

Областное государственное казенное общеобразовательное
учреждение
«Шуйская коррекционная школа-интернат»
(ОГКОУ «Шуйская коррекционная школа-интернат»)

РАССМОТРЕНО

Заседанием МО
учителей
(протокол от 24.08.2020)

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом
(протокол от 28.08.2020)

УТВЕРЖДЕНО

Директор Г.В. Нездолина

(приказ от 28.08.2020 № 40/3)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
« Основы социальной жизни»
АООП 1 вариант
для 5-9 классов
Срок реализации 5 лет

Составитель: Молькова И.В.
учитель высшей квалификационной категории



г. Шуя
2020

Оглавление

	стр.
1. Пояснительная записка.....	3
2. Общая характеристика учебного предмета.....	4
3. Описание места учебного предмета в учебном плане.....	7
4. Планируемые результаты освоения учебного предмета	8
5. Содержание учебного предмета	19
6. Тематическое планирование	31
7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса	34
8. Контрольно-оценочные средства	35
Приложение. Календарно-тематическое планирование.	

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 5-9 классов с легкой умственной отсталостью разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 года N 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. года № 273 «Об образовании в Российской Федерации» и на основе нормативно-правовых документов:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант ОГКОУ «Шуйская коррекционная школа-интернат»
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант
- Письмом Министерства образования от октября 2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»

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

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет:

- 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.

2. Общая характеристика учебного предмета

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

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально-бытовые компетентности: «Личная гигиена и здоровье», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Питание», «Транспорт», «Средства связи», «Семья», «Предприятия организации, учреждения».

Программа строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности учащихся. Особенностью программы является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обученности, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет своё продолжение с 5 по 9 классы. Например, в 5 классе по теме « Одежда и обувь» к концу года учащиеся должны знать только виды одежды и обуви, их назначение и уход за ними, то в 7 классе знания и умения в значительной степени расширены: особенности стирки одежды и белья, правила пользования стиральной машиной и моющими средствами, назначение прачечной и пользование ею. В 9 классе эта тема предусматривает овладение навыками определения размера одежды и обуви, стиль, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды и т.п.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные уроки должны

способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.п. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Каждый раздел включает в себя основные теоретические сведения, практические работы, проверочные работы. Контрольно-измерительный материал создается учителем в соответствии с психофизическими особенностями учащихся каждого класса. В конце года проводится итоговая контрольная работа (итоговый контроль) по изученному материалу в виде теста.

Уроки проводятся в специальном кабинете. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателями или дома

Основные формы, методы и средства организации учебной деятельности.

Основной формой обучения является урок. Организация эффективного учебного процесса обеспечивается сочетанием организационных форм:

- фронтальная работа, где происходит проблематизация и предъявляется необходимый минимум учебного материала
- работа в постоянных парах (группах)– тренаж, повторение, закрепление материала, предъявленного в предшествовавшей фронтальной работе
- работа в парах (группах) сменного состава – глубокое освоение отдельных моментов материала по изучаемой теме.
- индивидуальная работа — самостоятельное выполнение заданий по теме урока

Качественное усвоение обучающимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация кинофильмов, ИКТ.

Объяснение - проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном (коррекционном) обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ. Используют рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа - это вопросно-ответный метод обучения. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся.

Практические работы. В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. *Экскурсии* - им отводится значительное место в программе. Любая экскурсия не является самоцелью и используется с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсии могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, в основном проводятся на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы. Вариантом сюжетно-ролевых игр является *метод моделирования реальных сюжетных ситуаций* и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На уроках «Основы социальной жизни» следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

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

Педагогические технологии, используемые на уроке:

Образовательные технологии, используемые при обучении:

- развивающее обучение;
- разно-уровневое обучение;
- коллективное обучение;
- элементы исследовательского и проблемного обучения, в том числе метода проектов;

- технология использования игровых методов обучения;
- обучение в сотрудничестве;
- здоровьесберегающие технологии;
- коммуникативные технологии;
- ИКТ-технологии.

Главная роль отводится технологии деятельностного обучения.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек и общество» и реализуется за счет часов обязательной части учебного плана. На изучение предмета в 5-6 классах отводится 34 часа (1 час в неделю), в 7 – 9 классах - 68 часов (2 часа в неделю). Общий объем учебного времени составляет 272 часа.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Результаты освоения с обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оцениваются как итоговые на момент завершения образования (9 класс).

Освоение обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП, предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных*.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Планируемые личностные результаты

- Осознание себя как гражданина России
- Сформированность чувства гордости за свою Родину
- Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении
- Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.
- Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия (т.е. самой формой поведения, социальным рисунком), в том числе с использованием информационных технологий.
- Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей

- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
- Сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
- Сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- Сформированность этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
- Сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Сформированность готовности к самостоятельной жизни.
- Владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Предметные результаты представлены двумя уровнями овладения знаний: *минимальным и достаточным.*

Минимальный уровень - самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

Достаточный уровень - самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

Планируемые предметные результаты

5 класс

Минимальный уровень:

- представление о правилах личной гигиены и выполнение их под руководством педагога;
- знание названия предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета;
- знание своего домашнего почтового адреса;
- умение пользоваться коммунальными удобствами (водопровод, домофон, почтовый ящик и др.)
- знание определенных видов одежды и обуви; правил ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдение правил ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни;

- знание названий отдельных видов продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок)
- понимание значения продуктов питания для здоровья человека;
- представление о санитарно-гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи;
- приготовление бутербродов, заваривание чая под руководством педагога;
- знание названия транспортных средств;
- соблюдение правил поведения в общественном транспорте;
- выполнение поездки на общественном транспорте под руководством родителей, педагога;
- Представление об основных средствах связи.
- знание фамилии, имени, отчество членов семьи;
- определение степени родства членов семьи.

Достаточный уровень:

- составление наиболее рационального маршрута проезда к школе-интернату;
- знание вариантов проезда до школы различными видами транспорта;
- самостоятельное умение оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знание и соблюдение правил безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части;
- умение подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- использование одежды и обуви в зависимости от назначения;
- самостоятельное выполнение утреннего и вечернего туалета в определенной последовательности;
- знание индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- самостоятельное выполнение санитарно-гигиенических требований пользования личными (индивидуальными) вещами.
- знание типы жилых помещений; название жилых комнат, их назначение;
- знание своего домашнего почтового адреса и умение его записывать;
- знание состава продуктов питания и их значение для правильной работы организма человека;
- соблюдение режима питания;

- знание и выполнение гигиенических требований к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- составление меню завтрака;
- самостоятельно приготовление чая, бутербродов;
- навыки сервировки стола с учетом меню завтрака;
- знание основных средств связи;
- соблюдение правил поведения дома.

6 класс

Минимальный уровень:

- представление о правилах закаливания организма, вреде наркотиков и токсических веществ;
- знание санитарно-гигиенических требований и правил безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, соблюдение под руководством учителя;
- представление о правилах стирки изделий из хлопчатобумажной ткани;
- знание места работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои прав и обязанностей в семье;
- выполнение хозяйственно – бытовых обязанностей в школе, дома;
- умение вести разговор с взрослыми, сверстниками;
- выполнение влажной и сухой уборки дома, в классе под руководством взрослых;
- представление о видах междугороднего транспорта;
- приобретение билета под руководством взрослых;
- знание магазинов промышленных товаров, соблюдение правил поведения в магазине под руководством взрослых;
- представление о причинах травм, соблюдение правил безопасного поведения под руководством взрослых.

