

Республика Дагестан
Администрация городского округа «город Дербент»
Муниципальное казенное учреждение
«ДЕРБЕНТСКОЕ ГОРОДСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение, реализующее
адаптированные основные общеобразовательные программы
«Школа-интернат №7»
368600, г. Дербент ул. Э. Пашабекова, 1 ; 8(928) 681-93-15 skoshi.v7@mail.ru

РАССМОТРЕНО:

на заседании МО
учителей - предметников
Протокол № 1
от «31.08.2023»

И.И. И

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора
по УВР МБОУ
«Школа-интернат №7»
С.Мель Садыкова М.А.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ
«Школа-интернат №7»
Приказ № К-44 от «28» 08.2023
Мамедова Л.Н.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

обучающихся 5 класса
по учебному предмету:

«Основы социальной жизни»

составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы (ФАООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

**ВАРИАНТ 1, согласно требованиям ФГОС
на 2023-2024 учебный год**

(с изменениями и дополнениями, в соответствии с Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями), утвержденной Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 года № 1026.)

Составитель :
учитель-дефектолог
Ибрагимова Е.Н

г. Дербент 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе следующих документов:

- Приказ МО РФ от 19.12.2014г. № 1599 - «Об утверждении учебных планов специальных /коррекционных/ образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».
- Адаптированная образовательная программа МБОУ Жемчужненская СШ №1 на 2023-2024 учебный год, утверждённая приказом ОУ от 01.09.2023 г. № 124 (с последующими изменениями).
- Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ, учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей), утверждённое приказом ОУ от 13.01.2016 г. № 6.

Рабочая программа по «Основам социальной жизни» для 5-8 класса разработана на основе авторской программы: И.М. Бгажнокова, Л.В. Смирнова («Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы. Москва, «Просвещение», 2011.

Цель специальных коррекционных занятий по «Основам социальной жизни»: практическая подготовка детей к самостоятельной жизни, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития.

Основные задачи реализации содержания:

- Развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- Усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях.
- Понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребёнка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.
- 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 личности.

Целью коррекционной работы с детьми с легкой степенью умственной отсталости является обучение их доступным знаниям и социальное адаптирование к самостоятельной жизни и включает следующие **направления:**

- **Совершенствование движений и сенсомоторного развития:**
 - развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук;
 - развитие навыков каллиграфии;
 - развитие артикуляционной моторики.
- **Коррекция отдельных сторон психической деятельности:**
 - развитие зрительного восприятия и узнавания;
 - развитие зрительной памяти и внимания;
 - формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);
 - развитие пространственных представлений и ориентации;
 - развитие представлений о времени;
 - развитие слухового внимания и памяти;
 - развитие фонетико-фонематических представлений, формирование звукового анализа.
- **Развитие основных мыслительных операций:**
 - навыки соотносительного анализа;
 - навыки группировки и классификации (на базе овладения основными родовыми понятиями);
 - умение работать по словесной и письменной инструкциям, алгоритму;
 - умение планировать деятельность;
 - развитие комбинаторных способностей.
- **Развитие различных видов мышления:**
 - развитие наглядно-образного мышления;
 - развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (релаксационные упражнения для мимики лица, чтение по ролям и т.д.).

Общая характеристика учебного предмета

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

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и

учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. «Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определять простейшими приёмами экологически чистые продукты: приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 8 класс, за исключением раздела «Экономика домашнего хозяйства», который изучается с 8 класса.

Для умственно отсталых детей характерно недоразвитие познавательных интересов, которое выражается в том, что они меньше, чем нормально развивающиеся сверстники, испытывают потребность в познании. У них отмечается замедленный темп и меньшая дифференцированность восприятия. Эти особенности при обучении умственно отсталых детей проявляются в замедленном темпе узнавания, а также в том, что учащиеся часто путают графически сходные буквы, цифры, предметы, похожие по звучанию буквы, слова. Отмечается также узость объема восприятия. Дети данной категории выхватывают отдельные части в обозреваемом объекте, в прослушанном тексте, не видя и не слыша важный для общего понимания материал. Все отмеченные недостатки восприятия протекают на фоне недостаточной активности этого процесса. Их восприятием необходимо руководить.

