

Министерство образования и науки Алтайского края  
КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 1»

Рассмотрено  
29.08.2024 г.  
на педагогическом  
совете № 1

Согласовано  
заместитель директора  
по учебно –  
воспитательной работе  
Т.В. Королёва



Утверждаю  
директор  
Т.Г. Матвеева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного предмета  
«Основы социальной жизни»  
5 класс вариант I  
2024-2025 учебный год.

Разработчик:  
учитель  
Козлова С. В.

г. Барнаул, 2024

### **Пояснительная записка.**

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для 5 класса разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 03.07.2016);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Адаптированной основной общеобразовательной программой (АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 1»;
- Учебным планом КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 1» на 2024-2025 уч. год;
- Годовым календарным учебным планом – графиком КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат №1» на 2024-2025 уч. год;

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

**Основные задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

Курс «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышения уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма 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, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. «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 приёмами экологически чистые продукты: приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение до 9 класса.

Курс «Основы социальной жизни» тесно связан с уроками русского языка (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ), математики (математический расчет по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных средств и т.п.), географии (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий), биологии (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления), трудового обучения (выполнение практических заданий по уходу за одеждой).

Обучение носит коррекционную и практическую направленность, что определяется содержанием и структурой учебного предмета.

При изучении курса "Основы социальной жизни" используется разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, и индивидуальных особенностей учеников.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций и др.

В зависимости от задач урока используются разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учениками всех операций под руководством учителя).

На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыкам обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д.

## **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ ШКОЛЫ**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 9 класс в объеме 272 учебных часов за 5 лет обучения.

Данная программа предназначена для 5 класса и рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю.

<b>Предметная область</b>	<b>Учебный предмет</b>	<b>Количество часов в год</b>
Человек и общество	Основы социальной жизни	68
	<b>Итого:</b>	68

## **ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Данный курс предлагает, как расширение содержания предмета, так и совокупность методик и технологий (в том числе и проектной), позволяющих заниматься всесторонним формированием личности учащихся средствами

предмета «Основы социальной жизни» и, как следствие, расширить набор ценностных ориентиров.

- Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.
- Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.
- Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся по программе коррекционной школы. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Для обеспечения целенаправленного личностного развития обучающихся, подготовки их к самостоятельной жизни, программа предполагает интегрированный подход к формированию личностных качеств, комплексную поддержку обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, реализуемые с учетом их возрастных и специфических особенностей и возможностей, по следующим разделам:

1. Личная гигиена и здоровье.
2. Одежда и обувь.
3. Питание.
4. Жилище.
5. Транспорт.
6. Семья.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОНКРЕТНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Основными объектами проверки являются знания и умения.

### **Личностные результаты:**

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
3. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

**Предметные результаты:**

<b>Минимальный уровень</b>	
<b>Умеют:</b>	<b>Знают:</b>
<b>Введение</b>	
Правильно вести себя в кабинете СБО.	Назначение кабинета СБО и правила поведения в нем. Правила техники безопасности.
<b>Транспорт</b>	
Оплачивать проезд, самостоятельно следовать из дома в школу по ранее намеченному маршруту.	Основные виды городского пассажирского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в общественном транспорте.
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Выполнять утренний и вечерний туалет под руководством взрослых.	Правила личной гигиены (порядок выполнения утреннего и вечернего туалета, наименование основных предметов и средств личной гигиены, правила просмотра телепередач и чтения).
<b>Одежда и обувь</b>	
Соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни.	Отдельные виды одежды и обуви, некоторые правила ухода за ними.
<b>Питание</b>	
Самостоятельно приготовить несложные блюда (бутерброды, чай), использовать оборудование кухни для их приготовления.	Основное оборудование и предметы для приготовления пищи. Имеют представления о разных группах продуктов питания, о санитарно-гигиенических требованиях, соблюдают правила техники безопасности при приготовлении пищи.
<b>Жилище</b>	
Пользоваться коммунальными удобствами, называть свой домашний адрес.	Общее представление о доме, коммунальных удобствах в городе, свой домашний адрес.

