по теме	
Охрана здоровья	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. №2 Сюжетно-ролевая игра «Я вызываю врача» Госпитализация. Амбулаторный прием. Экскурсия №1 в поликлинику, больницу «Самолечение и его негативные последствия». Тестирование по теме	5
Жилище	Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений Практическая работа №3 «Уход за комнатными растениями» Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых (подсобных) помещений. Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире печь и плита в сельской местности, микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка). Назначение, правила пользования и ухода, техника безопасности. Практическая работа №4 «Пользование электробытовыми приборами и уход за ними». Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней. Практическая работа №5 «Уход за кухонной посудой».	17

	Кухонное белье: полотенца, скатерть, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажной, смесовая ткань). Правила хранения и ухода. Кухонная мебель: название и назначение. Практическая работа №6 «Уборка кухни» Тестирование по теме	
Одежда и обувь	Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Практическая работа №7 «Наложение заплат». Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Практическая работа №8 «Чтение условных обозначений». Правила сушки белья из разных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования. Практическая работа №9 «Правила и приемы глажения постельного белья». Практическая работа №10 «Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды». Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Практическая работа №11 «Заполнение бланков» Тестирование по теме	12
Питание	Прием пищи. Первые вторые и третьи блюда: виды, значение. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Первые блюда: виды, способы приготовления. Практическая работа №12 «Приготовление первых блюд» Овощные салаты: виды, способы приготовления. Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Практическая работа №13 «Приготовление мясного блюда».	13

	Рыбные блюда (виды, способы приготовления. Практическая работа №14 «Приготовление блюда из рыбы». Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Практическая работа №15 «Отваривание макарон» Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Практическая работа «Сервировка праздничного стола» Практическая работа №16 «Сервировка праздничного стола» Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью товаров и самообслуживание). Экскурсия №2 в продуктовый магазин. тестирование	
Транспорт	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Экскурсия №3 на автовокзал.	2
Средства связи	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Практическая работа №17 «Упаковка бандероли, посылки». Практическая работа №18 «Заполнение бланка отправления посылки». Тестирование	4
Предприятия, организации, учреждения	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Экскурсия №4 в учреждение дополнительного образования детей и подростков.	1
Семья	Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки. Правильная рациональная организация досуга. Правила поведения в общественном месте. Деньги, их виды и назначения. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники доходов. Определение суммы доходов на месяц. Практическая работа №19 «Определение доходов семьи» Тестирование	5

Диагностика		1
	Итого:	68

Тематическое планирование 8 класс

Раздел	Тема	Количество часов
«Личная гигиена и здоровье»	Гигиена тела. Уход за телом. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки) Практическая работа «Стирка личного белья (носки, колготки)» Уход за волосами. Средства ухода за волосами: шампуни. Кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типа волос. Средства для борьбы перхотью и выпадением волос. Практическая работа «Уход за волосами»	6
«Охрана здоровья»	Первая помощь при обморожении, солнечном ударе. Первая помощь при отравлении. Первая помощь при ушибах и травмах. Практическая работа «Наложение повязки на рану, поврежденную конечность» Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Тестирование	5
«Жилище»	Санузел. Оборудование санузла, его назначение. Правила техники безопасности при использовании чистящих и моющих средств Ванная комната. Оборудование ванной комнаты, ее назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Практическая работа «Уборка санузла и ванной комнаты» Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Техника безопасности Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств Практическая работа «Ручная стирка белья» Правила пользования стиральными машинами, стиральные средства для машин (порошки,	12

	отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках Практическая работа «Стирка белья в стиральной машине» Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Практическая работа «Чтение инструкций к бытовым приборам и моющим средствам» Экскурсия в магазин бытовой техники Тесты	
«Одежда и обувь»	Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Практическая работа «Правила и приемы глажения блузок и рубашек» Глажение изделий из различных видов тканей. Практическая работа «Глажение изделий из различных видов тканей» Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Практическая работа «Выведение пятен» Предприятия бытового обслуживания. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдача изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды. Практическая работа «Заполнение бланков» Тестирование	10
«Питание»	Жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Место для хранения жиров. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Мука. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения, просеивание муки. Вредители муки. Виды теста: дрожжевое, песочное, слоеное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из замороженного теста. Дрожжевое и пресное тесто. Виды изделий из теста: пирожки, булочки. Запись рецептов. Практическая работа «Приготовление булочек из дрожжевого теста. Практическая работа «Приготовление пирожков пресного теста». Песочное тесто. Виды изделий из теста: печенье. Запись рецептов Практическая работа «Приготовление печенья из песочного теста» Слоеное тесто. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Запись рецептов. Виды товаров: фасованные, на вес, в разлив. Срок годности продуктов питания (условные значения	14

	на этикетках). Практическая работа «Расчет стоимости товаров на вес». Практическая работа «Расчет стоимости товаров на разлив» Практическая работа «Покупка товара в продуктовом магазине» Тесты	
«Транспорт»	Междугородный железнодорожный транспорт. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Экскурсия на железнодорожный вокзал	4
«Средства связи»	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Номера телефонов экстренной службы. Культура разговора по телефону. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Сюжетно – ролевая игра «Разговор по телефону». Экскурсия в салон сотовой связи Тесты	5
«Предприятия, организации, учреждения»	Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятий, виды деятельности, основные виды выпускаемой продукции» Профессии рабочих и служащих..Экскурсия в центр занятости.	3
«Семья»	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение музеев, театров и кинотеатров. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы, посещение спортивных секций. Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего – либо, фотография. Основные статьи расходов планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Практическая работа «Определение расходов семьи» Практическая работа «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за электроэнергию» Практическая работа «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за воду» Практическая работа «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за газ. Онлайн банк правила пользования. Тестирование	9
	Итого:	68