Все мыслительные операции у умственно отсталых детей недостаточно сформированы и имеют своеобразные черты. Затруднен анализ и синтез предметов. Выделяя в предметах (в тексте) отдельные их части, дети не устанавливают связи между ними. Не умея выделить главное в предметах и явлениях, учащиеся затрудняются проводить сопоставительный анализ и синтез, проводят сравнение по

несущественным признакам. Отличительной чертой мышления умственно отсталых является не критичность, невозможность заметить свои ошибки, сниженная активность мыслительных процессов, слабая регулирующая роль мышления.

Основные процессы памяти у этих детей также имеют свои особенности: лучше запоминаются внешние, иногда случайно воспринимаемые зрительно признаки, трудно осознаются и запоминаются внутренние логические связи, позже формируется произвольное запоминание; большое количество ошибок при воспроизведении словесного материала. Характерна эпизодическая забывчивость, связанная с переутомлением нервной системы из-за общей ее слабости. Воображение умственно отсталых детей отличается фрагментарностью, неточностью и схематичностью.

Страдают все стороны речи: фонетическая, лексическая, грамматическая. Наблюдаются различные виды нарушений письма, трудности овладения техникой чтения, снижена потребность в речевом общении.

У умственно отсталых детей более чем у их нормальных сверстников, выражены недостатки внимания: малая устойчивость, трудности распределения внимания, замедленная переключаемость. Слабость произвольного внимания проявляется в том, что в процессе обучения отмечается частая смена объектов внимания, невозможность сосредоточиться на каком-то одном объекте или одном виде деятельности.

Эмоционально-волевая сфера у данной категории детей имеет ряд особенностей. Отмечается неустойчивость эмоций. Переживания неглубокие, поверхностные. Имеют место случаи внезапных эмоциональных перепадов: от повышенной эмоциональной возбудимости, до выраженного эмоционального спада.

Слабость собственных намерений, побуждений, большая внушаемость – отличительные качества волевых процессов детей с нарушением интеллекта. Умственно отсталые дети предпочитают в работе легкий путь, не требующий волевых усилий. Именно поэтому в их деятельности часто наблюдается подражание и импульсивные поступки. Из-за непосильности предъявляемых требований у некоторых учащихся с отклонениями в интеллектуальном развитии развиваются негативизм и упрямство. Все эти особенности психических процессов умственно отсталых воспитанников влияют на характер протекания их деятельности.

Отмечая несформированность навыков учебной деятельности у детей с интеллектуальным недоразвитием, следует констатировать у них недоразвитие целенаправленности деятельности, трудности самостоятельного планирования собственной деятельности. Умственно отсталые дети приступают к работе без необходимой предшествующей ориентировки в ней, не руководствуются конечной целью. В результате в ходе работы они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, соскальзывают на действия, производимые ранее, причем переносят их в неизменном виде, не учитывая того, что имеют дело с другим заданием. Этот уход от поставленной цели наблюдается при возникновении трудностей. Умственно отсталые дети не соотносят получаемые результаты с

задачей, которая была перед ними поставлена, а потому не могут правильно оценить ее решение. Некритичность к своей работе также является особенностью деятельности этих детей.

Все отмеченные особенности психической деятельности умственно отсталых детей носят стойкий характер, поскольку являются результатом органического поражения на разных этапах развития (генетические, внутриутробные, постнатальные). Однако при правильно организованном врачебно-педагогическом воздействии отмечается положительная динамика в развитии детей данной категории.

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является составляющей частью предметной области «Человек и общество», программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни и относится к обязательной части учебного плана АООП образования умственно отсталых обучающихся (интеллектуальными нарушениями). Изучение предмета предусмотрено в учебное (урочное) время. Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 8 класс в объеме 272 учебных часов за 5 лет обучения.