<b>Семья</b>	
Называть фамилии, имена ближайших родственников и их место работы.	Состав семьи, ближайших родственников, место работы родителей.

<b>Достаточный уровень</b>	
<b>Введение</b>	
<b>Умеют:</b>	<b>Знают:</b>
Правильно вести себя в кабинете СБО. Соблюдать правила ТБ и санитарно-гигиенических норм.	Назначение кабинета СБО и правила поведения в нем.
<b>Транспорт</b>	
Выбирать рациональный маршрут проезда из дома в разные точки города, оплачивать проезд.	Виды городского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в транспорте
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Соблюдать правила личной гигиены по уходу за кожей рук и ног, ногтями, ухаживать за предметами личной гигиены. Организовывать чтение, просмотр телепередач и работу с компьютером.	Правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены.
<b>Одежда и обувь</b>	
Выбирать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от сезона, по назначению, самостоятельно ухаживать и правильно хранить их.	Виды, роль одежды, обуви и головных уборов для человека, правила ухода и хр.
<b>Питание</b>	
Отличать полезные и вредные продукты, заваривать чай, готовить самостоятельно несложные блюда, мыть посуду.	Организацию питания семьи, режим питания, место для приготовления пищи и его оборудование, полезные и вредные продукты, блюда, приготовляемые с использованием яиц, виды напитков.
<b>Жилище</b>	
Писать почтовый адрес, пользоваться общими и	Типы жилых помещений, коммунальные удобства,



индивидуальными коммунальными удобствами.	домашний почтовый адрес.
<b>Семья</b>	
Составлять родословную, распределять обязанности членов семьи.	Свою родословную, место работы членов семьи, распределение обязанностей в семье.

Предмет «Основы социальной жизни» в 5 классе ориентирован на достижение определённых **базовых учебных действий**.

**Базовые учебные действия** формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **ЛИЧНОСТНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы; обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

### **КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

### **РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком, ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спорт. инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

### **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителей

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.**

### **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. Гигиена зрения.

### **Одежда и обувь**

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

### **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. Правила ТБ.

*Виды продуктов питания.*

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

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

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

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

*Прием пищи.*

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

### **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.

### **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).

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

### **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.

# Календарно - тематическое планирование.

## 5 класс

№ п/п	Названия разделов, тем.	Кол- во часов	Дата проведения.	Виды деятельности обучающихся.
1	Введение.	1		Знакомятся с новым кабинетом, новым учебным предметом, оборудованием и демонстрационными пособиями. Называют учебный предмет, записывают его название. Изучают правила поведения в кабинете ОСЖ, инструкцию по технике безопасности. Слушают вводный инструктаж по охране труда.
	<b>Личная гигиена и здоровье.</b>	<b>(9ч)</b>		
2	Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации. видеоматериалы. Формулируют понятие «личная гигиена», понимают её значение для здоровья человека.
3	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации. видеоматериалы. Узнают последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета.
4	Личные вещи для совершения туалета (мочалка, расческа, полотенце, зубная щетка), правила содержания личных вещей.	1		Повторяют названия вещей личного пользования. Рассказывают о назначении личных вещей. Формулируют правила их содержания.
5	Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, видеоматериалы.