Достаточный уровень:

- знание способов выбора и хранения доброкачественной продукции;
- самостоятельное приготовление каши, картофеля, макарон;
- соблюдение правил закаливания организма;
- соблюдение санитарно-гигиенических требований и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами;
- знание правил стирки изделий из хлопчатобумажной ткани, самостоятельное выполнение стирки небольших вещей;

- называние места работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье; выполнение хозяйственно – бытовых обязанностей в школе, дома;
- соблюдение правил поведения в культурно - досуговых учреждениях;
- самостоятельное ведение разговора с взрослыми, сверстниками;
- соблюдение гигиенических требований к жилому помещению, проведение влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса;
- знание видов междугороднего транспорта, умение узнать стоимость проезда, самостоятельное приобретение билета;
- знание видов магазинов промышленных товаров, видов специализированных магазинов, соблюдение правил поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- умение совершить покупку;
- знание предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, видов писем, бандеролей, посылок,
- соблюдение правил поведения на почте;
- соблюдение мер по предупреждению переломов;
- знание видов доврачебной помощи, правил оказания первой помощи при ушибах и растяжениях;
- знание видов детских учреждений и их назначение.

7 класс

Минимальный уровень:

- уметь составить меню завтрака, обеда и ужина на день.
- представление о видах питания, значении первых и вторых блюд;
- умение приготовить простое блюдо под руководством учителя;
- знание правил безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи, их выполнение под руководством учителя;
- знание правила личной гигиены девушки и юноши их соблюдение под руководством взрослого;
- представление об особенностях стирки цветного и белого белья, правилах пользования моющими средствами,
- представление о правилах пользования стиральной машиной, и их выполнение под руководством учителя;
- представление о назначении прачечной и видах её услуг;
- выполнение ремонта разорванных мест одежды, пришивание пуговицы под руководством учителя;

- выполнение стирки белого белья вручную под руководством учителя;
- знание правил уборки жилых помещений; мыть зеркала и стекла, утеплять окна с помощью учителя;
- представление о функциях железнодорожного транспорта;
- представление о беспроводных средствах персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь); правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной);
- знание и соблюдение правил культурного разговора по телефону;
- знание меры по предупреждению несчастных случаев;
- представление об учреждениях исполнительной власти;
- обращаться с вопросами к работникам учреждения.

Достаточный уровень:

- составление меню завтрака, обеда и ужина на день.
- знание о различных видах питания и их особенностях, значение первых и вторых блюд;
- самостоятельное приготовление простого блюда;
- соблюдение правил безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи;
- соблюдение правил личной гигиены девушки и юноши;
- знание о видах косметических средств и правилах ухода за волосами и кожей лица и рук;
- умение определять тип кожи и волос, самостоятельно подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами;
- знание особенностей стирки цветного и белого белья, правил пользования моющими средствами, устройстве стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей;
- самостоятельный ремонт разорванных мест одежды (штопать, пришивать пуговицу и петельку);
- навык стирки белого белья вручную и с помощью стиральной машины.
- некоторые навыки ухода за младшими детьми; объяснять им правила игры и играть с ними;
- соблюдение правил поведения при встрече и расставании, правил поведения при вручении и получении подарков;

- знание последовательности проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия;
- навыки уборки жилых помещений, мытья зеркала и стекла, утепления окон;
- знание функции железнодорожного транспорта, типов пассажирских вагонов, видов справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов;
- некоторые навыки в ориентировании в расписании, приобретении билетов;
- знание беспроводных средств персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь);
- навыки оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной); знание о различных сотовых компаниях, тарифах;
- соблюдение правил культурного разговора по телефону, умение кратко объяснять причину своего звонка;
- соблюдение мер по предупреждению несчастных случаев,
- знание правил оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях;
- навык оказания первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему;
- знание учреждений исполнительной власти, адрес , названия отделов, назначение;
- навык обращения с вопросами к работникам учреждения.

8 класс

Минимальный уровень:

- представление о несложных видах теста, способах приготовления изделий из теста, некоторых способах заготовки продуктов впрок;
- соблюдение усвоенных правил ухода за кожей лица, ног, рук в повседневной жизни под руководством взрослого;
- соблюдение правила поведения в общественных местах;
- представление о периодичности уборки кухни;
- выполнение уборки под руководством учителя (мыть кафельные стены, чистить раковину)
- иметь представление об автобусных маршрутах, правилах безопасной поездки;
- соблюдение правила поведения покупателя под руководством взрослого;

- первоначальные представления о видах телефонной связи, правилах пользования, периодичности оплаты;
- знание мер по предупреждению несчастных случаев в быту;

Достаточный уровень:

- знание видов теста, способов приготовления изделий из теста, способов заготовки продуктов впрок;
- самостоятельное приготовление пресного теста и изделия из него;
- навык заготовки продуктов впрок;
- соблюдение правил ухода за кожей лица, нанесение косметических средств на лицо, шею, руки;
- знание правил стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей;
- соблюдение правил и последовательности глажения белья;
- знание видов предприятий химической очистки одежды, предоставляемые услуги;
- навыки стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей, глажения рубашки и блузки;
- знание правил и периодичность уборки кухни; моющие средства для уборки;
- навык самостоятельной уборки (мыть кафельные стены, чистить раковины);
- знание основных автобусных маршрутов, правил безопасной поездки;
- навык самостоятельного приобретения билета, пользоваться расписанием, обращаться за справкой;
- соблюдение правил поведения покупателя;
- навык нахождения нужных товаров, выбора продукции в соответствии с её качеством;
- знание видов телефонной связи, правил пользования, периодичность оплаты, видов междугородней связи и способах её осуществления;
- навык умения кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону;
- знание и соблюдение мер по предупреждению несчастных случаев в быту;
- знание правил и приёмов оказания первой медицинской помощи;
- навык оказания первой помощи при ожоге, обморожении;

9 класс

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 учителя;
- 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 педагога 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 и т.д.;
- 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 и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

Программа учебного предмета «Основы социальной жизни» ориентирована на достижение учащимися базовых учебных действий.

Личностные учебные действия:

- осознавать себя как гражданина России, имеющего определенные права и обязанности;
- соотносить собственные поступки и поступки других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами;
- определять нравственный аспект в собственном поведении и поведении других людей;
- ориентироваться в социальных ролях;
- осознанно относиться к выбору профессии.

Коммуникативные учебные действия:

- участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- использовать некоторые доступные информационные средства и способы решения коммуникативных задач;
- с определенной степенью полноты и точности выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть диалогической и основами монологической форм речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

Регулятивные учебные действия:

- постановка задач в различных видах доступной деятельности (учебной, трудовой, бытовой)
- определение достаточного круга действий и их последовательности для достижения поставленных задач
- сознание необходимости внесения дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения полученного результата с эталоном
- осуществление самооценки и самоконтроля в деятельности

- адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих

Познавательные учебные действия

- применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач
- извлекать под руководством педагога необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач
- использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий
- использовать готовые алгоритмы деятельности
- устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости

5. Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» по каждому классу представлено шестью разделами «Личная гигиена и здоровье», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Питание», «Транспорт», «Средства связи», «Предприятия, организации, учреждения», «Семья» что соответствует структуре программы «Основы социальной жизни», представленной в Примерной адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

5 класс

Раздел	Содержание	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	<i>Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.</i> 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. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки). <i>Гигиена зрения.</i> Значение зрения в жизни деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотра телепередач, работы с компьютером.	Слушание объяснений учителя. Самостоятельная работа с учебником. Выполнение утреннего и вечернего туалета. Систематизация учебного материала.