Тематическое планирование 9 класс

Раздел	Тема	Количество часов
«Личная гигиена и здоровье»	Негативное влияние на организм вредных привычек: табака, алкоголя, токсических и наркотических средств. Вредные привычки и способы предотвращения их проявления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	3
«Охрана здоровья»	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Уход за больным: измерение температуры, смена постельного белья лежачего боль Практическая работа «Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист - вкладыш) к лекарствам. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Тестирование	4
«Жилище»	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 мебели. Практическая работа «Уход за мебелью» Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии, ковры, паласы, светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат. Практическая работа «Уход за зеркальными и стеклянными поверхностями» Практическая работа «Создание интерьера жилой комнаты» Уход за различными видами напольных покрытий. Практическая работа «Уход за напольным покрытием» Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к лету, зиме. Практическая работа «Подготовка квартиры к лету, зиме». Насекомые и грызуны в доме: виды, вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактик и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми. Тестирование	14
«Одежда и обувь»	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными	7

	особенностями. Практическая работа «Определение размера одежды» Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные сроки носки. Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийные сроки службы обуви; хранение чека или его копии. Экскурсия в специализированный магазин одежды и обуви. Тестирование	
«Питание»	Плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли для приготовления блюд. Сахар: его польза и вред. Тестирование	11
«Транспорт»	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Практическая работа «Посещение сайта авиакомпании и покупка билета»	3
«Средства связи»	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления. Практическая работа «Заполнение бланка денежного перевода». Тестирование	3
«Предприятия, организации, учреждения»	Исполнительные органы государственной власти (области, района, города). Муниципальные власти. Структура, назначение. Экскурсия в многофункциональный центр	3

«Семья»	Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. Планирование дорогостоящих покупок. Страхование. Виды страхований, условия оформления и получения выплат. Трудоустройство. Виды и порядок трудоустройства. Трудовое законодательство РФ. Практическая работа «Оформление деловых бумаг». «Написание заявления на принятие и увольнение с работы» . Займы. Порядок и условия получения займов населением. Кредит. Виды кредитования населения. Условия получения, ежемесячные платежи. Кредитная история. Финансовая безопасность. Тестирование	12
Итого:		66

6. Планируемые результаты на конец обучения (9 класс)

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

Личностные результаты

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

Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

Базовые учебные действия

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий:

Личностные учебные действия

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;

4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользную и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

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

Регулятивные учебные действия

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

Познавательные учебные действия

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейших причинно – следственных связей) на наглядном доступном вербальном материале;
3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

7. Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета

В основу **критериев и норм оценки учебной деятельности** обучающихся положены объективность и единый подход. Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками:

При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии:

- правильность ответа по содержанию, свидетельствующая об осознанности усвоения изученного материала;

- полнота ответа;

- умение практически применять свои знания;

- последовательность изложения и речевое оформление ответа.

Оценка устных ответов

Оценка «5» ставится ученику, если он обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя обосновать, самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

Оценка «4» ставится, если ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; делает некоторые ошибки в речи; при работе с текстом или разборе предложения допускает 1-2 ошибки, которые исправляет при помощи учителя.

Оценка «3» ставится, если ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно; допускает ряд ошибок в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя. Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

Оценка «2» (неудовлетворительно) не ставится.

Тестовые задания оцениваются по 5- балльной системе:

100 %-90 % правильно выполненных заданий - 5 баллов;

91%-70 % правильно выполненных заданий - 4 балла;

71%-50 % правильно выполненных заданий - 3 балла;

Менее 49 % - 2 балла.

Итоговая отметка знаний и умений обучающихся ставится в конце учебного года на основе четвертных оценок.

8. Описание материально – техническое обеспечение учебного процесса

Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)

1. Львова С.А., Справочник выпускника. – М., ВЛАДОС, 2009

2. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013

3. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013

4. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013

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. Стариченко Т.Н. Формирование экономико-бытовых знаний и умений у старшеклассников вспомогательной школы. Учебно-методическое пособие для студентов педвузов и учителей вспомогательных школ. – Екатеринбург, 1996
4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012

Печатные пособия

1. Адрес
2. Гигиена питания
3. Гигиена полости рта
4. Движение учащихся группами и в колонне
5. На улицах города
6. Оборудование кухни и требования к ее содержанию
7. Обход транспорта
8. Переход улиц и дорог
9. Пешеходные переходы
10. Правила безопасной работы приспособлениями
11. Правила безопасной работы с газовой плитой
12. Правила безопасной работы с горячей жидкостью
13. Правила безопасности при работе с ручными инструментами
14. Правила дорожного движения для велосипедистов
15. Правила личной гигиены
16. Правила личной гигиены
17. Правила поведения в кабинете СБО
18. Правила техники безопасности при работе с горячей посудой и жидкостью
19. Предупреждение воздушно-капельных инфекций
20. Причины дорожно-транспортных происшествий
21. Суточная потребность в витаминах
22. Транспортные средства
23. Требования к обработке и хранению продуктов

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. Кухонный гарнитур
3. Мойка с подводкой горячей и холодной воды
4. Набор кухонных ножей
5. Набор мисок
6. Набор столовых приборов
7. Набор эмалированных кастрюль
8. Наборы сервировочные (солонки, горчишница, перечница)
9. Обеденная зона
10. Обеденный сервиз
11. Сушилка для посуды
12. Тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые
13. Хлебница
14. Холодильник «»
15. Чайник
16. Чайный сервиз
17. Электро плиты
18. Яйцезрезка

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 Курской области
2. Набор лекарственных трав Т

Компьютерные и информационно-коммуникативные средства

Технические средства обучения

Мультимедийный проектор.

Персональный ноутбук

Экранно-звуковые пособия

Видеофрагменты и другие информационные объекты, отражающие темы уроков.

Видеофильмы соответствующего содержания.

Слайды соответствующего содержания.

Мультимедийные образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

Оборудование класса

Ученические столы одноместные и двухместные с комплектом стульев.

Стол учительский с тумбой

Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий.

Настенные доски.

Подставки для книг, держатели схем и таблиц

Информационное обеспечение образовательного процесса

Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>

Учительский портал <http://www.uchportal.ru>

Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" <http://festival.1september>

Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>

Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>

Приложение 1. Кимы.