6	Косметические средства по уходу за кожей рук.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации. Видеоматериалы.
7,8	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах. Косметические средства по уходу за кожей ног.	2		Узнают, периодичность и правила ухода за кожей ног, ногтями. Учатся стричь ногти на ногах. Соблюдают правила ТБ при работе с режущими инструментами и оборудованием.
9,10	Косметические средства. Экскурсия в магазин в отдел «косметики».	2		Слушают рассказ учителя. Знакомятся с ассортиментом товаров в отделе «косметики». Обсуждают увиденное с педагогом.
11	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности.	1		Формулируют правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач, работе с компьютером, телефоном. Умеют располагать настольную лампу за письменным столом. Знают и выполняют правила ухода за органами зрения
12	Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	1		Формулируют правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач, работе с компьютером, телефоном. Умеют располагать настольную лампу за письменным столом. Знают и выполняют правила ухода за органами зрения
	<b>Одежда и обувь.</b>	<b>(6ч)</b>		
13,14	Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения, способа ношения, сезона, вида тканей. Особенности разных видов одежды.	2		Различают одежду в зависимости от пола, возраста, назначения, способа ношения и по сезону. Приводят примеры разных видов одежды подбирают по картинкам согласно заданиям. Называют профессии людей, изготавливающих одежду. Заполняют таблицы

				«Виды одежды». Делают зарисовки одежды в тетрадах. Знают и выполняют правила и приёмы повседневного ухода за одеждой.
15	Головные уборы: виды и назначение.	1		Различают головные уборы в зависимости от пола, возраста, назначения, способа ношения и по сезону. Приводят примеры разных видов головных уборов, подбирают по картинкам согласно заданиям. Заполняют таблицу «Виды и назначение головных уборов». Делают зарисовки головных уборов в тетрадах.
16	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации. Видеоматериалы.
17,18	Значение опрятного вида человека. Уход за одеждой.	2		Объясняют значение опрятного вида человека. Отвечают на вопросы учителя. Работают с иллюстрациями.
19,20	Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде. Практическая работа: «Уборка зимних вещей на летнее хранение».	2		Называют и показывают предметы ухода за одеждой. Умеют содержать в чистоте и порядке личные вещи. Учатся сушить и чистить одежду, подготавливать к хранению. Применяют на практике полученные знания. Выполняют практические задания, работают с карточками и раздаточным материалом. Рассказывают правила ухода за одеждой, головными уборами и обувью. Анализируют, задают вопросы, формулируют ответы, делают выводы.
21	Магазины по продаже различных видов одежды.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, видеоматериалы.
22	Экскурсия в магазин «Одежда»	1		Слушают инструктаж учителя. Выполняют действия, связанные с экскурсией.

23	Виды обуви, уход за обувью.	1		Различают обувь в зависимости от пола, возраста, назначения, способа ношения и по сезону. Приводят примеры разных видов обуви, подбирают по картинкам согласно заданиям. Называют профессии людей, изготавливающих обувь. Заполняют таблицы «Уход за обувью». Делают зарисовки обуви в тетрадях. Знают и выполняют правила и приёмы повседневного ухода за обувью. Называют и показывают предметы ухода за обувью. Различают обувь по материалу, из которого она сделана.
24	Практическая работа: «Уход за одеждой и обувью».	1		Применяют на практике полученные знания. Выполняют практические задания, работают с карточками и раздаточным материалом. Рассказывают правила ухода за одеждой и обувью. Анализируют, задают вопросы, формулируют ответы, делают выводы.
	<b>Питание</b>	<b>(11ч)</b>		
25,26	Питание. Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности человека.	2		Узнают о значении питания в жизни и деятельности людей. Рассказывают о влиянии правильного режима и рационального питания на здоровье человека. Классифицируют продукты питания по группам. Рисуют в тетрадях полезные продукты. Называют неполезные продукты.
27,28	Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	2		Слушают объяснения учителя. Рассказывают о влиянии правильного режима и рационального питания на здоровье человека. Классифицируют продукты питания по группам.