	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач	
Охрана здоровья	<i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела.	Слушание объяснений учителя. Самостоятельная работа с учебником Выполнение практической задачи (измерение температуры)
Жилище	<i>Общее представление о доме.</i> 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). <i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений. <i>Домашние животные.</i> 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.	Работа с раздаточным материалом. Выполнение практической задачи (написание домашнего адреса) Наблюдение за демонстрацией учителя. Выполнение практической задачи (полив растений) Самостоятельная работа с учебником.
Одежда и обувь	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. <i>Уход за одеждой.</i> 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 <i>Обувь.</i> Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная,	Работа с книгой. Работа с раздаточным материалом. Изучение средств по уходу за одеждой и обувью. Выполнение практической задачи (чистка обуви)

	домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). <i>Уход за обувью.</i> 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.	
Питание	<i>Организация питания семьи.</i> Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. <i>Приготовление пищи.</i> Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. <i>Виды продуктов питания.</i> Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). <i>Завтрак.</i> Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Составление меню для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола к завтраку. <i>Прием пищи.</i> Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Бутерброды. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Винегрет. Напитки для завтрака. <i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> 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.	Слушание объяснений учителя. Слушание и анализ выступлений своих товарищей. Самостоятельная работа с учебником. Анализ таблиц. Систематизация знаний: называние блюд для завтрака и др. Решение практической задачи.
Транспорт	<i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.	Работа со схемами. Анализ проблемной ситуации. Решение практической задачи
Средства связи	<i>Основные средства связи:</i> почта, телефон,	Работа с

	телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.	учебником. Просмотр учебного фильма.
Семья	<i>Родственные отношения в семье.</i> Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.	Систематизация знаний.

6 класс

Раздел	Содержание	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	<i>Закаливание организма.</i> 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. <i>Гигиена тела.</i> 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. <i>Негативное влияние на организм человека вредных веществ:</i> табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ	Работа с книгой, наглядным материалом. Составление комплекса УГ. Решение практических задач. Систематизация учебного материала. Просмотр учебного фильма.
Охрана здоровья	<i>Виды врачебной помощи на дому.</i> Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.	Слушание объяснений учителя. Выполнение практических задач.

Жилище	<p><i>Уход за жилищем.</i> Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.</p> <p><i>Мебель в жилых помещениях.</i> 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.</p> <p><i>Ручная стирка белья:</i> замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.</p>	<p>Работа с учебником. Работа с инструкциями.</p> <p>Работа с раздаточным материалом.</p> <p>Работа с инструкциями</p>
Одежда и обувь	<p><i>Уход за одеждой.</i> Ручная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила стирки и сушки белья из хлопчатобумажных тканей. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва</p>	<p>Слушание объяснений учителя. Работа с инструкционной картой. Практическая работа.</p>
Питание	<p><i>Виды продуктов питания.</i> Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья).</p> <p><i>Ужин.</i> 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.</p>	<p>Слушание объяснений учителя.</p> <p>Анализ информации.</p> <p>Выполнение практических заданий.</p> <p>Решение количественных и качественных задач.</p>
Транспорт	<p><i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.</p>	<p>Работа с наглядным материалом. Работа с таблицей (расписание)</p>
Средства связи	<p><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых</p>	<p>Наблюдение. Выполнение</p>

	отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.	практического задания. Работа с раздаточным материалом
Предприятия, организации, учреждения	Дошкольные образовательные учреждения. <i>Учреждения дополнительного образования</i> : виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	Слушание объяснений учителя.
Семья	<i>Родственные отношения в семье</i> . Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье.	Систематизация знаний.

7 класс

Раздел	Содержание	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	<i>Особенности соблюдения личной гигиены подростком</i> . Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков). <i>Уход за волосами</i> . Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.	Слушание объяснений учителя. Работа с научно-популярной литературой. Изучение инструкций. Выполнение практических заданий
Охрана здоровья	<i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке</i> . Виды, названия, способы хранения. <i>Виды доврачебной помощи</i> . Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»)). Первая помощь при ушибах и травмах. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	Работа с учебником. Выполнение практического задания
Жилище	Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. Уход за различными видами напольных покрытий, электробытовые приборы для уборки помещений <i>Убранство жилых комнат</i> : зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы;	Слушание объяснений учителя. Изучение устройства электробытовых приборов, правил

	<p>светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.</p> <p>Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p> <p><i>Электробытовые приборы в ванной комнате:</i> стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами. Стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках.</p>	<p>БР</p> <p>Выполнение практической работы</p>
Одежда и обувь	<p><i>Уход за одеждой.</i> Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.</p> <p>Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей. Стирка изделий из шелка вручную.</p> <p>Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.</p>	<p>Наблюдение.</p> <p>Выполнение практической работы.</p> <p>Сбор и систематизация информации</p>
Питание	<p>Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.</p> <p><i>Обед.</i> Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. 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. Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.</p>	<p>Слушание объяснений учителя.</p> <p>Работа с учебником.</p> <p>Работа с раздаточным материалом.</p> <p>Выполнение практической работы.</p>
Транспорт	<p><i>Междугородний железнодорожный транспорт.</i> Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.</p>	<p>Наблюдение. Сбор и систематизация информации.</p> <p>Работа с таблицей (расписанием)</p>
Средства связи	<p>Бандероли. Виды бандеролей: простая,</p>	<p>Работа с</p>

	заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	раздаточным материалом. Выполнение практической работы.
Предприятия, организации, учреждения	<i>Местные промышленные предприятия и сельскохозяйственные.</i> Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	Просмотр учебного фильма. Анализ информации.
Семья	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	Выполнение практической работы.

8 класс

Раздел	Содержание	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы, пудра и природные средства. <i>Негативное влияние на организм человека вредных веществ:</i> табака, алкоголя. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	Работа с учебником. Изучение инструкций. Просмотр учебного фильма.
Охрана здоровья	Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	Слушание объяснений учителя. Работа с учебником. Выполнение практических упражнений.
Жилище	<i>Кухня.</i> Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. <i>Электробытовые приборы на кухне</i> (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. <i>Кухонная утварь.</i> Правила гигиены и	Работа с наглядным материалом. Изучение устройства электробытовых приборов.

	<p>хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями.</p> <p>Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.</p> <p><i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань).</p> <p>Правила ухода и хранения.</p> <p>Кухонная мебель: названия, назначение.</p>	<p>Изучение правил.</p> <p>Выполнение практической работы.</p>
Одежда и обувь	<p>Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей.</p> <p><i>Электробытовые приборы для глажения:</i> виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.</p>	<p>Изучение устройства электробытовых приборов.</p> <p>Наблюдение, сбор и анализ информации.</p>
Питание	<p><i>Мука.</i> Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки. Вредители муки. Просеивание муки.</p> <p><i>Изделия из теста.</i> Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста.</p> <p><i>Домашние заготовки.</i> 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. Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.</p>	<p>Изучение натуральных объектов.</p> <p>Работа с кулинарными книгами.</p> <p>Выполнение практической работы.</p>
Транспорт	<p><i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.</p>	<p>Наблюдение, сбор и анализ информации.</p> <p>Работа с таблицей.</p>
Средства связи	<p><i>Телефонная связь.</i> Виды телефонной</p>	<p>Слушание</p>

	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.	объяснений учителя. Наблюдение, сбор и анализ информации.
Предприятия, организации, учреждения	Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.	Работа с раздаточным материалом.
Семья	<i>Семейный досуг.</i> Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д. <i>Отдых.</i> 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.	Работа с раздаточным материалом. Решение практических задач.