Контрольно-измерительные материалы по предмету «Основы социальной жизни»

5-9 классы

5 класс

Тест «Личная гигиена»

1. Личная гигиена – это:

- А) уход за обувью
- Б) поддержание порядка в комнате
- В) поддержание чистоты и здоровья своего тела

2. Умываться нужно:

- А) по утрам и вечерам б) 1 раз в неделю в) только утром

3. Руки необходимо мыть:

- А) только утром и вечером б) только в бане (раз в неделю)
- В) утром, вечером, до еды и после еды, после прогулки и посещения туалета

4. Принимать душ нужно:

- А) только утром б) 2 раза в день в) только вечером

5. Чистить зубы нужно:

- А) только утром б) только вечером в) утром и вечером

6. Как часто надо подстригать ногти:

- а) раз в неделю б) через 2 дня в) раз в месяц

7. Личным у каждого члена семьи должна быть :

- А) зубная щетка б) расческа в) тарелка

8. Мочалку после каждого использования нужно:

- А) выкинуть б) высушить в) промыть с мылом и тщательно отжать

Тема: «Одежда и обувь».

1. Соотнести стрелочками вид одежды и ее назначение.

Повседневная	для занятий спортом, прогулок
Праздничная	для дома
Спортивная	для праздников, вечеринок
Домашняя	для школы, прогулки

2. Подчеркнуть правильный ответ:

Зимой мы носим теплую одежду, которая защищает от холода и ветра – это *шуба, ветровка, плащ, свитер, дублёнка, пуховик*.

3. Выбрать и отметить галочкой средства для чистки кожаной обуви

- | | |
|------------------|-------------------|
| Крем для обуви; | Крем для лица; |
| Крем для рук; | Губка для посуды; |
| Губка для обуви. | |

Тема «Культура поведения».

1. Подчеркнуть правильные слова для приветствия и обращения к взрослому.

- Здравствуйте.
- Привет!
- Скажи мне, пожалуйста ...,
- Разрешите у вас узнать....

2. Вычеркнуть лишнее.

Культурно – просветительными учреждениями являются:

Театр	Музей
Кафе	Художественная школа
Библиотека,	Вокзал
Почта	Дом детского творчества

3. Выбрать и подчеркнуть правильные ответы:

Культурный человек – это тот, кто ...

- соблюдает нормы и правила поведения принятые обществом;
- опаздывает на уроки.

Тема «Жилище».

1. Выбрать и подчеркнуть правильный ответ:

Виды жилых помещений:

- Индивидуальные дома;
- Баня;
- Многоквартирные дома;
- Школа.

2. **Поставить галочку возле правильного ответа.**

Адрес нашей школы

- г. Шадринск, ул. Володарского, 19
- г. Шадринск, ул. Ленина 19

Тема: «Транспорт»

1. **Подписать к видам транспорта его названия (автомобиль, самолет, поезд, грузовик, пароход)**

ВОЗДУШНЫЙ _____

НАЗЕМНЫЙ

автодорожный _____

ВОДНЫЙ _____

НАЗЕМНЫЙ

железнодорожный _____

2. **Подчеркнуть правильный ответ.**

Правила поведения в транспорте:

- Жди транспорт в установленных местах;
- Уступай место пожилым и маленьким детям;
- Можно не оплачивать проезд;
- Можно громко смеяться и кричать;
- Разговаривай с попутчиком тихо.

3. **Подчеркнуть правильный ответ.**

На какой свет светофора можно переходить улицу:

- Красный
- Желтый
- Зеленый

Тема: «Торговля».

1. **Выбрать и подчеркнуть правильные ответы.**

В продуктовом магазине можно купить:

хлеб, сапоги, крупу, молоко, велосипед, сахар.

2. **Соотнести стрелочками названия магазинов и их назначение.**

ПРОДУКТОВЫЙ _____ корм и лекарство для животных, рыбки, хомячки.

ПРОМЫШЛЕННЫЙ _____ продукты питания

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ _____ порошок, косметика, сувениры.

3. **Подсчитать стоимость покупки:**

Хлеб – 20 руб. 00 коп.

Молоко – 30 руб. 00 коп.

Нужно заплатить _____ руб. 00 коп.

Тема: «Питание».

1. **Выбрать и написать продукты растительного и животного происхождения.**

Продукты растительного происхождения

Продукты животного происхождения

(Хлеб, колбаса, рис, молоко, яйцо, морковь, картофель.)

2. **Выбрать и подчеркнуть правильный ответ.**

Посуда, в которой готовят пищу, называется:

- Кухонная посуда;
- Столовая посуда.

3. Вычеркнуть лишнее:

Гигиена приготовления пищи:

- Вымой руки;
- Убери волосы под колпак или косынку;
- Засучи рукава;
- Надень фартук;
- Подготовь рабочее место;
- Можно готовить в праздничной одежде;
- Можно не мыть руки.

Тема: «Семья».

1. Ответить на вопрос и подчеркнуть правильный ответ

Семья – это...

- близкие родственники, которые проживают совместно и ведут общее хозяйство;
- родственники, которые работают на одном предприятии;

2. Написать фамилию, имя, отчество членов своей семьи.

Итоговое тестирование учащихся 5 классов.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. 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.
2. Какая одежда нужна на каждый день?	Выбери один вариант ответа. а) Праздничная; б) домашняя; в) повседневная; г) спортивная.
3. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана	Выбери один вариант ответа. а) Расстановка; б) сервировка; в) установка.
4. Кто дает человеку отчество?	Выбери один вариант ответа. а) Мама; б) отец; в) бабушка; г) дедушка.
5. Жилое помещение – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Квартира; б) сарай; в) дом;

	г) киоск.
6. Виды транспорта.	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Наземный; б) железнодорожный; в) взрослый; г) водный.
7. Где покупают и продают товары?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) В магазине; б) в доме; в) на рынке; г) в киоске.

6 класс

«Одежда и обувь»

1. Выбери правильный ответ.

Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?

