

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Нижневартовская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №2»

«Согласовано»  
Заместитель директора по УР  
В.А. Кагарманова

«Рассмотрено» на заседании ПС  
Протокол от «30» августа 2024г №1

«Утверждаю»  
Директор КОУ «НВШООВЗ №2»  
А.А. Кирбенёва  
Приказ от «02» сентября 2024г №286/1  
Приложение к АООП Вариант 1

Рабочая программа  
по учебному предмету «Основы социальной жизни»  
7А класс  
2024 - 2025 уч.год

Учитель  
Мартыненко Ирина Юрьевна

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни», 7 класс, разработана на основе следующих нормативных документов:

-Приказа Министерства образования и науки от 19 декабря 2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

-Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для обучающихся 1-12 классов, утверждённая приказом от 27.03.2023г. № 61/1 «Об утверждении адаптированных основных общеобразовательных программ, реализуемых в КОУ «НВШООБЗ № 2» (с изменениями от 02.09.2024г. Приказ № 286/1).

### **Общая характеристика учебного предмета.**

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 достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма 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 учётом их возрастных и специфических особенностей и возможностей.

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 отдалённом социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоит 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;

-развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество».

Предмет «Основы социальной жизни» включен в федеральную (базисную) часть учебного плана, рассчитан на 2 час в неделю, общее количество часов за год 68.

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

Освоение обучающимися рабочей программы предполагает достижение ими двух видов результатов:

**Личностными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;
- осознание своей национальности;
- определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;
- сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения видеть слабые и сильные стороны своей личности;
- умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;
- уважительное отношение к чужому мнению.

**Предметными результатами** освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначение одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание и назначения посуды и столовых приборов;
- умение заваривания чая;
- сервировка стола к завтраку.

Рабочая программа образования включает освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для данной предметной области, готовность их применения.

Рабочая программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

#### Минимальный уровень:

- представление о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представление 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 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).

#### Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представление о морально-этических нормах поведения;

- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета.

### **Содержание учебного предмета.**

*Личная гигиена и здоровье.* Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей. Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки). Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков). Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

*Охрана здоровья.* Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки")). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия. Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

*Жилище.* Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений. Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и

птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба. Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений. Кухня. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели. Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат. Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.

*Одежда и обувь.* Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды. Значение опрятного вида человека. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распорывшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки. Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии. Уход за обувью. Ремонт обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

*Питание.* Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Виды продуктов питания. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Магазины по продаже продуктов питания. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения

на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина. Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Обед. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Варенье из ягод и фруктов.

*Транспорт.* Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

*Средства связи.* Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов.

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

*Семья.* Родственные отношения в семье. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Культура межличностных отношений. Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций. Досуг как развитие постоянного

интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография. Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

#### Тематическое планирование.

Тема	Кол-во часов	Виды деятельности обучающихся
Личная гигиена и здоровье.	7	Слушание рассказа учителя о правилах личной гигиены; определять тип кожи и волос; соблюдать правила ухода за кожей лица и волосами; подбирать шампунь в зависимости от типа волос; соблюдать периодичность мытья волос в зависимости от их состояния; применять различные виды косметических средств по уходу за кожей лица, рук; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	7	Слушание рассказа учителя о важности и необходимости охраны здоровья, о видах медицинской помощи (оказывать первую помощь; обрабатывать раны и накладывать повязку; как готовить настои, отвары из лекарственных растений); участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Жилище.	11	Слушание рассказа учителя о видах уборки помещения; подбирать средства для мытья окон; определять средства для ухода за полом в зависимости от покрытия; ориентироваться в инструкциях чистящих средств; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Одежда и обувь.	8	Слушание рассказа учителя о ремонте одежды; стирке в машине; о технике безопасности при работе со стиральной машиной, утюгом; о последовательности действий перед стиркой в машине; о использовании моющего средства; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом;

		просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Питание.	14	Слушание рассказа учителя о значении питания в жизни человека; о требованиях, предъявляемых к питанию (сбалансированность, рациональность, режим питания); участие в беседе об организации питания в домашних условиях; ответы на вопросы учителя; выполнение записей в рабочей тетради; работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением различных продуктов питания); просмотр презентации.
Транспорт.	7	Слушание рассказа учителя о видах городского транспорта, его назначении, правилах пользования; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Средства связи.	5	Слушание рассказа учителя о видах телефонной связи; о влиянии на здоровье излучений мобильного телефона; о правилах разговора по телефону; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Предприятия, организации, учреждения.	1	Слушание рассказа учителя о назначении образовательных организаций; участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Семья.	7	Слушание рассказа учителя о родственных отношениях в семье, распределении обязанностей в семье, семейном досуге, отдыхе и его разновидностях; работа с дидактическим материалом (заполнение таблицы «Бюджет семьи»); участие в беседе; ответы на вопросы учителя; работа с дидактическим материалом; просмотр презентации; выполнение записей в тетради.
Повторение.	1	Участие в беседе, самостоятельная работа по карточкам, выполнение теста, ответы на вопросы учителя.
<b>Итого: 68 часов</b>		



### Календарно-урочное планирование 7 А класса

№	Кол-во часов	Дата		Тема урока	Электронные(цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
I - ЧЕТВЕРТЬ					
<b>Раздел. Личная гигиена и здоровье.</b>					
1.	1	04.09		Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	<a href="http://clck.ru/35asiz">clck.ru/35asiz</a>
2.	1	04.09		Уход за кожей рук и ногтями. Уход за кожей ног.	<a href="http://clck.ru/35aGLZ">clck.ru/35aGLZ</a>
3.	1	11.09		Уход за волосами.	<a href="http://clck.ru/35aGRp">clck.ru/35aGRp</a>
4.	1	11.09		Способы закаливания.	<a href="http://clck.ru/35fpTd">clck.ru/35fpTd</a>
5.	1	18.09		Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	<a href="http://clck.ru/35b8AF">clck.ru/35b8AF</a>
6.	1	18.09		Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	<a href="http://clck.ru/otymJ">clck.ru/otymJ</a>
7.	1	25.09		Обобщение по темам раздела «Личная гигиена».	
<b>Раздел. Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.</b>					
8.	1	25.09		Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки")).	<a href="http://clck.ru/35b8iG">clck.ru/35b8iG</a>
9.	1	02.10		Первая помощь при ушибах и травмах.	<a href="http://clck.ru/35b8nb">clck.ru/35b8nb</a>
10.	1	02.10		Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе.	<a href="http://clck.ru/35b8qC">clck.ru/35b8qC</a>
11.	1	09.10		Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	<a href="http://clck.ru/35b8sx">clck.ru/35b8sx</a>
12.	1	09.10		Лекарственные растения первой необходимости в домашней аптечке.	<a href="http://clck.ru/35b8y3">clck.ru/35b8y3</a>
13.	1	16.10		Вызов врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи.	<a href="http://clck.ru/35fpt4">clck.ru/35fpt4</a>
14.	1	16.10		Обобщение по темам раздела «Охрана здоровья».	

				Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная».	
<b>Раздел. Жилище.</b>					
15.	1	23.10		Виды жилья: собственное и государственное.	<a href="http://clck.ru/35b9CA">clck.ru/35b9CA</a>
16.	1	23.10		Домашний почтовый адрес.	<a href="http://clck.ru/35b9Gu">clck.ru/35b9Gu</a>
<b>Итого: 16 часов.</b>					
<b>II - ЧЕТВЕРТЬ</b>					
17.	1			Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	<a href="http://clck.ru/35b9ut">clck.ru/35b9ut</a>
18.	1			Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.	<a href="http://clck.ru/35b9yo">clck.ru/35b9yo</a>
19.	1			Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода.	<a href="http://clck.ru/35bA3z">clck.ru/35bA3z</a>
20.	1			Кухонная мебель: названия, назначение.	<a href="http://clck.ru/35gV8Q">clck.ru/35gV8Q</a>
21.	1			Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная).	<a href="http://clck.ru/35gVCb">clck.ru/35gVCb</a>
22.	1			Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства.	<a href="http://clck.ru/35bACh">clck.ru/35bACh</a>
23.	1			Электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения.	<a href="http://clck.ru/35bAFT">clck.ru/35bAFT</a>
24.	1			Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности.	<a href="http://clck.ru/35bAJC">clck.ru/35bAJC</a>
25.	1			Обобщение по темам раздела «Жилище».	
<b>Раздел. Одежда и обувь.</b>					
26.	1			Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	<a href="http://clck.ru/35bANH">clck.ru/35bANH</a>
27.	1			Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды, правила хранения.	<a href="http://clck.ru/35bASN">clck.ru/35bASN</a>