9 класс

Раздел	Содержание	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. <i>Негативное влияние на организм человека вредных веществ:</i> табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	Систематизация знаний. Просмотр учебного фильма.
Охрана здоровья	Уход за больным на дому:	Анализ и сбор

	<p>переодевание, умывание, кормление больного.</p> <p><i>Документы, подтверждающие нетрудоспособность:</i> справка и листок нетрудоспособности.</p>	<p>информации.</p> <p>Работа с раздаточным материалом.</p>
Жилище	<p><i>Планировка жилища.</i> Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.</p> <p><i>Санузел и ванная комната.</i> Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.</p> <p>Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).</p> <p>Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения.</p> <p><i>Насекомые и грызуны в доме:</i> 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.</p> <p>Предупреждение отравлений ядохимикатами.</p> <p>Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.</p>	<p>Работа с учебником, дополнительной литературой.</p> <p>Выполнение практической работы.</p> <p>Изучение инструкций.</p>
Одежда и обувь	<p><i>Уход за одеждой.</i> Обновление одежды (замена мелких деталей). Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях.</p> <p>Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.</p> <p><i>Магазины по продаже одежды.</i> Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.</p>	<p>Слушание объяснений учителя.</p> <p>Изучение раздаточного материала, инструкций.</p> <p>Выполнение практических</p>

	<p><i>Магазины по продаже различных видов обуви.</i> Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.</p> <p><i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.</p> <p><i>Обувь и здоровье человека.</i> Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.</p>	заданий и упражнений.
Питание	<p><i>Прием пищи.</i> Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.</p> <p><i>Виды продуктов питания.</i> Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.</p> <p><i>Соль, сахар, пряности и приправы.</i> Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.</p> <p><i>Чай и кофе.</i> Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.</p> <p>Составление меню для завтрака, обеда, ужина. Подбор необходимых продуктов. Стоимость и расчет продуктов.</p> <p>Праздничный обед. Составление меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Правила этикета за столом.</p> <p><i>Рынки.</i> Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.</p>	<p>Систематизация знаний.</p> <p>Изучение рецептов в кулинарных книгах.</p> <p>Выполнение практических упражнений.</p> <p>Решение этикетных задач.</p>
Транспорт	<i>Водный транспорт.</i> Значение водного	Просмотр

	транспорта. Пристань. Порт. <i>Авиационный транспорт.</i> Аэропорты, аэровокзалы.	учебного фильма.
Средства связи	<i>Интернет-связь.</i> Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. <i>Денежные переводы.</i> Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	Работа с Интернет-ресурсами. Выполнение практических упражнений.
Предприятия, организации, учреждения	<i>Предприятия бытового обслуживания: ателье, прокат, ремонт квартир и др.</i>	Работа с раздаточным материалом.
Семья	<i>Экономика домашнего хозяйства.</i> 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.	Работа с учебником. Работа с раздаточным материалом (квитанции) Выполнение практических упражнений.

6. Тематическое планирование

Раздел программы	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Личная гигиена и здоровье	3	4	4	5	2
Охрана здоровья	1	3	8	7	6
Жилище	5	5	11	9	9
Одежда и обувь	5	6	15	7	9
Питание	13	8	15	18	17
Транспорт	3	1	5	4	4
Средства связи	1	3	4	4	3
Предприятия, организации, учреждения	1	2	3	2	2
Семья	1	3	2	7	12

Контроль и учет знаний	1	1	2	5	4
Итого	34	34	68	68	68

Способы контроля знаний: устный опрос, работа по индивидуальным карточкам, проверочные и практические работы, итоговая контрольная работа за год (тест)

Способы контроля определяются требованиями к его всеобщности и целесообразности. Учитель должен проверить:

- усвоил ли ученик новый материал, понял ли, какие именно действия и в какой последовательности он должен осуществлять, решая задачу, поставленную в рамках содержания материала;
- может ли ученик последовательно и целенаправленно достигать поставленной цели;
- способен ли ученик осуществлять освоенные действия в свернутом виде.

Таким образом, контроль усвоения материала по теме должен состоять из трех частей:

- итоговый контроль усвоения содержания (контроль знаний);
- контроль уровня сформированности умений (контроль умений);
- итоговый контроль свернутой деятельности (контроль навыков).

Контроль и учет теоретических знаний учащихся осуществляется учителем путем бесед, устного и письменного опросов, тестирования.

Наиболее распространенной формой контроля является *опрос* — встречный поток информации, доносящий учителю сведения о количественном и качественном уровне усвоения школьниками учебного материала, умении мыслить.

Обычный опрос отдельных учеников не дает полного представления об усвоении всей группой содержания темы урока, об имеющемся багаже учебных сведений по ранее изученным темам. Поэтому, представляется возможным, использование контроля знаний учащихся с помощью *тестовых заданий*, что обеспечивает всеобщий опрос, не занимающий много времени. Данная форма контроля позволяет учителю получать объективные данные об усвоении познавательного материала всеми учениками класса, группы.

Правильный учет знаний умственно отсталого ученика является довольно сложной задачей. Умственно отсталый ученик не всегда владеет речью в

такой степени, чтобы без затруднений излагать свои знания. Поэтому выявление знаний только через устную речь нельзя признать полным и объективным. Учитывая эти особенности детей с интеллектуальными проблемами развития, необходимо использовать *различные виды проверочных работ*, а также применять различные способы учета знаний школьников.

На уроках помимо контроля за уровнем усвоения учебного материала важно проводить отслеживание и контроль за формированием практических умений и навыков, так как требования ФГОС УО (ИН) наряду с усвоением знаний подразумевают также овладение учащимися практическими умениями и навыками в различных областях жизни: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умения пользоваться предприятиями сферы обслуживания, приготовления пищи, пользования транспортом и т. д. В этом направлении обучения ребята должны не только знать, как решается та или иная практическая задача, но и уметь выполнять эту работу, т. е. овладеть необходимыми практическими умениями и навыками.

При оценке выполненной работы учитель обращает внимание на соблюдение учениками в процессе работы санитарно-гигиенических требований или правил безопасности, на организацию рабочего места, выполнение приемов работы, следование указанной технологии, соблюдение нужных правил хранения инвентаря, соответствие последовательности действий плану работы, взаимоотношение учащихся во время работы (если это была работа в бригаде (группах), результаты общего труда, дисциплинированность и т. д.). В зависимости от того, какую задачу ставил для себя учитель на данный урок.

Так как основная задача уроков ОСЖ — формирование у учащихся практических умений, то оценку результатов практической работы необходимо проводить более дифференцированно. При этом важно оценивать не только сам факт выполнения практического задания, но и качество его выполнения. Учащихся следует приучать к мысли, что в жизни все работы важны, и все они должны выполняться в соответствии с требованиями к качеству.

7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебно-методическая литература для педагогов:

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

Социально-бытовая ориентировка. 5 класс: поурочные планы по программе В. В. Воронковой, С. А. Казаковой / авт.-сост. Л. А. Бабушкина, М. В. Ковтонюк, З. А. Стульнева. - Волгоград: Учитель, 2013. - 160 с.

Социально-бытовая ориентировка. 6 класс : технологические карты уроков по программе В. В. Воронковой, С. А. Казаковой / авт.-сост. С. В. Вахрамеева. - Волгоград : Учитель, 2016. - 125 с.

Учебные пособия для обучающихся:

1. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. Учебное пособие. 5 класс.
2. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. Учебное пособие. 6 класс.
3. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. Учебное пособие. 7 класс.
4. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. Учебное пособие. 8 класс.
5. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. Учебное пособие. 9 класс.
6. Рабочие тетради.
<https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2018/10/12/rabochaya-tetrad-k-urokam-sotsialno-bytovoy-orientirovki-5-klass>
7. Справочник выпускника [С.А. Львова]. — М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2009.— 192 с. (Специальная (коррекционная) образова-тельная школа VIII вида).

Технические средства

1. Компьютер
2. Мультимедийный проектор
3. Интерактивная доска
8. **Контрольно-оценочные средства.**

5 класс

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Прочитайте вопрос и расставьте стрелки

Что может быть общим?		Что должно быть личным?

	Полотенце для рук	
	Расческа	
	Крем для рук	
	Носовой платок	
	Полотенце для ног	
	Туалетное мыло	
	Зубная паста	
	Шампунь	
	Крем для лица	
	Мочалка	
	Туалетная бумага	
	Зубная щетка	

Вставь пропущенные слова:

Зубы чисти _____ раза в день.

Волосы мой _____ в неделю.

Руки, в течение дня, мой после посещения _____, после _____, перед _____.

Слушать громкую музыку и кричать в ухо другого человека _____.