А) молоток, пила, игла

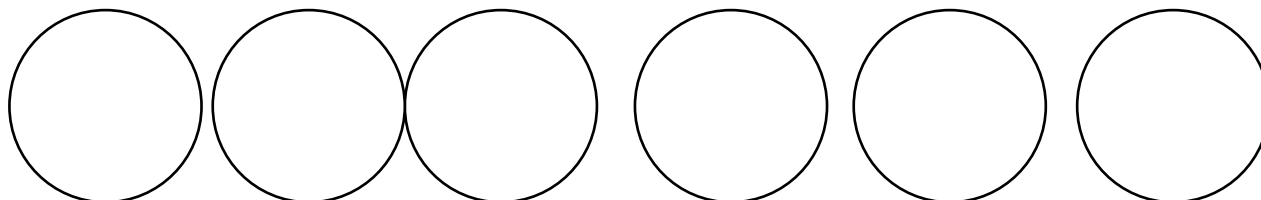
Б) ножницы, игла, напёрсток, нитки

В) ножницы, нитки, молоток, напёрсток

2. Закончи предложение.

Во время выполнения работ по мелкому ремонту одежды нужно знать и соблюдать

3. Нарисуй способы пришивания пуговиц:



4. Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?

А) Подошва

Б) терморегулятор

В) сигнальная лампочка

5. Обозначь цифрой порядок этапов ручной стирки:

Белье отжать

Налить в таз горячей воды

Замочить вещи на 15 минут

Отмерить количество порошка

Приготовить моющий раствор

Тщательно прополоскать белье

Постирать белье

Тест по теме «Уход за жилищем»

Выбери верные утверждения:

- 1 раз в неделю следует вытирать пыль
- 1 раз в неделю следует мыть пол
- 1 раз в месяц следует мыть пол
- 1 раз в неделю следует чистить ковры пылесосом
- Не следует комнату загромождать мебелью

2. Соотнеси вид уборки с её периодичностью:

Ежедневная 1 раз в три месяца

Еженедельная 1 раз в день

Сезонная 1 раз в день

3. Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством её засасывания струёй воздуха?

А) пылесборник Б) веник В) пылесос

4. Укажите части пылесоса.



5. Выбери верные утверждения ухода за мягкой мебелью:

А) чистить мокрым веником Б) чистить на снегу
В) стирать Г) пылесосить

6. Соотнеси вид мебели с ее уходом

Вид мебели	Вид ухода
Мягкая	Мыть водой

Полированная	Чистить средством
Стеклянная	Красить, вытирать пыль
Деревянная крашеная	Мягкой ветошью вытирать пыль
Пластиковая	пылесосить

Питание

1. Проверь себя. Впиши в клетки слова-ответы.

- Полезный напиток, бывает черным, зеленым, белым и желтым, красным, травяным, с фруктовыми добавками.

--	--	--

- Тонизирующий напиток, который в продаже бывает в зёрнах, молотый и растворимый.

--	--	--	--

- Напиток из зерен тропического шоколадного дерева.

--	--	--	--	--

2. Соедини стрелкой вид крупы с названием зерновой культуры, как показано на примере.

Гречневая каша	Ячмень
Рисовая каша	Овес
Овсяная каша	Гречиха
Пшеничная каша	Пшеница
Манная крупа	Просо
Перловая крупа	рис

3. Тебе предстоит сварить кашу. Какую первичную обработку крупы ты выполнишь?

Манная каша	Гречневая каша	Пшеничная каша

4. Знаешь ли ты секреты варки каши? Сколько понадобится жидкости на 1 стакан крупы, чтобы сварить рассыпчатую кашу?

Вид каши	Количество стаканов жидкости
Рисовая	
Гречневая	
Манная	

5. Проверь себя. Верны ли следующие утверждения?

Утверждения	Да	Нет
Крупу засыпают в кипящую подсоленную воду		
Для ускорения варки манную крупу замачивают на 2-4 часа		
Для приготовления запеканок макароны варят в большом количестве воды		
Каши хранят в прохладном затененном месте		
Для приготовления рассыпчатой каши подходят лишь дробленые крупы		

Средства связи

1.Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи	Виды почтовых отправлений
Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	письмо

2.Соотнеси виды писем с их отличиями.

Виды писем	Отличия писем
Открытое	Отправлено в конверте
Закрытое	В почтовый ящик доставляют извещение, по нему письмо получают на почте
Простое	Почтовая карточка, открытка с маркой
Заказное	Содержит ценные бумаги. После получения письма адресатом отправитель получает уведомление
Ценное с уведомлением	Доставка в почтовый ящик

3.Выбери правильный ответ.**Как называется знак почтовой оплаты?**

А) уведомление Б) марка В) открытка

4. Расставь цифровую последовательность подписания конверта.**Куда** (название улицы, номер дома и квартиры)**Напиши название района****Напиши название области, края****Кому** (напиши фамилию, имя, отчество адресата)**4. Закончи предложение.**

Телеграмма – это

_____.

5. Стоимость телеграммы зависит:

- От количества слов
- Расстояния
- Дня недели

Итог за год**1.Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.**

Средства связи	Виды почтовых отправлений
Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	письмо

2.Соотнеси виды писем с их отличиями.

Виды писем	Отличия писем
Открытое	Отправлено в конверте

Закрытое	В почтовый ящик доставляют извещение, по нему письмо получают на почте
Простое	Почтовая карточка, открытка с маркой
Заказное	Содержит ценные бумаги. После получения письма адресатом отправитель получает уведомление
Ценное с уведомлением	Доставка в почтовый ящик

3. Проверь себя. Впиши в клетки слова-ответы.

- Полезный напиток, бывает черным, зеленым, белым и желтым, красным, травяным, с фруктовыми добавками.

--	--	--

- Тонизирующий напиток, который в продаже бывает в зёрнах, молотый и растворимый.

--	--	--	--

- Напиток из зерен тропического шоколадного дерева.

--	--	--	--	--

4. Соедини стрелкой вид крупы с названием зерновой культуры, как показано на примере.

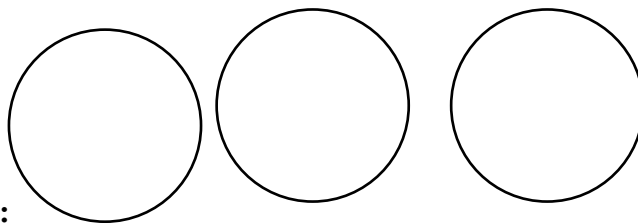
Гречневая каша	Ячмень
Рисовая каша	Овес
Овсяная каша	Гречиха
Пшеничная каша	Пшеница
Манная крупа	Просо
Перловая крупа	рис

5. Выбери правильный ответ.

Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?

- А) молоток, пила, игла
 Б) ножницы, игла, напёрсток, нитки
 В) ножницы, нитки, молоток, напёрсток

6. Нарисуй способы пришивания пуговиц:



7. Соотнеси вид уборки с её периодичностью:

- | | |
|--------------|--------------------|
| Ежедневная | 1 раз в три месяца |
| Еженедельная | 1 раз в день |
| Сезонная | 1 раз в неделю |

8. Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством её засасывания струёй воздуха?

- А) пылесборник Б) веник В) пылесос

9. Соотнеси вид транспорта с названием:

Вид транспорта	Название транспорта
Водный	Вертолет, самолет
Автомобильный	Теплоход, катер, лодка
Воздушный	Электropоезд, пассажирский поезд
Железнодорожный	Троллейбус, трамвай велосипед, метро
Городской	Автобус, автомобиль

Итоговое тестирование учащихся классов.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Закаливание - это	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Обтирание холодной водой; б) ходьба босиком; в) сон; г) купание в реке, бассейне.
2. Какие средства для стирки ты знаешь?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Порошок; б) хозяйственное мыло; в) таз; г) отбеливатель.
3. Какие продукты хранят в морозильной камере?	Напиши ответ (5-6 слов).
4. Семья – это.....	Выбери один вариант ответа. а) Друзья; б) родственники, которые живут вместе и ведут общее хозяйство; в) хорошие соседи.
5. В столовой во время приема пищи нельзя.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Пользоваться салфеткой; б) дуть на горячее; в) класть локти на стол; г) убирать за собой посуду.
6. Какими электроприборами пользуются на кухне?	Напиши ответ.
7. Городской транспорт.	Допиши ответ: троллейбус,
8. Торговля – это....	Выбери один вариант ответа. а) Уборка помещений; б) покупка и продажа товаров; в) хранение одежды; г) уход за обувью.
9. Средства связи – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) Телеграф; б) интернет; в) почта; г) школа; д) телефон.
10. Какие медицинские учреждения ты знаешь?	Допиши ответ: диспансер,.....

7 класс (6 тестов)

«Одежда и обувь»

1. К ремонту одежды относится:

- Пришивание пуговиц и штопка одежды
- Зашивание распорвшегося шва
- Пришивание кнопок и стирка одежды

2. Выбери правильный ответ.

Надо ли проверять карманы перед стиркой?

- Нет
- Да
- Да, если считаешь, что там могут быть деньги

3. Выбери правильный ответ.

Заплата должна быть:

- Из той же ткани, что изделие
- Из любой красивой ткани
- Из той же ткани или из подходящей ткани

4. Выбери правильный ответ

Для замачивания белья наливают:

- Горячую воду
- Теплую воду
- Холодную воду

5. Нарисуй режим нагрева утюга соответствующий ткани:

Режим нагрева утюга	Название ткани
	шерсть
	Хлопок, лен
	шёлк

6. Допиши предложения, используя слова для справок:

Стиральная машина должна стоять на _____ поверхности.

У стиральной машины должен лежать _____.

Включать и выключать машину _____ руками.

Нельзя перегружать машину _____.

Перед загрузкой белья нужно _____ карманы одежды.

При технических неисправностях необходимо вызвать _____.

Слова для справок: резиновый коврик, мастера, ровной, бельем, сухими, проверить.

«Транспорт»

1. Выбери правильный ответ.

Какой вид транспорта может быстро и на дальнее расстояние перевозить грузы и людей по земле?

- Автобус
- Поезд
- Трамвай

2. К каждому слову подбери верное значение:

Слова	назначения
Касса	Ждем отправления
Расписание	Возвращает деньги за сданные билеты
Справочное	Храним вещи
Камера хранения	Узнаем о движении поездов
Зал ожидания	Узнаем о наличии билетов, рейсов
Касса возврата билетов	Покупаем билет

3. Выбери правильный ответ.

Самый комфортный вагон:

- Общий
- Купе
- Плацкартный

4. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:

Автобус, трамвай, самосвал, троллейбус, самолет, поезд, такси, трактор.

5. Как называется человек, который едет в транспорте?

6. Соотнеси вид транспорта с названием:

Вид транспорта	Название транспорта
Водный	Вертолет, самолет
Автомобильный	Теплоход, катер, лодка
Воздушный	Электropоезд, пассажирский поезд
Железнодорожный	Троллейбус, трамвай велосипед, метро
Городской	Автобус, автомобиль

7. Выбери правильный ответ.

Пассажиры должны:

- Сначала войти, затем выйти
- Сначала выйти, затем войти
- Не знаю

«Питание»

Как называются овощи, каши и другие добавки к мясным, рыбным блюдам?

- Гарнир
- Запеканка
- Бульон

Что относится ко второму блюду?

- Салат из капусты
- Десерт
- Гарнир с котлетой

Как называется измельченное в мясорубке мясо?

- Филе
- Фарш
- Не знаю

Что можно приготовить из мясного фарша?

- Котлеты
- Салат
- Не знаю

Какие продукты нужны для приготовления жареной рыбы?

- Рыба, чеснок, соль, лук, растительное масло
- Рыба, лук, соль, растительное масло, мука
- Рыба, лук, соль, сахар, мука

Основой киселя является?

- Варенье
- Сироп
- Крахмал

Расставь правильную последовательность приготовления киселя:

Развести крахмал

Поставить варить сироп

Размешать и довести до кипения

Влить в горячий сироп

Средства связи

1. Выбери правильный ответ.

Бандероли бывают:

- Простые, заказные, ценные, бесценные
- Простые , заказные, ценные, с уведомлением
- Простые, сложные, ценные

Выбери правильный ответ.

2. Как называется специальный бланк со списком вложенных вещей?

- Открытка
- Телеграмма
- Опись

3. Как называется почтовое отправление в бумажной обёртке, весом до 2 кг?