28.	1			Правила и приемы глажения белья.	<a href="http://clck.ru/35bATp">clck.ru/35bATp</a>
29.	1			Ручная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках.	<a href="http://clck.ru/35bAXm">clck.ru/35bAXm</a>
30.	1			Правила пришивания пуговиц.	<a href="http://clck.ru/35bAev">clck.ru/35bAev</a>
31.	1			Машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках.	<a href="http://clck.ru/35bAXm">clck.ru/35bAXm</a>
32.	1			Правила ухода за обувью из различных материалов.	<a href="http://clck.ru/35bAhc">clck.ru/35bAhc</a>
<b>Итого: 16 часов.</b>					
<b>III- ЧЕТВЕРТЬ</b>					
33.	1			Специализированные магазины по продаже одежды и обуви.	
34.	1			Обобщение по темам раздела «Одежда и обувь».	
<b>Раздел. Питание.</b>					
35.	1			Влияние правильного питания на здоровье человека.	<a href="http://clck.ru/35bAkS">clck.ru/35bAkS</a>
36.	1			Режим питания.	<a href="http://clck.ru/35bAnn">clck.ru/35bAnn</a>
37.	1			Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).	<a href="http://clck.ru/35bAr3">clck.ru/35bAr3</a>
38.	1			Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения хлебобулочных изделий.	<a href="http://clck.ru/35bp2K">clck.ru/35bp2K</a>
39.	1			Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.	<a href="http://clck.ru/35bp7Q">clck.ru/35bp7Q</a>
40.	1			Виды круп. Правила хранения.	<a href="http://clck.ru/35bpAw">clck.ru/35bpAw</a>
41.	1			Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье.	<a href="http://clck.ru/35bpDQ">clck.ru/35bpDQ</a>
42.	1			Виды чая. Способы заварки чая.	<a href="http://clck.ru/35bppY">clck.ru/35bppY</a>
43.	1			Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах.	<a href="http://clck.ru/35bpsK">clck.ru/35bpsK</a>
44.	1			Завтрак. Составление меню для завтрака.	<a href="http://clck.ru/35bpvU">clck.ru/35bpvU</a>
45.	1			Обед. Составление меню для обеда.	<a href="http://clck.ru/35bpxz">clck.ru/35bpxz</a>
46.	1			Ужин. Составление меню для холодного ужина.	<a href="http://clck.ru/35bqCY">clck.ru/35bqCY</a>
47.	1			Правила этикета за столом.	<a href="http://clck.ru/35bqKg">clck.ru/35bqKg</a>

48.	1			Обобщение по темам раздела «Питание».	
<b>Раздел. Транспорт.</b>					
49.	1			Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.	<a href="http://clck.ru/35fqJd">clck.ru/35fqJd</a>
50.	1			Междугородний железнодорожный транспорт.	<a href="http://clck.ru/35bqVf">clck.ru/35bqVf</a>
51.	1			Вокзалы: назначение, основные службы.	<a href="http://clck.ru/35bqVf">clck.ru/35bqVf</a>
52.	1			Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	<a href="http://clck.ru/35bqbC">clck.ru/35bqbC</a>
<b>Итого: 20 часов.</b>					
<b>IV- ЧЕТВЕРТЬ</b>					
53	1			Водный транспорт. Значение водного транспорта.	<a href="http://clck.ru/35bqft">clck.ru/35bqft</a>
54.	1			Авиационный транспорт. Аэропорт.	<a href="http://clck.ru/35f3hW">clck.ru/35f3hW</a>
55.	1			Обобщение по темам раздела «Транспорт».	
<b>Раздел. Средства связи.</b>					
56.	1			Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	<a href="http://clck.ru/35f3sL">clck.ru/35f3sL</a>
57.	1			Интернет-связь. Электронная почта.	<a href="http://clck.ru/35f3xa">clck.ru/35f3xa</a>
58.	1			Культура разговора по телефону.	<a href="http://clck.ru/35f43D">clck.ru/35f43D</a>
59.	1			Номера телефонов экстренной службы.	<a href="http://clck.ru/35f46Z">clck.ru/35f46Z</a>
60.	1			Обобщение по темам раздела «Средства связи».	
<b>Раздел. Предприятия, организации, учреждения.</b>					
61.	1			Образовательные организации.	<a href="http://clck.ru/35f3aT">clck.ru/35f3aT</a>
<b>Раздел. Семья.</b>					
62.	1			Распределение обязанностей в семье.	<a href="http://clck.ru/35f3UA">clck.ru/35f3UA</a>
63.	1			Семейный досуг. Виды досуга.	<a href="http://clck.ru/35f3Qt">clck.ru/35f3Qt</a>
64.	1			Досуг как средство укрепления здоровья: посещение спортивных секций.	<a href="http://clck.ru/35frEh">clck.ru/35frEh</a>
65.	1			Бюджет семьи.	<a href="http://clck.ru/35f3HE">clck.ru/35f3HE</a>