Обобщение по разделу «Личная гигиена»

Тест

Вопросы и задания	Ответы
Напишите правила личной гигиены в течение дня	Утро День Вечер
Отметь галочкой, что может быть общим?	Полотенце Зубная щетка Зубная паста

	Шампунь Расческа Туалетная бумага Мочалка
Отметь галочкой, что может быть личным?	Полотенце Зубная щетка Зубная паста Шампунь Расческа Туалетная бумага Мочалка
Напишите виды труда по уходу за одеждой	
Как влияет алкоголь и никотин на организм человека?	Не влияет Появляются заболевания Изменяется настроение

Раздел «Одежда и обувь»

Определи назначение одежды, обуви и расставь стрелки

Виды одежды	Стрелки	Назначение
Повседневная		Для занятия спортом, прогулок
Праздничная		Для школы, прогулок
Спортивная		Для дома
Домашняя		Для праздников, вечеринок

Поставь знак «+», распределив одежду по сезонам

Время года	Лето	Весна	Зима	Осень
Вид				

одежды				
Летняя				
Зимняя				
Демисезонная				

Дополни таблицу «Правила и способы ухода за одеждой»

Вид одежды	Уход	Предметы ухода
Летняя	Стирка	
Зимняя	Сушка, чистка	
демисезонная	Стирка, сушка, чистка	

34. Поставь знак «+», распределив одежду по месту хранения

Место хранения	Повесить на широкие плечики	Повесить на узкие плечики	Сложить на полку	Повесить и высушить
Легкая				
Верхняя				
Вязаная				
Мокрая				

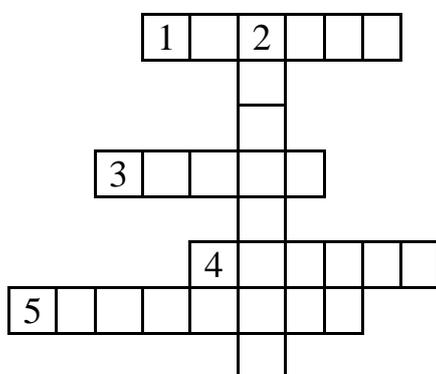
Раздел «Семья»

Напишите членов своей семьи, начиная с самого старшего:

Подберите и напишите слова, которые характеризуют твою семью

Раздел «Питание»

Отгадайте кроссворд «Что нужно для сервировки?»



По горизонтали:

1. В настоящее время еда бывает различной формы и расцветки. Для того чтобы подавать ее на стол, есть ряд вещей, которыми обычно пользуются. Все они выполняются из фарфора, стекла, металла и других материалов.
3. Они, несомненно, украсят любой стол, но принципиально важно, чтобы они не мешали общаться гостям.
4. Как одним словом можно назвать нож, вилку и ложку?
Историческая справка.
5. Накрывая на стол, ее кладут на закусочную тарелку или справа от нее. Бумажные ставят в специальный стакан.

По вертикали:

3. Она - основа всей композиции стола. Ложки, салфетки, цветы должны с ней гармонировать. Классический материал для нее - лен, хлопчатобумажные ткани.

Обобщение по разделу «Питание»

Тест

Вопросы и задания	Ответы
<p>Напиши, какое значение имеют продукты питания в жизни человека:</p>	 <hr/>  <hr/>  <hr/>
<p>Подчеркните оборудование кухни</p>	<p>Холодильник, стол, кастрюля, вилки, ложки, чайник, мойка, обеденная зона.</p>
<p>Отметь галочкой посуду</p>	<p>Тарелка Вилка Блюдце</p>
<p>Отметь галочкой столовую посуду</p>	<p>Вилка Нож Чашка</p>
<p>На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана...</p>	<p>Расстановка Сервировка Установка</p>
<p>Когда нужно мыть грязную посуду?</p>	<p>Вечером Сразу после еды Перед следующим приемом пищи</p>

<p>Рассмотри картинки и подпиши названия бутербродов</p>	 <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>Дай определение</p>	<p>Салаты и винегреты – это _____</p> <p>_____</p>

Магазины по продаже продуктов питания

Заполнить таблицу

Отдел магазина	Продукты	Рисунок
Бакалея		
Молочный		
Кондитерский		
Хлебный		

Установите последовательность.

Порядок покупки товара:

- Рассмотреть товар на витрине.
- Обратиться к продавцу с просьбой рассказать о качестве товара.
- Заранее подумай, что бы ты хотел купить.
- Возьми чек, проверь сдачу.
- Заплати за товар в кассу.

Тест

Вопрос	Варианты ответов
Напишите, какие отделы есть в продуктовых магазинах?	1. 2. 3. 4. 5.
Напишите правила поведения в магазине	1. 2. 3. 4. 5.
Как будете покупать товар? Расставьте по порядку.	Рассмотри товар на витрине. Обратись к продавцу с просьбой рассказать о качестве товара. Заранее подумай, что бы ты хотел купить. Возьми чек, проверь сдачу. Заплати за товар в кассу.

Раздел «Жилище»

Рассмотрите картинки и подпишите, где дом, квартира, интернат.

Выпишите слова из скобок в два столбика, которые обозначают собственное жильё и государственное(частная квартира, дом-особняк, интернат, общежитие, дача)

Собственное	Государственное

**Заполните почтовый конверт.
Напишите адрес.**



Раздел «Транспорт»

Заполните таблицу.

Транспорт		
личный	общественный пассажирский	грузовой

Итоговая контрольная работа за учебный год.

Напишите, что тебе запомнилось больше всего из уроков ОСЖ в 5 классе?

Подумайте и напишите, что вы еще хотели бы узнать в 6 классе?

Тест.

Вопросы и задания	Варианты ответов
Что такое ОСЖ?	О – С – Ж -
Что потребуется для соблюдения к личной гигиены?	Душ Мыло Грязное бельё Шампунь
Что нужно делать, чтобы сохранить зрение?	Читать лёжа Смотреть телевизор на расстоянии 3 метров Смотреть на яркий свет Обратиться к окулисту
Значение одежды и обуви для человека?	Тепло Красиво Одежда не имеет значения
Какие виды одежды и обуви вы знаете?	
Значение продуктов питания для человека?	Для роста Для ума Не имеет значения
Место приготовления пищи?	Столовая Кухня Прихожая
Назовите оборудование кухни?	
Что означает «сервировать стол»?	

Назовите членов своей семьи (фамилия, имя, отчество, место работы или учебы)	
Виды жилых помещений	
Виды городского транспорта	
Основные отделы продуктовых магазинов	

6 класс

Раздел « Личная гигиена и здоровье»

Дайте определение понятию:

Закаливание это-

Назовите основные способы закаливания:

1. _____

2. _____

3. _____

Для чего нужно закаляться?

Посмотрите на картинки-символы и подпишите правила охраны зрения

Тест

Вопросы и задания	Ответы
Вставь пропущенные слова	Солнце, _____ и вода наши лучшие друзья. Чтобы быть здоровым, надо _____.
Выбери правильные ответы	Чтобы хорошо себя чувствовать надо: соблюдать режим дня есть овощи и фрукты делать по утрам зарядку весь день смотреть телепередачи курить гулять в лесу
Напиши, для чего нужно закаляться?	
Орган зрения у человека это -	
Как сохранить зрение? Напиши правила:	
Какое влияние на человека оказывают вредные привычки? Выбери	Никакого, это хорошо Появляются хронические заболевания

правильный ответ	Меняется цвет лица.
СКАЖЕМ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ -	

Раздел «Одежда и обувь»

Ответ на вопрос:

Что такое опрятный вид человека?