29,30	Место приготовления пищи и его оборудование (кухонная утварь и посуда). Гигиена приготовления пищи. Практическая работа: «Изучение оборудования кухни».	2		Изучают оборудование кухни. Показывают кухонные принадлежности, посуду, столовые приборы, знают их названия. Распределяют кухонные принадлежности по назначению.
31,32	Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака.	2		Составляют меню для завтрака. Называют блюда для завтрака и напитки. Отбирают необходимые продукты для приготовления завтрака, подсчитывают их стоимость.
33,34	Блюда для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака.	2		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, видеоматериалы
35,36	Яйца. Жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.	2		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, видеоматериалы. Отвечают на вопросы. Подводят итоги урока.
37	Яйца. Блюда из яиц.	1		Узнают технологию приготовления отварных яиц. Записывают рецепты. Называют профессии людей, которые готовят пищу.
38	Практическая работа: «Приготовление блюда из яиц. Отварные яйца с зеленью».	1		Учатся готовить отварные яйца, знают технологию приготовления. Записывают рецепты. Строго соблюдают правила гигиены приготовления пищи и ТБ при работе с кипящими жидкостями, режущими инструментами
39	Чай и кофе. Правила заваривание чая. Т.Б. в обращении с кипятком.	1		Изучают виды чая и кофе, правила заваривания чая. Работают с презентацией.
40	Практическая работа: «Приготовление	1		Слушают инструктаж учителя. Выполняют

	напитка для завтрака».			практическую деятельность согласно очерёдности этапов работы. Делают анализ своей работы.
41,42	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Бутерброды. Виды бутербродов.	2		Слушают объяснение учителя. Называют хлебобулочные изделия. Изучают правила хранения хлеба. Изучают виды бутербродов, работают с методическими материалами.
43	Бутерброды. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	1		Знают виды бутербродов. Учатся готовить простые и сложные бутерброды, знают технологию приготовления. Записывают рецепты.
44	Практическая работа: «Приготовление бутербродов».	1		Знают виды бутербродов. Учатся готовить простые и сложные бутерброды. Выполняют практическую деятельность согласно очерёдности этапов работы. Делают анализ своей работы.
45	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытьё, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.	1		Слушают объяснение учителя. Работают с презентацией. Записывают рецепты.
46	Практическая работа: «Приготовление овощного салата».	1		Слушают объяснение учителя. Работают с презентацией.
47,48	Правила поведения за столом и приема пищи. Практическая работа: «Сервировка стола к завтраку».	2		Слушают объяснение учителя. Работают с презентацией. Сервируют стол к завтраку. Перечисляют правила поведения за столом и выполняют их.
	<b>Семья</b>	<b>(3ч)</b>		

49	Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников, возраст, дни рождения.	1		Формулируют понятие семьи. Рассказывают о своих семьях. Называют имена, отчества и фамилии свои и ближайших родственников, возраст, дни рождения, записывают их в тетрадях.
50	Взаимоотношения между родственниками.	1		Слушают объяснение учителя. Объясняют понятие «генеалогическое древо» по рисунку, порядок его составления. С помощью родителей составляют «родословное древо» своей семьи. Рассказывают о взаимоотношениях в своих семьях. Знают и выполняют правила поведения в семье.
51,52	Место работы членов семьи, должности, профессии. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	2		Знают и выполняют правила поведения в семье. Уважительно относятся к старшим по возрасту, помогают им по дому и заботятся о младших членах семьи. Учатся общаться и взаимодействовать с людьми.
	<b>Жилище</b>	<b>(5ч)</b>		
53	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное, государственное.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, презентацию о жилых помещениях. Называют виды жилых помещений в городе и селе. Рассказывают о жилье, в которых проживают. Дифференцируют понятия жилое-нежилое, постоянное-временное, собственное-государственное
54	Почтовый адрес дома и школы – интерната.	1		Знакомятся с правилами написания почтового адреса школы и дома. Учатся писать почтовый индекс, адрес на почтовых открытках, конвертах.