Классы	Количество часов в неделю	Количество часов в год
5	2	68
6	2	68
7	2	68
8	2	68
ИТОГО		272

Структура программы представлена следующими разделами:

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
Личная гигиена	Личная гигиена	Личная гигиена	Личная гигиена
Одежда и обувь	Одежда	Одежда	Одежда
Питание	Питание	Питание	Питание
Семья	Культура поведения	Культура поведения	Культура поведения
Культура поведения	Жилище	Жилище	Жилище
Жилище	Транспорт	Транспорт	Транспорт
Транспорт	Торговля	Торговля	Торговля
Торговля	Семья	Семья	Семья
	Средства связи	Средства связи	Средства связи
	Медицинская помощь	Медицинская помощь	Медицинская помощь
	Учреждения, организации и предприятия	Учреждения, организации и предприятия	Учреждения, организации и предприятия

			Экономика домашнего хозяйства

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Изучение «Основ социальной жизни» в 5-8 классах направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Планируемые личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;

Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Планируемые предметные результаты:

5 класс

Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личная гигиена	
<p>Называть предметы личной гигиены, используемые для выполнения утреннего и вечернего туалета.</p> <p>Выполнять утренний и вечерний туалет.</p> <p>Причесывать волосы.</p>	<p>Совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности. Объяснять назначение предметов личной гигиены.</p> <p>Причесывать волосы и делать прическу.</p> <p>Соблюдать правила освещения помещений, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.</p>
Одежда и обувь	
<p>Называть виды одежды и обуви.</p> <p>Знание отдельных видов одежды и обуви.</p> <p>Ухаживать за одеждой и обувью под руководством взрослого.</p> <p>Соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.</p>	<p>Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону.</p> <p>Различать одежду и обувь в зависимости от назначения.</p> <p>Выполнять ежедневный уход за одеждой и обувью.</p> <p>Подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.</p>
Питание	

<p>Называть продукты питания. Соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи. Готовить бутерброды, яичницу, заваривать чай, делать винегрет под руководством взрослого. Читать печатные инструкции к различным бытовым химическим средствам.</p>	<p>Различать продукты питания. Знакомиться с разнообразием продуктов питания для здоровья человека. Соблюдать санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой. Выполнять правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником. Составлять меню завтрака. Готовить бутерброды. Заваривать чай. Готовить яичницу. Делать винегрет. Сервировать стол к завтраку.</p>
Культура поведения	
<p>Выполнять требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя. Соблюдать правила поведения при встрече и расставании. Использовать формы обращения с просьбой, вопросом. Выполнять правила поведения за столом.</p>	<p>Следить за своей осанкой. Принимать правильную позу в положении сидя и стоя. Следить за своей походкой и жестикуляцией. Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми в различных ситуациях. Обращаться вежливо с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым. Вести себя тактично и вежливо во время разговора со старшими и сверстниками. Правильно вести себя за столом во время приема пищи.</p>
Жилище	
<p>Называть виды жилых помещений в городе и деревне. Называть свой домашний почтовый адрес.</p>	<p>Различать виды жилых помещений в городе и деревне. Называть свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.</p>
Транспорт	
<p>Называть основные транспортные средства. Соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте. Соблюдать правила дорожного движения. Совершать поездку на общественном транспорте под руководством взрослого.</p>	<p>Выбирать наиболее рациональный маршрут проезда до школы. Подбирать варианты проезда до школы различными видами транспорта. Ориентироваться в расписании. Совершать поездку в общественном транспорте. Оплачивать проезд, приобретать билеты в общественном транспорте. Соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу), правила дорожного движения.</p>
Торговля	
<p>Называть основные виды магазинов, их назначение.</p>	<p>Различать основные виды магазинов. Выбирать продукты для приготовления</p>

<p>Совершать покупки различных товаров под руководством взрослого. Оплачивать покупку под руководством взрослого. Соблюдать правила поведения в магазине.</p>	<p>завтрака с учетом конкретного меню. Оплачивать покупку. Соблюдать правила поведения в магазине.</p>
---	--