Выполните задания

- 1) Выбрать из рисунков и отметить галочкой то, что нужно для ремонта.
- 2) Выписать:

Инструменты	Приспособления	Фурнитуру

рисунки инструментов, приспособлений и фурнитуры



Способы пришивания пуговиц, нарисуй:

ПОЛОСКА	
КВАДРАТ	
КРЕСТИК	
КУРИНАЯ ЛАПКА	

Тест

Вопросы и задания	Ответы
Выбери и отметь галочкой, что понадобится для стирки белья	1) таз 2) крем 3) холодная вода 4) тёплая вода 5) мыло туалетное, мыло хозяйственное
Запиши, какого этапа для стирки не хватает	1) налей в таз теплую воду 2) 3) замочи вещи 4) поменяй моющий раствор 5) 6) тщательно прополощи 7)
Перечисли способы пришивания пуговиц	
Почему надо ухаживать за одеждой	1) чтобы выглядеть опрятно 2) за вещами не надо ухаживать

Раздел «Семья»

Отгадайте ребус:

«7Я» - _____

Заполните таблицу:

Родственные отношения	Фамилия	Имя	Отчество	Место работы

Напишите свои обязанности по дому:

Вопрос. За что окружающие уважают вашу семью?

Ответ: _____

Раздел «Жилище»

Составьте схему.

Какие требования предъявляют к жилому помещению.



Вставьте нужные слова из таблицы в предложение. У вас получится слово из букв.

Ведро для мытья пола	Веник	Ведро для мусора	Салфетка влажная или сухая	Тряпка для пола	Совок	Щетка
О	П	Р	Я	К	О	Д

1. Сначала возьми и подмети пол.
2. Собери мусор в
3. Положи его в
4. Возьми и протри пыль.
5. Вымой батареи с помощью
6. Для мытья полов налей воду в
7. Протри пол

Ключевое слово -

Обобщение по разделу «Жилище»
Тест

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
Для чего нужны окна?	1. для красоты 2. для света 3. чтобы наблюдать за галками
Отметь лишний предмет на столе у школьника	1. настольная лампа 2. копилка 3. точилка
Как называется электробытовой прибор для удаления пыли?	1. швейная 2. пылесос 3. игрушечная
Отметь галочкой способы ухода за мягкой мебелью	1. влажный веник 2. стирка в стиральной машине 3. чистка на снегу 4. пылесос
Назови виды покрытий мебели	1. 2. 3. 4.
С помощью чего делают влажную уборку?	

Раздел «Средства связи»

Вопрос	Вариант ответа
Что относится к средствам связи?	
Как называется место, где можно отправить письмо?	1. Музей. 2. Театр.

	3. Почта.
Укажите виды писем	1. 2. 3. 4.
Чтобы подписать письмо необходимо указать:	1. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 2. улицу, дом, квартиру, ФИО; 3. город, улицу, квартиру ФИО; 4. ничего не указывать.
Составьте телеграмму с поздравлением родителям с любым праздником	

Раздел «Охрана здоровья»

Соедините стрелками.

Вид помощи	Стрелки	Место оказания помощи
«Скорая помощь»		Поликлиника
Вызов врача на дом		Помощь на колесах
Амбулаторный прием		Больница
Госпитализация		Помощь на дому

Тест

Вопросы	Ответы
Отметь правильный ответ. Доврачебная помощь это:	Помощь до врача Помощь врача «Скорая помощь»
Отметь правильный ответ. Врачебная помощь это:	Помощь до врача Помощь врача «Скорая помощь»
Напишите виды врачебной помощи.	
Зачеркните лишнее. К медицинским учреждениям относятся:	Аптека Больница «Скорая помощь» Поликлиника Стадион Диспансер
Перечислите специальности врачей	

Кто помогает врачам лечить больных? Напишите	
Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье?	
Продолжите предложение	Если заболел, надо

Итоговая контрольная работа за год.

Тест

Вопросы и задания	Варианты ответов
Что такое закаливание организма и его виды?	
Чтобы быть здоровым надо:	Соблюдать режим дня Есть овощи и фрукты Делать по утрам зарядку Весь день смотреть телевизор Не чистить зубы
Что такое опрятный вид человека?	Чистая одежда Грязная обувь Проутюженная одежда Прическа
Чтобы готовить пищу, что нужно, какие правила соблюдать?	
Гигиенические требования к жилому помещению	
Перечислите пригородного пассажирского транспорта?	
Виды писем	

Назовите виды медицинской помощи	
Назовите работников медицинских учреждений	
Перечислите детские дошкольные учреждения	

7 класс

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Отметить знаком «+» правильные ответы.

Средства для ухода за волосами.

- туалетное мыло
- шампунь
- хозяйственное мыло
- ополаскиватель для волос
- стиральный порошок
- гель для укладки волос.

Отметить знаком «+» правильные ответы.

Лекарственные растения для ухода за волосами и кожей головы.

- лопух
- крапива
- подорожник
- ромашка
- мать – и – мачеха
- луковая шелуха.
- зверобой

Почему расческа является предметом личной гигиены?

Раздел «Охрана здоровья»

Написать состав домашней аптечки.

Отметить знаком «+» правильные ответы.

Микротравмы - это...

ссадина обморожение ушиб ожог	Укус вывих порез перелом
--	-----------------------------------

Ответить на вопрос.

Отличие вывиха от перелома. _____

Раздел «Жилище»

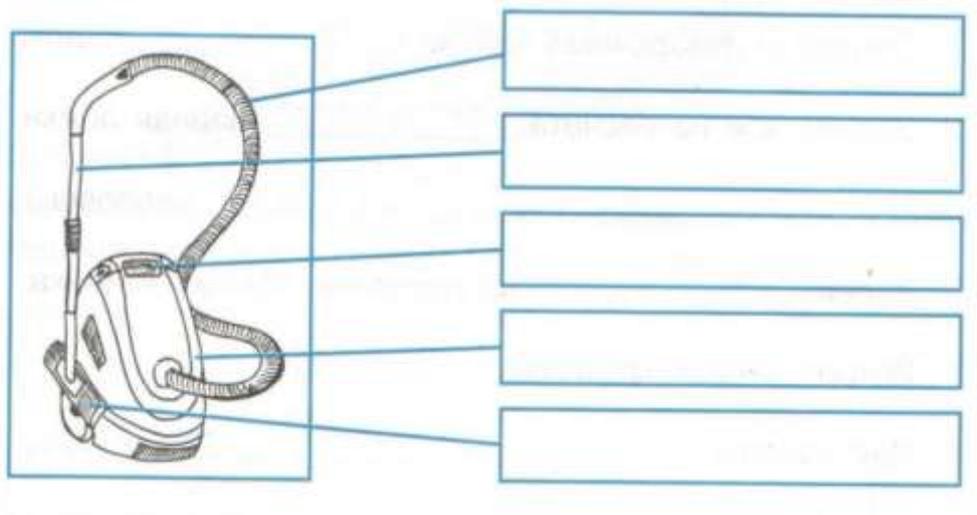
Показать стрелкой работу при регулярной и при сезонной уборке:

Регулярная уборка	уборка вещей на своё место протираание пыли на шкафах уборка зимних (летних) вещей на хранение мытьё окон мытьё пола
Сезонная уборка	чистка ковра протираание пыли с мебели

Отметить цифрами (1-7) последовательность выполнения действий при сезонной уборке:

вымыть пол
почистить ковёр
повесить зимние (летние) шторы
убрать пыль с антресолей
протереть или промыть детали люстры
убрать летние (зимние) вещи на хранение
протереть пыль с мебели

Подписать основные части пылесоса



Раздел «Одежда и обувь»

Отметить знаком «+» правильные ответы.

К мелкому ремонту одежды относится...

- Наложение заплаты
- Пришивание пуговиц
- Подгибка и подрубка изделия
- Пришивание вешалки
- Замена мелких деталей (карманов, воротника)

Отметь цифрами порядок наложения заплаты.