66.	1			Виды и источники дохода.	<a href="http://clck.ru/35f4BX">clck.ru/35f4BX</a>
67.	1			Обобщение по темам раздела «Семья».	
68.	1			Обобщающий урок.	
<b>Итого: 16 часов.</b>					
<b>Итого за год: 68 часов.</b>					

#### **Описание материально-технического обеспечения.**

Материально-техническая база реализации АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда работников образовательных организаций.

Программа не предполагает использование учебников по данному учебному предмету.

### Нормы оценивания

**Оценка «5»** ставится ученику, если он обнаруживает понимание пройденного материала. Самостоятельно или с помощью учителя может сформулировать и обосновать ответ, привести необходимые примеры полученных знаний в практике, в жизни. Допускает незначительные неточности (оговорки), не влияющие на правильность понятий, которые исправляет сам или с помощью учителя. Ученик в основном, последователен в изложении учебного материала.

**Оценка «4»** выставляется ученику, если он дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но затрудняется в формулировании отдельных понятий и определений. Исправляет их с помощью учителя. Делает ошибки по практическому применению отдельных положений изучаемых предметов в повседневной жизни. Исправляет их с помощью учителя.

**Оценка «3»** выставляется ученику, если он обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал (вопрос) недостаточно полно и последовательно, с большими затруднениями. Допускает ошибки в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя. Делает ошибки, вызванные недопониманием учебного материала.

**Оценка «2»** выставляется ученику, если он обнаруживает незнание большей, или наиболее существенной, части изученного материала. Допускает ошибки в формулировке правил, понятий, искажает их смысл. Не всегда в состоянии понять и ответить на поставленный вопрос. Делает грубые ошибки в изложении материала, не использует помощь учителя.

## Контрольно-измерительные материалы.

**Контрольный тест по предмету «Основы социальной жизни» 7 класс 1 четверть**  
**Достаточный уровень**

Вопросы	Ответы
1. Что помогает сохранить наше здоровье?	а) чтение книг б) соблюдение правил личной гигиены в) игра в компьютер
2. Перед едой нужно:	а) почистить зубы б) вымыть руки в) прополоскать рот
3. Душ необходимо принимать:	а) три раза в неделю б) ежедневно в) один раз в неделю
4. Чтобы сохранить зрение книгу рекомендуют читать:	а) в транспорте б) сидя за столом в) лежа на кровати
5. От курения больше всего страдают:	а) опорно-двигательный аппарат б) легкие в) мозговая активность
6. Что должно находиться в домашней аптечке?	1. _____ 2. перекись водорода 3. _____ 4. _____
7. Рана при которой поврежден слой кожи острым предметом- это . . .	а) ушиб б) ссадина в) порез
8. Высокая температура тела человека при которой следует обратиться к врачу?	а) 36,6 С б) 37 С в) 39 С
9. Первая помощь при ушибе.	а) приложить тепло б) приложить холод в) наложить жгут
10. Какие лекарственные растения ты знаешь?	1. Мать и мачеха 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____

Минимальный уровень

Вопросы	Ответы
1. Что помогает сохранить наше здоровье?	а) чтение книг б) соблюдение правил личной гигиены в) игра в компьютер
2. Перед едой нужно:	а) почистить зубы б) вымыть руки в) прополоскать рот
3. Душ необходимо принимать:	а) три раза в неделю б) ежедневно в) один раз в неделю
4. От курения больше всего страдают:	а) опорно-двигательный аппарат б) легкие в) мозговая активность
5. Высокая температура тела человека при которой следует обратиться к врачу?	а) 36,6 С б) 37 С в) 39 С
6. Первая помощь при ушибе.	а) приложить тепло б) приложить холод в) наложить жгут
7. Какие лекарственные растения ты знаешь?	1. Мать и мачеха 2. _____ 3. _____ 4. _____