- Посылка
- Письмо
- Бандероль

4. Перечисли , что можно отправлять в бандероли?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

5. Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи	Виды почтовых отправлений
Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	письмо

6. Расставь цифровую последовательность подписания конверта.

Куда (название улицы, номер дома и квартиры)
 Напиши название района
 Напиши название области, края
 Кому (напиши фамилию, имя, отчество адресата)

7. Закончи предложение.

Телеграмма – это

Итог за год

1. Установи соответствие:

Изменения в подростковом возрасте	Рекомендации по уходу за собой
Цвет лица может измениться у курильщиков	Специальные упражнения для выработки правильной осанки
Угри – результат закупорки пор кожи отмершими роговыми клетками, бактериями	Бросить курить
Появляется сутулость, размашистость движений	Держать лицо в чистоте, определить свой тип кожи лица для правильного ухода

2. Выбери правильный ответ.

Надо ли проверять карманы перед стиркой?

- Нет
- Да

3. Нарисуй символ, обозначающий:

Ручную стирку

Стирку изделий из шелка

Глажение х\б ткани

Глажение

Химчистку

Сушку изделий на веревке

4. Нарисуй режим нагрева утюга соответствующий ткани:

Режим нагрева утюга	Название ткани
	шерсть
	Хлопок, лен
	шёлк

5. Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи	Виды почтовых отправлений
Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	письмо

6. Выбери правильный ответ.

Как называется отвар мяса, рыбы, грибов?

- Компот
- Бульон
- Суп

8. Выбери правильный ответ.

Когда можно сесть за праздничный стол?

- Как только вы вошли в комнату, где накрыт стол
- После того, как сядут наиболее важные гости
- После приглашения хозяев и после того, как сядут женщины

9. Перечисли, какие лекарственные средства, перевязочный материал, медицинские инструменты и приборы должны находиться в домашней аптечке.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Итог за год

Выбери правильный ответ.

1. Какой вид транспорта может быстро и на дальнее расстояние перевозить грузы и людей по земле?

- Автобус
- Поезд
- Трамвай

2. К каждому слову подбери верное значение:

Слова	назначения
Касса	Ждем отправления
Расписание	Возвращает деньги за сданные билеты
Справочное	Храним вещи
Камера хранения	Узнаем о движении поездов
Зал ожидания	Узнаем о наличии билетов, рейсов
Касса возврата билетов	Покупаем билет

3. Выбери правильный ответ.

Самый комфортный вагон:

- Общий
- Купе
- Плацкартный

4. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:

Автобус, трамвай, самосвал, троллейбус, самолет, поезд, такси, трактор.

5. Как называется человек, который едет в транспорте?

6. Соотнеси вид транспорта с названием:

Вид транспорта	Название транспорта
Водный	Вертолет, самолет
Автомобильный	Теплоход, катер, лодка
Воздушный	Электropоезд, пассажирский поезд
Железнодорожный	Троллейбус, трамвай велосипед, метро
Городской	Автобус, автомобиль

7. Выбери правильный ответ.

Пассажиры должны:

- Сначала войти, затем выйти
- Сначала выйти, затем войти
- Не знаю

Как называются овощи, каши и другие добавления к мясным, рыбным блюдам?

- Гарнир
- Запеканка
- Бульон

Что относится ко второму блюду?

- Салат из капусты
- Десерт
- Гарнир с котлетой

Как называется измельченное в мясорубке мясо?

- Филе
- Фарш
- Не знаю

Что можно приготовить из мясного фарша?

- Котлеты
- Салат
- Не знаю

Какие продукты нужны для приготовления жареной рыбы?

- Рыба, чеснок, соль, лук, растительное масло
- Рыба, лук, соль, растительное масло, мука
- Рыба, лук, соль, сахар, мука

Выбери правильный ответ.

Бандероли бывают:

- Простые, заказные, ценные, бесценные
- Простые , заказные, ценные, с уведомлением
- Простые, сложные, ценные

Выбери правильный ответ.

Как называется специальный бланк со списком вложенных вещей?

- Открытка
- Телеграмма
- Опись

Как называется почтовое отправление в бумажной обёртке, весом до 2 кг?

- Посылка
- Письмо
- Бандероль

Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи	Виды почтовых отправлений
----------------	---------------------------

Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	письмо

Перечисли, какие лекарственные средства, перевязочный материал, медицинские инструменты и приборы должны находиться в домашней аптечке.

8 класс

8 класс (4)

Уход за ребенком

Соотнеси вид ухода за грудным ребенком с необходимыми принадлежностями.

Вид ухода	Необходимые принадлежности
Пеленание	Кроватка коляска
Сон	Ванночки, приспособления для купания
Кормление	Стол, пеленки
Купание	Специальный стул, отдельная посуда

Соотнеси возраст ребенка с периодичностью кормления

Возраст ребенка	Периодичность кормления
До 3 месяцев	Через 4 часа
С 3 до 6 месяцев	Через 3, 5 часа
С 6 месяцев	Через 3 часа

Выбери необходимые средства и приспособления для купания грудного ребенка.

Губка, мочалка, ванна, полотенце махровое, термометр, чистое белье, кувшин для воды, детское мыло, хозяйственное мыло, лента для купания, скраб для тела, кипяченая вода. **Игрушки для грудного ребенка лучше покупать:**

- Пластмассовые и мягкие
- Пластмассовые и резиновые
- Резиновые и мягкие

Гардероб самого маленького. Перечисли необходимые вещи малыша.