- Определить размер и место наложения заплаты
- Выкроить заплату с добавкой на шов и подогнуть края ткани
- Подогнуть надрезанный край ткани и подшить косыми стежками
- Подравнять край поврежденной ткани и сделать надрезы
- Наложить заплату с изнанки, наметать и подшить косыми стежками

Подписать части стиральной машины



Раздел «Транспорт»

Тест

1. Для чего предназначен железнодорожный транспорт?
 - А. для путешествий
 - Б. для передвижения
 - В. для перевозки людей и грузов по железной дороге.
2. Междугородный ж/д транспорт – это
 - А. Трамвай
 - Б. Электричка
 - В. Поезд
 - Г. Метро
3. Куда вы можете сдать на хранение багаж на вокзале?
 - А. Носильщику
 - Б. В камеру хранения
 - В. Попугчику.
4. Где вы можете приобрести билет для проезда на поезде?
 - А. В магазине
 - Б. Справочной службе вокзала
 - В. В кассе вокзала
5. Что необходимо для покупки билета на междугородный ж/д транспорт?
 - А. Справка из школы
 - Б. Разрешение от родителей или опекунов
 - В. Паспорт
 - Г. Деньги
 - Д. Школьный проездной билет
 - Е. Свидетельство о рождении
 - Ж. Характеристика из школы
3. Какие бывают типы вагонов.
 - А. Плацкартный;

- Б. Спальный;
- В. Детский;
- Г. Купейный;
- Д. Семейный;
- Е. Премиум класса;
- Ж. Сидячий;
- З. Взрослый.

Раздел «Средства связи»

Вопрос	Варианты ответа
Подписывая адрес на бандероли, обычно указывают:	1. улицу, деревню, дом, квартиру; 2. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 3. индекс, улицу, дом, квартиру, ФИО; 4. кто что захочет, то и укажет.
Укажите, каких видов бандеролей не бывает:	1. простые; 2. ценные; 3. заказные; 4. секретные.
Сколько должна весить бандероль?	1. от 2 до 10 кг; 2. от 10 до 20 кг; 3. до 2 кг.
За отправку бандероли платит:	1. кто её отправляет; 2. кто её получает; 3. работник почты; 4. не знаю.
В бандеролях не отправляют:	1. ядовитые вещества; 2. тяжёлые вещи; 3. красивые вещи; 4. нужные вещи.
Стоимость бандероли зависит от:	1. веса и расстояния; 2. только веса; 3. только от расстояния; 4. настроения работника почты.

Раздел «Питание»

Отметь знаком «+» виды мяса.

- баранина
- буженина
- ветчина
- говядина
- строганина

- телятина

Ответь на вопрос.

Почему при варке мясного супа мясо закладывают в холодную воду? _____

Выбери правильные ответы и отметь их знаком «+».

Свежее мясо определяют по признакам:

- Цвет от бледно – розового до красного
- Поверхность гладкая, сухая.
- Поверхность покрыта слизью.
- Жир твердый, рассыпчатый.
- Жир мягкий, мажется.
- При надавливании пальцем поверхность мяса выравнивается.
- При надавливании остается ямка

Отметь правильные ответы знаком «+».

Какие полуфабрикаты готовят из мяса?

- бифштексы
- котлеты
- мясо парное
- гуляш
- колбаса
- фарш

Отметь знаком «+» правильные ответы.

В чем заключается первичная обработка рыбы?

- вымочить
- разморозить
- отварить
- промыть
- очистить
- удалить внутренности
- припустить
- запанировать в муке

Перечисли названия первых блюд.

Перечисли продукты, необходимые для приготовления обеда, состоящего из:

Салат из свежей капусты

Суп гороховый с мясом

Рыба с картофельным пюре

Компот из сухофруктов

Итоговая контрольная работа за год

Тест

Вопросы и задания	Варианты ответов
Что нужно делать для соблюдения личной гигиены?	
Как нужно ухаживать за одеждой, чтобы она прослужила дольше?	
Как приготовить вещи в прачечную?	
Из каких блюд состоит обед?	
Чем можно помочь родителям в уходе за маленькими детьми?	
Для чего предназначен железнодорожный вокзал?	
Отметь цифрами последовательность выполнения уборки	Вымыть пол Почистить ковёр Протереть пыль
Какие виды напольного покрытия вы знаете?	
Масса бандероли?	3 кг До 2 кг До 10 кг

Масса посылки?	3 кг До 2 кг До 10 кг
Виды доврачебной помощи?	Измерение температуры Подать лекарства Обработать рану
Какие лекарственные растения вы знаете?	
Ромашк у применяют как средство	От насморка Успокаивающее От простуды
Назвать основные промышленные предприятия города, что они выпускают	

8 класс

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Тест

Вопрос или задание	Ответы
Косметика- это	1. Космическое название. 2. Название конфет. 3. Средства для ухода за кожей, волосами, зубами, ногами.
Перечислите косметические средства	
В правильном порядке укажите этапы ухода за кожей лица.	Тонизировать лосьоном Умыть лицо с мылом Увлажнить кремом
Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	
Напишите признаки больного человека.	
Напишите средства и способы сбережения здоровья.	
Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
Что такое мода?	Искусство выбирать одежду Часть речи Название одежды

Что делать, если у джинсов протерлась ткань на коленях?	Сделаю из них шорты Поставлю декоративную заплату Выброшу Свой ответ
Что делать с пятном от вишни?	Поставить на него заплату Постараться вывести Такую вещь носить не буду
Как определить свой размер одежды?	В магазине перемерять много вещей, а у той, которая подойдет, посмотреть размер. Снять мерки Узнать у мамы
Что делать если любимые летние брюки стали короткими?	Пришью отвороты Не стану носить Свой ответ
Что делать, если рукава блузки стали короткими?	Не буду носить Обрежу и буду носить с короткими рукавами

Раздел «Одежда и обувь»

Нарисуйте условные обозначения, опираясь на определение

Знак	Определение
	Стирка
	Ручная стирка
	Стирка при $t\ 30^{\circ}\text{C}$
	Стирать нельзя
	Утюжка

	Утюжка при низкой t
	Утюжка при средней t
	Утюжка при высокой t
	Сушка
	Вертикальная сушка
	Сушка на ровной поверхности
	Сушка в стиральной машине

Тест

Вопросы и задания	Ответы
Как продлить срок службы одежды?	Стирать Неаккуратно носить Чистить Зашивать Купить новую
Из чего делают шерстяную ткань?	Создают искусственно Из шерсти животных
Как делают синтетическую ткань?	Создают искусственно Из шерсти животных
Как отличить шерстяную вещь, от синтетики?	
Отметьте правильные знаки-символы по уходу за шерстью и синтетикой	
Расставьте по порядку	Манжеты. Полочки.

последовательность утюжки рубашки	Рукава. Воротник.
Химчистка - это	

Раздел «Средства связи»
Тест

Вопросы	Варианты ответов
Что обозначает слово ТЕЛЕФОН	ТЕЛЕ – ФОН -
Перечислите виды телефонной связи	
Подпишите номера телефонов срочных служб.	Полиция Пожарная Скорая помощь Единый телефон службы спасения
Выбери правильный ответ. Перечень всех номеров телефонов, это:	Телефонная станция. Телефонный справочник.
Как пользоваться таксофоном? Установи порядок действий (1-7):	__ забрать карту __ услышать гудок __ вставить карту __ снять трубку __ набрать номер __ опустить трубку __ сказать сообщение
Как оплачивают различные виды телефонной связи?	
Как вы думаете, какое значение имеет телефонная связь для человека? Напишите	

Раздел «Охрана здоровья»

Зачеркните лишнее.

Виды доврачебной помощи: помощь на дому, уход за больным, измерение температуры, госпитализация, «скорая помощь».

Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный прием, уход за больным, госпитализация.

Виды медицинских учреждений: поликлиника, стадион, больница, диспансер, аптека.

Выберите нужный вариант ответа, отмечая знаком «+», и составьте слово.