**Контрольный тест по предмету «Основы социальной жизни» 7класс 2четверть.**  
Достаточный уровень

<b>Вопросы</b>	<b>Ответы</b>
<b>1.</b> Жилые помещения – это...	а) квартиры, общежития, дома б) офисы в) магазины, кинотеатры
<b>2.</b> Какие средства для стирки ты знаешь?	а) стиральный порошок б) шампунь в) соль для ванны
<b>3.</b> Стирка одежды с помощью стиральной машины называется:	а) ручная б) машинная в) смешанная
<b>4.</b> Название хозяйственной зоны квартиры:	а) детская б) зал, гостиная в) спальня г) кухня
<b>5.</b> Какими электроприборами пользуются на кухне?	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
<b>6.</b> Как называется электроприбор для удаления пыли?	а) отпариватель б) пылесос в) увлажнитель воздуха
<b>7.</b> При покупке одежды или обуви необходимо знать:	а) возраст б) цену в) размер
<b>8.</b> Выберите приемы ухода за одеждой:	а) стрика б) мытье в) глажка г) сушка
<b>9.</b> Какая часть утюга регулирует его нагрев?	а) шнур б) подошва в) терморегулятор г) корпус
<b>10.</b> Резиновую обувь рекомендуют мыть...	а) водой б) маслом в) шампунем

Минимальный уровень

Вопросы	Ответы
1. Жилые помещения – это...	а) квартиры, общежития, дома б) офисы в) магазины, кинотеатры
2. Какие средства для стирки ты знаешь?	а) стиральный порошок б) шампунь в) соль для ванны
3. Стирка одежды с помощью стиральной машины называется:	а) ручная б) машинная в) смешанная
4. Как называется электроприбор для удаления пыли?	а) отпариватель б) пылесос в) увлажнитель воздуха
5. При покупке одежды или обуви необходимо знать:	а) возраст б) цену в) размер
6. Выберете приемы ухода за одеждой:	а) стрика б) мытье в) глажка г) сушка
7. Резиновую обувь рекомендуют мыть...	а) водой б) маслом в) шампунем

**Контрольный тест по предмету «Основы социальной жизни» 7 класс 3четверть.**  
**Достаточный уровень**

<b>Вопросы</b>	<b>Ответы</b>
<b>1.</b> Распределение приемов пищи в течение дня- это...	а) диета б) режим питания
<b>2.</b> Сколько раз в день необходимо принимать пищу для полноценного (здорового) питания?	а) 1-2 б) 3-4
<b>3.</b> Что такое меню?	а) установленный порядок питания б) список блюд приготовленных к завтраку, обеду и ужину в) разнообразные продукты питания
<b>4.</b> Что является первым блюдом?	а) салат б) гарнир в) суп г) десерт
<b>5.</b> Какие блюда готовят на завтрак?	а) борщ б) вареники в) омлет г) салат
<b>6.</b> Выберите молочные продукты.	а) йогурт б) колбаса в) варенье г) сыр д) кефир.
<b>7.</b> Как называется магазин, который торгует продуктами питания?	а) промтоварный магазин б) продовольственный магазин
<b>8.</b> Как нужно вести себя за столом?	а) громко разговаривать, стараясь всех перекричать б) разговаривать спокойно с соседом, быть внимательным
<b>9.</b> Какой транспорт относится к городскому?	а) вертолет б) самолёт в) автобус
<b>10.</b> В камере хранения железнодорожного вокзала:	а) покупают билеты б) хранят вещи в) узнают о движении поездов

### Минимальный уровень

Вопросы	Ответы
1. Распределение приемов пищи в течение дня- это...	а) диета б) режим питания
2. Сколько раз в день необходимо принимать пищу для полноценного (здорового) питания?	а) 1-2 б) 3-4
3. Что является первым блюдом?	а) салат б) гарнир в) суп г) десерт
4. Какие блюда готовят на завтрак?	а) борщ б) вареники в) омлет г) салат
5. Выберите молочные продукты.	а) йогурт б) колбаса в) варенье г) сыр д) кефир.
6. Как называется магазин, который торгует продуктами питания?	а) промтоварный магазин б) продовольственный магазин
7. Какой транспорт относится к городскому?	а) вертолет б) самолёт в) автобус