Необходимая мебель, оборудование для самого маленького: _____

«Медицина»

1. Как и какую помощь оказывают при ожогах?
 2. Как и какую помощь оказывают при тепловом ударе?
 3. Как помочь выбраться из воды, если тонет он в полынье?
 4. Как помочь выбраться из воды, если тонет в реке?
 5. Как и какую помощь оказывают при обморожении?
 6. Как называется повреждение тканей, возникшее от теплового, химического, электрического, радиационного воздействия?
 - Обморожение
 - Ожог
 - Отравление
 7. Употребление в пищу недоброкачественных продуктов вызывает:
 - Обжорство
 - Отравление
 - Обморожение
 8. Расставь цифровую последовательность оказания первой помощи утопающему:
Переверни на спину, сделай искусственное дыхание
Очисти рот от ила, песка
Вызови «Скорую помощь»
Положи вниз лицом так, чтобы голова и грудь свисали, вода вытекала из лёгких
 9. Номера телефона «Скорой помощи», экстренной помощи
-

«Питание»

1. К санитарно-гигиеническим требованиям относятся:

Мойте руки с мылом.
Перед включением электроприбора проверьте исправность шнура.
Наденьте фартук, косынку.
Рукава одежды закатайте

2. Что относится к электроприборам:

- Терка
- Мясорубка
- Кухонный комбайн

3. Что применяют для взбивания яиц, приготовления жидкого теста?

- Овощерезка
- Миксер
- Мясорубка

4. Что применяют для приготовления фарша?

- Терка
- Мясорубка
- Кухонный комбайн

5. Как называется процесс заготовки овощей и фруктов впрок с помощью консервантов?

- Замораживание
- Засахаривание
- Консервирование

6. Меню – это _____

7. Из теста готовят _____.

8. Расставь цифровую последовательность приготовления блинов.

Замесить жидкое тесто

Выпекать на разогретой сковороде, обжаривая с двух сторон

Смешать яйца, молоко, соль, сахар, муку, соду

Итог за год

1. Расставь правильную последовательность покупки билета:

Оплатить стоимость проезда.

Назвать время отправления .

Назвать станцию назначения.

Проверить сдачу.

2. Соотнеси название отдела с товаром, который в нем продается.

Название отдела	Товар
бакалея	Колбаса котлеты
Молочный	Булки, сушки, батоны
Хлебный	Чай, сахар, кофе
Кондитерский	Сыр, кефир, творог
мясной	Конфеты, вафли, торт

3. Планирование расходов и доходов это _____.

4. Выбери статьи дохода и расходов:

Зарплата, питание, пенсии, пособия, доход с огорода, выигрыш в лотерею, плата за телефон, плата за детский сад, личные нужды, плата за свет

5. Как называется накопленная сумма денег?

- Бюджет
- Сбережение
- Расходы

6. Среднедушевой доход – это:

- 1) Сумма дохода всех членов семьи, поделённая только на родителей
- 2) Сумма дохода всех членов семьи, поделённая на количество членов семьи
- 3) Сумма дохода всех членов семьи, поделённая на количество детей

7. Расставь цифровую последовательность приготовления блинов.

Замесить жидкое тесто

Выпекать на разогретой сковороде, обжаривая с двух сторон

Смешать яйца, молоко, соль, сахар, муку, соду

8. Расставь цифровую последовательность оказания первой помощи утопающему:

Переверни на спину, сделай искусственное дыхание

Очисти рот от ила, песка

Вызови «Скорую помощь»

Положи вниз лицом так, чтобы голова и грудь свисали, вода вытекала из лёгких

9. Выбери необходимые средства и приспособления для купания грудного ребенка.

Губка, мочалка, ванна, полотенце махровое, термометр, чистое белье, кувшин для воды, детское мыло, хозяйственное мыло, лента для купания, скраб для тела, кипяченая вода.

Игрушки для грудного ребенка лучше покупать:

1. Пластмассовые и мягкие 2. Пластмассовые и резиновые 3. Резиновые и мягкие

9 класс)

«Бюджет»

1. Выбери статьи расходов

Зарплата Пенсии Пособия Хозяйственно-бытовые нужды, плата за свет , личные нужды, культурные потребности, доход от хозяйства, плата за телефон.

2. Выбери понятие «Бюджет»

- Уменьшение суммы расходов
- Планирование расходов и доходов
- Обязательные взносы

3. Выбери названия продуктов, которые можно не покупать в целях экономии бюджета.

Хлеб, масло, мороженое, творог, лук, картофель, кефир, йогурт, пирожное, чипсы

4. Посчитай плату за электроэнергию

Стоимость 1 квт\ч – известна

Старые показания

Новые показания

Всего?

Сумма?

«Медицина»

1. Прочитай и расставь стрелки

Название	Стрелки	Способ распространения
Инфекции дыхательных путей		Через продукты питания
Кишечные инфекции		Воздушно-капельный путь
Кровяные инфекции		Контактный путь
Инфекции наружных покровов		Через укусы кровососущих

2. Условия освобождения от учебы, работы _____

3. Тест

- Что называется инфекцией? _____
- Что такое дезинфекция? _____
- Какие болезни распространяются воздушно-капельным путем? _____
- Компресс – это _____
- В каком учреждении приобретают лекарства? _____
- Кто выписывает рецепт? _____

4. Допиши предложения

- Если я заболею, я обращусь в _____
- Если мне нужна операция, положат в _____
- Если мне нужны лекарства, пойду в _____
- Если надо пройти обследование, обращусь в _____

«Питание»

1. К санитарно-гигиеническим требованиям относятся:

Мойте руки с мылом.
Перед включением электроприбора проверьте исправность шнура.
Наденьте фартук, косынку.
Рукава одежды закатайте

2. Что относится к электроприборам:

- Терка

- Мясорубка
- Кухонный комбайн

3. Что применяют для взбивания яиц, приготовления жидкого теста?

- Овощерезка
- Миксер
- Мясорубка

4. Что применяют для приготовления фарша?

- Терка
- Мясорубка
- Кухонный комбайн

5. Как называется процесс заготовки овощей и фруктов впрок с помощью консервантов?

- Замораживание
- Засахаривание
- Консервирование

6. Меню – это _____

7. Из теста готовят _____.

8. Расставь цифровую последовательность приготовления блинов.

Замесить жидкое тесто

Выпекать на разогретой сковороде, обжаривая с двух сторон

Смешать яйца, молоко, соль, сахар, муку, соду

9. Сервировка стола – это _____

«Средства связи»

Отметь нужный вариант ответа.