55	Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные услуги в многоквартирном доме.	1		Слушают объяснение учителя, работают со словарными словами. Определяют коммунальные удобства в своем доме или квартире.
56	Планировка жилища. Виды жилых комнат.	1		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, материалы о жилых помещениях. Называют виды жилых помещений в городе и селе. Рассказывают о жилье, в которых проживают. Рисуют в тетрадях свои квартиры, дома. Называют варианты квартир по количеству комнат и по назначению.
57,58	Планировка жилища. Виды нежилых помещений. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	2		Слушают объяснения учителя, просматривают иллюстрации, видеоматериалы о жилых помещениях. Называют виды нежилых помещений в городе и селе. Дифференцируют понятия жилое-нежило. Называют нежилые помещения и определяют их назначение.
	<b>Транспорт</b>	<b>(4ч)</b>		
59	Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1		Рассматривают иллюстрации, просматривают видеоматериалы, слушают объяснения учителя. Сравнивают, различают, показывают транспортные средства для передвижения пассажиров и грузов. Классифицируют транспортные средства, правильно называют их. Перечисляют транспортные профессии. Знают виды городского транспорта, записывают в тетрадях, делают зарисовки.
60	Правила поведения в городском транспорте. Сюжетно-ролевая игра:	1		Рассматривают иллюстрации, просматривают видеоматериалы, слушают объяснения учителя.

	«Автобус с пассажирами».			Обыгрывают предложенную ситуацию.
61, 62	Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчёт стоимости проезда.	1		Слушают объяснение учителя. Составляют маршрут от дома до школы и обратно. Анализируют житейские ситуации.
63, 64,	Правила дорожного движения. Поведение в общественном транспорте и на улице.	2		Обсуждают правила поведения в транспорте по иллюстрациям. Соблюдают правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, оплаты проезда, поведения в салоне, при выходе из транспорта).
65, 66	Итоговый урок по теме «Чему научились». Повторение изученных материалов за год. Тестирование.	2		Повторяют и обобщают изученный материал в течение года. Участвуют в викторине, отгадывают загадки, ребусы. Понимают учебные задачи и стараются их выполнять. Выполняют элементарные задания по инструкции с помощью учителя от начала до конца.
67, 68	Повторение изученных материалов за год. Тестирование	2		Слушают объяснение учителя. Выполняют элементарные задания по инструкции с помощью учителя от начала до конца.

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Учебный комплекс для обучающихся:*

С. В. Комарова, Е. Л. Александрова «Основы социальной жизни» 5 класс, (Москва, «Просвещение», 2024)

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5 класс» (Москва, Владос, 2013),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 6 класс» (Москва, Владос, 2013),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 7 класс» (Москва, Владос, 2013),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 8 класс» (Москва, Владос, 2013),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 9 класс» (Москва, Владос, 2013),

*Методическая литература для учителя*

«Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида». Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - (Коррекционная педагогика)

Т.А.Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» (Москва, Владос, 2005),

С.А.Львова «Справочник выпускника» (Москва, Владос, 2009),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы» (Москва, Владос, 2013).

Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.

### **Материально-техническое оснащение кабинета социально-бытовой ориентировки**

#### ***Технические средства обучения***

№ п/п	Наименования ТСО	Количество
1.	Компьютер	1
2.	Мультимедийный проектор	1
3.	Ламинатор	1
4.	Колонки	1
5.	Интерактивная доска	1
6.	Сетевой фильтр	1
7.	Принтер струйный Epson L805	1
<b>Электробытовые приборы</b>		
8.	Холодильник с морозильником Bosch Serie 2 VitaFresh KGN36NL21R серебристый	1