**Контрольный тест по предмету «Основы социальной жизни» 7 класс 4 четверть.**  
Достаточный уровень

<b>Вопросы</b>	<b>Ответы</b>
<b>1.</b> Учреждение для приема пересылки почтовых отправлений- это ...	а) телеграф б) почта в) таможня
<b>2.</b> Почтовое отправление в коробке весом от 2 до 10 кг- это ...	а) письмо б) посылка в) бандероль
<b>3.</b> Выберите средство связи?	а) телеграф б) телефон в) ксерокс
<b>4.</b> Выбери правильное определение слову семья?	а) семья – это группа соседей б) семья- это группа родственников, которые проживают вместе и ведут общее хозяйство в) семья- это группа людей, работающие вместе
<b>5.</b> С какого возраста можно вступать в брак?	а) 14 б) 18 в) 20
<b>6.</b> Ребенок это – лицо, не достигшее возраста	а) 14 лет б) 15 лет в) 16 лет г) 18 лет
<b>7.</b> Что такое семейный бюджет?	а) доходы и расходы за определенный период времени (месяц, год) б) определенный режим питания в) наука об условиях сохранения здоровья
<b>8.</b> Как называется общая сумма, заработанная всеми членами семьи за месяц?	а) расход б) доход в) приход
<b>9.</b> Что такое досуг?	а) праздник б) свободное время от работы и учёбы

Минимальный уровень

Вопросы	Ответы
1. Учреждение для приема пересылки почтовых отправлений- это ...	а) телеграф б) почта в) таможня
2. Почтовое отправление в коробке весом от 2 до 10 кг- это ...	а) письмо б) посылка в) бандероль
3. Выберите средство связи?	а) телеграф б) телефон в) ксерокс
4. Выбери правильное определение слову семья?	а) семья – это группа соседей б) семья- это группа родственников, которые проживают вместе и ведут общее хозяйство в) семья- это группа людей, работающие вместе
5. Ребенок это – лицо, не достигшее возраста	а) 14 лет б) 15 лет в) 16 лет г) 18 лет
6. Что такое семейный бюджет?	а) доходы и расходы за определенный период времени (месяц, год) б) определенный режим питания в) наука об условиях сохранения здоровья
7. Что такое досуг?	а) праздник б) свободное время от работы и учёбы

**Итоговый тест по предмету «Основы социальной жизни» 7 класс.**  
Достаточный уровень

<b>Вопросы</b>	<b>Ответы</b>
<b>1.</b> Что помогает сохранить наше здоровье?	а) чтение книг б) соблюдение правил личной гигиены в) игра в компьютер
<b>2.</b> Перед едой нужно:	а) почистить зубы б) вымыть руки в) прополоскать рот
<b>3.</b> Высокая температура тела человека при которой следует обратиться к врачу?	а) 36,6 С б) 37 С в) 39 С
<b>4.</b> Жилые помещения – это...	а) квартиры, общежития, дома б) офисы в) магазины, кинотеатры
<b>5.</b> Выберите приемы ухода за одеждой:	а) стрика б) мытье в) глажка г) сушка
<b>6.</b> При покупке одежды или обуви необходимо знать:	а) возраст б) цену в) размер
<b>7.</b> Сколько раз в день необходимо принимать пищу для полноценного (здорового) питания?	а) 1-2 б) 3-4
<b>8.</b> Что такое меню?	а) установленный порядок питания б) список блюд приготовленных к завтраку, обеду и ужину в) разнообразные продукты питания
<b>9.</b> Учреждение для приема пересылки почтовых отправлений- это ...	а) телеграф б) почта в) таможня
<b>10.</b> Что такое семейный бюджет?	а) доходы и расходы за определенный период времени (месяц, год) б) определенный режим питания в) наука об условиях сохранения здоровья

### Минимальный уровень

Вопросы	Ответы
1. Что помогает сохранить наше здоровье?	а) чтение книг б) соблюдение правил личной гигиены в) игра в компьютер
2. Перед едой нужно:	а) почистить зубы б) вымыть руки в) прополоскать рот
3. Высокая температура тела человека при которой следует обратиться к врачу?	а) 36,6 С б) 37 С в) 39 С
4. Жилые помещения – это...	а) квартиры, общежития, дома б) офисы в) магазины, кинотеатры
5. При покупке одежды или обуви необходимо знать:	а) возраст б) цену в) размер
6. Сколько раз в день необходимо принимать пищу для полноценного (здорового) питания?	а) 1-2 б) 3-4
7. Учреждение для приема пересылки почтовых отправлений- это ...	а) телеграф б) почта в) таможня