Прочитай вопрос	Вариант ответа	
Что нужно делать при обморожении?	В	Растереть снегом
	П	Согреть, поместить в теплое место пострадавшего
Что нужно делать при ожоге?	О	Смазать маслом
	М	Наложить стерильную повязку
Что нужно делать при тепловом (солнечном) ударе?	П	Положить на холодную землю
	О	Перенести в тень
Телефон вызова «Скорой помощи»	П	02
	Щ	03
Когда вызывать скорую помощь?	Ь	Как можно быстрее
	В	Когда пострадавшему станет хуже

Ключевое слово _____

Тест

Вопрос	Ответы
Как называется повреждение тела, возникшее от теплового, химического воздействия?	1. Обморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар
Как называется повреждение тела в результате низкой температуры?	1. Обморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар
Как называется заполнение легких жидкостью?	1. Обморожение 2. Ожог 3. Отравление

	4. Утопление 5. Солнечный удар
Как называется состояние при получении организмом ядовитых веществ?	1.Обморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар
Напишите, как оказать первую помощь при солнечном ударе	
Напишите, как оказать первую помощь при ожоге	
Напишите, как оказать первую помощь при обморожении	

Раздел «Питание»

Вопросы и задания	Ответы
Что такое питание?	
Перечислить виды теста	
Какие продукты используют для приготовления дрожжевого теста, перечисли	
Из какого теста готовят блины, выбери	Дрожжевое тесто Пресное тесто Песочное тесто
Напишите способы заготовки продуктов впрок	

Итоговая контрольная работа.

Тест

Вопросы и задания	Варианты ответов
Какое значение имеет косметика для девушки и юноши?	Быть красивым Хорошо выглядеть Не имеет значения

Средства сбережения здоровья?	Зарядка Хорошее питание Соблюдение режима дня Курение Алкоголь Бродяжничество
Как сушить шерстяные вещи?	На плечиках На верёвке На горизонтальной поверхности
Виды теста?	
Как заготовить продукты впрок? (на зиму)	
Какие автобусные маршруты вы знаете с автостанции г. Шуя?	
Как часто нужно убирать кухню	
Какие средства нужно использовать при уборке кухни?	
Виды телефонной связи?	
По каким номерам можно позвонить в специальные службы, перечислите?	
Первая помощь при ожоге?	
Первая помощь при солнечном ударе?	
Первая помощь при обморожении?	
Первая помощь при отравлении?	

Назначение полиции?	
Досуг – это Перечисли виды досуга	
Отдых – это Виды отдыха	

9 класс

Раздел «Одежда и обувь»

Тест

Вопросы и задания	Ответы
Какой стиль считается универсальным? Выбери вариант ответа	Классический Романтический Фольклорный
Что делать, если у джинсов протерлась ткань на коленях?	Сделаю из них шорты Поставлю декоративные заплаты Выброшу
Что делать с пятном от вишни?	Поставить на него заплату Постараться вывести Такую вещь носить не буду
Где можно узнать о выведении пятен?	Спросить у знакомых Прочитать в книгах по домоводству
Как определить свой размер одежды?	Примерять много вещей, а у той, которая подойдет посмотреть размер Снять мерки Узнать у мамы
Напишите, какое значение одежда и обувь имеет для человека?	

Раздел «Семья»

Отметьте знаком «+» правильный ответ.

Текущие расходы это:

1. питание, квартплата, транспорт, хозтовары

2. мебель, бытовая техника, одежда и обувь

3. ремонт, подписка на газеты и журналы

Спланируйте текущий расход.

«Купите» продукты для семьи из 3 человек на неделю. Сумма: 1000 рублей.

Продукты	Цена	Стоимость

Раздел «Жилище»

Вопрос	Варианты ответа
1. Назначение зон, которые должны быть в квартире: для сна	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
Для отдыха всей семьи	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
Хозяйственная зона	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
2. Как называется внутреннее пространство помещения, а также его устройство?	а) экстерьер б) интерьер в) шифоньер
3. Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?	а) тинэйджер б) дизайнер в) директор
4. Что такое жилищный фонд?	а) много зданий и домов б) много денег в) много городов
5. Что такое косметический ремонт здания или квартиры?	а) покраска, побелка, наклеивание обоев б) ремонт машины в) перестройка комнат

Раздел «Средства связи»

Вопрос	Вариант ответа
--------	----------------

Что относится к средствам связи?	
Как называется место, где можно отправить письмо?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музей. 2. Театр. 3. Почта.
Назовите виды телефонной связи	<ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. 4.
Чтобы подписать письмо необходимо указать:	<ol style="list-style-type: none"> 1. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 2. улицу, дом, квартиру, ФИО; 3. город, улицу, квартиру ФИО; 4. ничего не указывать.
Чтобы отправить деньги почтовым переводом, необходимо:	<ol style="list-style-type: none"> 1. заполнить квитанцию 2. заполнить бланк 3. ничего не надо заполнять
Что такое факс?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Телефонный аппарат 2. Средство телефонной связи, по которому можно отправлять документы. 3. Название лекарства.
Какое значение имеют современные средства связи для человека?	

Тест

Вопрос	Варианты ответа
В каких случаях требуется медицинская помощь?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Когда человек спокойно отдыхает 2. Когда человек заболел 3. Когда у человека покраснели щеки
Отметьте, инфекционные заболевания	<ol style="list-style-type: none"> 1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Какое заболевание передаётся через контакт с больным?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Отметьте правила ухода за больным	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отдельная комната или ширма 2. Лекарства давать, как захотите 3. Отдельная посуда

	4. Бельё больному менять 1 раз в месяц 5. Проветривать комнату. 6. Кормить в одно и тоже время.
Условие освобождения от учёбы или работы	1. Праздник 2. День рождения 3. Болезнь 4. Уход за больным 5. Декретный отпуск
Какие документы подтверждают нетрудоспособность?	1. Докладная 2. Справка из мед. учреждения 3. Записка от мамы 4. Листок нетрудоспособности (больничный)

Раздел «Охрана здоровья»

Расставь стрелки.

Название	Способ распространения
Инфекции дыхательных путей (грипп, ангина, корь, коклюш, туберкулёз, оспа)	Через продукты питания, воду, грязные руки.
Кишечные инфекции (дизентерия, брюшной тиф, холера, инфекционный гепатит)	Воздушно-капельным путём.
Кровяные инфекции (малярия, клещевой энцефалит, чума)	Контактный путь.
Инфекции наружных покровов (чесотка, сибирская язва, трахома (заболевание глаз))	Через укусы кровососущих насекомых (комары, клещи, блохи, вши, москиты).

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

Вопрос	Варианты ответов
--------	------------------

Что такое ЖКХ?	
Для чего предназначено ЖКХ?	
Какие услуги оказывает ЖКХ?	1. Ремонт квартир и подъездов. 2. Химчистка. 3. Отопление. 4. Ремонт телевизоров. 5. Вывозка нечистот.
Перечислите работников ЖКХ	1. 2. 3. 4. 5.
Какие ещё предприятия бытового обслуживания вы знаете, напишите.	

Итоговая контрольная работа. Тест.

Вопросы и задания	Варианты ответов
Что такое мода?	
Чем можно вывести пятна на одежде?	
С какого возраста можно вступать в брак?	В 14 лет В 18 лет В 16 лет
Члены семьи - это Подчеркни лишнее	Мама Папа Бабушка Дедушка Брат Подруга Соседка Зять
Что такое интерьер?	Модное слово

	Название мебели Внутреннее убранство дома
Назовите виды связи	
Назовите инфекционные заболевания	
Как называется документ, который подтверждает нетрудоспособность?	Записка Объяснительная Больничный лист
Что такое ЖКХ?	Ж К Х
Виды услуг, которые оказывает ЖКХ?	
Для трудоустройства надо обратиться в:	Отдел кадров Паспортную службу Бюро по трудоустройству
При трудоустройстве надо предъявить:	Паспорт Квитанцию о квартплате Военный билет Трудовую книжку Документ об образовании
Деловые бумаги это:	Анкета Заявление Расписка Заявка Письмо подруги доверенность
Для чего служит Трудовой Кодекс РФ	