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
Деньги можно отправлять	В конверте Денежным переводом В посылке
Сумма денежного перевода	100 руб 1000 руб Не ограничена
Сумма пишется	Цифрами Прописью Все равно как
Оплата производится	За каждый полный рубль За каждые сто рублей

	За каждый полный и неполный рубль
--	-----------------------------------

2. Масса посылки может быть:

10 кг

1 кг

25 кг

3. В посылке нельзя пересылать:

Семена и книги

Мясо и рыбу

Мед и варенье

4. Вклад, который можно снять в любое время с начислениями процентов, называется:

Срочный

Бессрочный

Не знаю

5. Страховой договор – это:

Плата за страхование

Соглашение между страхователем и страховщиком

Страховая компания

6. Предоставление банком денег в долг – это:

1)Вклад 2) Срочный вклад 3)Кредит

4-я четверть

1. Выбери понятие «Бюджет»

- Уменьшение суммы расходов
- Планирование расходов и доходов
- Обязательные взносы²

2.Выбери статьи расходов

Зарплата Пенсии Пособия Хозяйственно-бытовые нужды, плата за свет , личные нужды, культурные потребности, доход от хозяйства, плата за телефон.

3.Охрана труда – это_____

4.Условия труда - это_____

5. Трудовой договор – это _____

6. Основным документом о трудовой деятельности и трудовом стаже является –

- Трудовой договор

- Личное дело
- Трудовая книжка

7. Предоставление банком денег в долг – это:

- 1) Вклад 2) Срочный вклад 3) Кредит

8. При трудоустройстве надо предъявить:

Паспорт

Квитанцию о квартирной плате

Военный билет

Записную книжку

Документ об образовании

9. Отметь нужный вариант ответа.

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
Деньги можно отправлять	В конверте Денежным переводом В посылке
Сумма денежного перевода	100 руб 1000 руб Не ограничена
Сумма пишется	Цифрами Прописью Все равно как
Оплата производится	За каждый полный рубль За каждые сто рублей За каждый полный и неполный рубль

10. Расставь цифровую последовательность приготовления блинов.

Замесить жидкое тесто

Выпекать на разогретой сковороде, обжаривая с двух сторон

Смешать яйца, молоко, соль, сахар, муку, соду

11. Сервировка стола – это _____

Контрольная работа по сбо за год. 9 класс. Тестирование.

Внимательно прочитайте вопросы и обведите кружком букву варианта правильного ответа.

1. Что относится к здоровому образу жизни?

- а) курение;
- б) закаливание организма;
- в) алкоголизм;
- г) наркомания.

2. Что относится к основным статьям расхода?

- а) коммунальные услуги;
- б) оплата проезда;
- в) ремонт одежды, обуви;
- г) расходы на крупные покупки.

3. В чем смысл сбережений?

- а) деньги просто хранятся;
- б) накапливаются средства для крупной покупки;

- в) деньги можно будет потратить в один день;
г) чувствуешь себя уверенно.

4. Как называется соглашение между страхователем и страховщиком?

- а) страховой агент;
б) страховая компания;
в) страховой взнос;
г) страховой договор.

5. Как называется денежное возмещение, выплачиваемое страховым учреждением страхователю?

- а) зарплата;
б) страховка;
в) штраф;
г) пеня.

6. Что обязательно надо знать при покупке одежды и обуви для себя?

- а) свой возраст;
б) свой размер;
в) свой вес;
г) свой стиль.

7. Какой стиль считается универсальным?

- а) фольклорный;
б) романтический;
в) классический;

8. Чем можно вывести пятно от масляной краски с одежды?

- а) простой водой;
б) горячей водой;
в) кусочком льда;
г) ватой, смоченной бензином или керосином.

9. Интерьер – это:

- а) внешнее убранство дома,
б) внутреннее убранство дома;
в) внешнее и внутреннее убранство дома.

10. Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?

- а) менеджер,
б) дизайнер,
в) архитектор.

11. Выбери службы аэровокзала:

а) касса;	з) зал ожидания;
б) пункт обмена валют;	к) зал приема гостей;
в) расписание;	л) милиция;
г) таможенный контроль;	м) служба газа;
д) стоматологический кабинет;	п) комната матери и ребенка;
е) справочная служба;	р) медпункт;
ж) камера хранения;	с) туалет.

12. Как называется рынок, где продают продукты?

- а) оптовый;
б) продовольственный;
в) крытый.

13. Дрожжевое тесто – это:

- а) тесто, приготовленное на основе дрожжей;
б) тесто, приготовленное без дрожжей;
в) любое тесто.

а) разнообразное;
б) диетическое;
в) одноразовое.

а) уголовный;
б) семейный;
в) трудовой;
г) земельный.

а) 14 лет;
б) 21 год;
в) 18 лет.

- а) покупка художественной литературы;
- б) покупка новой одежды;
- в) приобретение билетов в кино, театр;
- г) приобретение новой мебели;
- д) приобретение билетов в музей;
- е) приобретение билетов на спортивный матч (хоккей, футбол и др);
- ж) приобретение билетов в автобусе.

а) справка;
б) заявление;
в) больничный лист.

а) больница, школа, прокат;
б) парикмахерская, ателье, химчистка;
в) парикмахерская, милиция, прачка.

- а) паспорт;
- б) квитанцию о квартирной плате;
- в) военный билет;
- г) записную книжку;
- д) документ об образовании.

а) объедание;
б) отравление;
в) обморожение;

Статьи дохода	Сумма (руб./коп.)
Заработная плата мамы	19 325 руб. 55 коп.
Заработная плата папы	25 600 руб. 00 коп.
Пенсия бабушки	9 200 руб. 45 коп.
Стипендия брата	1200 руб. 00 коп.
Всего:	

б	ю	д	ж	е	т	=													

23. Напиши заявление на работу, используя данные:

Директор ОАО "Саранскмаш" В.А. Колмыкова

Вакансии:

[Слесарь механосборочных работ 4-6 разряд](#)

[Горничная](#)

[Контролер-кассир \(продовольственные товары, продукты питания\)](#)

[Официант 4 разряд](#)

[Повар 5 разряд](#)

[Рабочий зеленого хозяйства \(сезонные работы с 1 апреля по 31 октября\)](#)

[Слесарь-инструментальщик](#)

С 1 июля 2020г .