9.	Стиральная машина Haier HW60-BP12959BS серебристый	1
10.	Посудомоечная машина Samsung DW50R4050FS/WT серебристый	1
11.	Индукционная варочная поверхность Beko HII 64200 МТ	1
12.	Электрический духовой шкаф Bosch Serie 4 HBF534EB0R черный	1
13.	Электрочайник Bosch TWK 4P440 серебристый	1
14.	Мультиварка Philips HD 3136 серебристый	1
15.	Микроволновая печь Whirlpool MWPS 253 SX серебристый	1
16.	Кухонная машина Bosch Serie 2 MUMS2EW40 белый	1
17.	Вафельница First FA-5305-2 черный	1
18.	Тостер CASO Classico T2 серебристый	1
19.	Термопот REDMOND Sky Thermopot M810S серый	1
20.	Вытяжка подвесная Gefest BO 2501 белый	1
21.	Пылесос Redmond RV-325 серый	1
22.	Тонометр автоматический M2 Basic адаптер и универсальная манжета OMRON	1
23.	4K (Ultra HD) Smart телевизор SAMSUNG UE43AU7140U	1
24.	Электроутюг Scarlet	1
25.	Магнитола Thomson	1
26.	Блендер Scarlett	1
27.	Пароварка Scarlett	1
28.	Кухонный комбайн Philips	1
<b>Дидактическое (демонстрационное) оборудование</b>		
29.	Набор посуды Taller Льюис TR-1071	1
30.	Набор кухонных инструментов Nadoba Karolina	1
31.	Набор столовых приборов Lara Sirius LR10-16/18 18 шт	3
32.	Овощерезка Aceline A3MG029	1
33.	Набор «Цитрус»	1
34.	Жаровня	1
35.	Тарелки разные	20
36.	Чашка пластмассовая	1
37.	Зеркало	1
38.	Часы	1
39.	Подсвечники	2
40.	Куклы	2
41.	Косметичка	1
42.	Скатерти	3
43.	Набор кастрюль для СВЧ	1

44.	Чайники фарфоровые (2 б., 1 м.)	2
45.	Кастрюля	1
46.	Самовар	1
47.	Набор чайной посуды	2
48.	Пиалы	1
49.	Лоток	4
50.	Сушка для посуды	1
51.	Кружка эмалированная	1
52.	Миска эмалированная	1
53.	Дуршлаг	1
54.	Мясорубка	1
55.	Закаточная машинка	1
56.	Ложка столовая /черпак/	2
57.	Набор из семи предметов	1
58.	Сухарница пластмассовая	1
59.	Ложка столовая	25
60.	Вилка	6
61.	Ножи столовые	10
62.	Сковорода	3
63.	Шумовка	1
64.	Ваза для фруктов /на ножках/	2
65.	Вазы /салатницы/	8
66.	Набор столовой посуды	2
67.	Стаканы	4
68.	Чашки чайные	8
69.	Сервиз столовый	2
70.	Весы	1
71.	Полотенца	4
72.	Доска гладильная	1
73.	Ведро	2

№ п/п	Наименования имущества	Количество
1.	Набор кухонной мебели	1
2.	Стол кухонный	1
3.	Табуретки	4
4.	Мебель – стенка	1
5.	Набор мягкой мебели	1
6.	Журнальный столик	1
7.	Парты ученические	4
8.	Стулья ученические	8
9.	Шкафы офисные	1
10.	Стол письменный	1
11.	Кресло	1



12.	Подставки для цветов	2
13.	Шкаф – прихожая	1
14.	Жалюзи	1
15.	Комплект штор	2
16.	Ковёр	1

### **Образцы и средства:**

- кремы, лосьоны, духи, зубные пасты, зубные щётки, шампуни, расчески, дезодоранты, средства защиты кожи (перчатки, защитные кремы) губки, мочалки, мыло;
- щетки одёжные, пуговицы, нитки, наборы игл, ножницы, крючки, кнопки, синтетические моющие средства;
- моющие и чистящие средства, вазы для цветов;
- весы, образцы круп, ярлыки, бирки, инструкции по эксплуатации товаров;
- куклы пластмассовые, комплект одежды для новорожденного;
- телефонный аппарат, бланки почтовых и телеграфных отправок, упаковочный материал для бандеролей, посылок, наборы знаков почтовых отправок (конверты, открытки, почтовые карточки);
- аптечка, термометр, грелка, памперсы детские.