Содержание учебного предмета 5 класс

<p>1. Личная гигиена - 10 ч.</p> <p>Личная гигиена. Ее назначение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуальных вещей) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.</p>
<p>2. Одежда и обувь - 9 ч.</p> <p>Виды одежды и головных уборов. Их назначение. Уход за одеждой и подготовка ее к хранению. Обувь. Уход за обувью. Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви. Пр.р.</p>
<p>3. Питание - 15 ч.</p> <p>Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола.</p>
<p>4. Культура поведения - 5 ч.</p> <p>Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.</p>
<p>5. Жилище- 6 ч.</p> <p>Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, школьные помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Обычай и обряды, связанные со строительством дома, новосельем. Почтовый адрес дома и школы.</p>
<p>6. Транспорт - 6 ч.</p> <p>Виды транспортных средств. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.</p>
<p>7. Торговля - 12 ч.</p> <p>Виды торговых магазинов. Их назначение для обеспечения жизни и деятельности людей, животных. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея. молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. Продуктовые специализированные магазины "Булочная", "Булочная-кондитерская", "Овощи и фрукты". Виды товаров: фасованные, в развес и розлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью</p>

продавца и самообслуживания). Сроки годности, стоимость. Хранение товаров.

8. Семья-5 ч.

Семья. Состав семьи. Фамилия, имя, отчество близких родственников. Родственные отношения. Взаимоотношения в семье.

Тематическое планирование 5 класс

№	Тема раздела	Кол-во час	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	10	Определяют последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета. Рассказывают о правилах ухода за кожей рук и ногтями. Называют предметы личной гигиены. Объясняют правила ухода за полостью рта, ушами. Рассказывают о периодичности мытья головы. Перечисляют правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, правила освещения помещения.
2.	Одежда и обувь	9	Подбирают одежду, головные уборы и обувь по сезону. Различают одежду и обувь в зависимости от их назначения. Рассказывают о правилах ухода за одеждой и обувью.
3.	Питание	15	Рассказывают о значении разнообразия продуктов питания для здорового человека. Определяют место и условия приготовления пищи и его оборудование. Называют отличия бутербродов. Характеризуют блюда из яиц. Рассказывают о правилах нарезки овощей для салата. Объясняют правила заваривания чая. Определяют средства для мытья и чистки кухонных принадлежностей и посуды. Объясняют правила сервировки стола к завтраку.
4	Семья	5	Рассказывают о составе семьи. Называют имена, отчества родителей и близких родственников. Указывают место работы родителей и занимаемую должность. Объясняют права и обязанности каждого члена семьи.
5.	Культура поведения	5	Объясняют требования при ходьбе, в положении сидя и стоя. Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании, о формах обращения с просьбой, вопросом. Рассказывают о формах обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Называют правила поведения за столом во время приема пищи.
6.	Жилище	6	Различают виды жилых помещений. Рассказывают о типах жилья, видах отопления. Называют почтовый адрес своего дома и школы.
7.	Транспорт	6	Называют виды городского наземного транспорта. Рассказывают об оплате за проезд в транспорте. Составляют маршрут проезда из дома до школы. Различают виды городского наземного транспорта. Объясняют правила поведения в транспорте, на улице. Различают знаки дорожного движения.
8.	Торговля	12	Называют основные виды магазинов, их назначение. Рассказывают о порядке приобретения товаров в продовольственных магазинах.
Всего 68ч.			

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
Программы
1. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
Учебники (электронные варианты)
1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 5 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
2. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 6 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 8 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
5. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 9 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
Рабочие тетради (электронные варианты)
1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 5 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
2. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 6 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
3. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
4. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 8 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с

интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.

5. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 9 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.

Перечень оборудования кабинета ОСЖ.

1. Электроплита	9. Тёрки	15. Утюг электрический
3.Миксер	10. Разделочные доски	16.Зеркало
4.Холодильник	11. Посуда чайная, столовая, кухонная	17.Аптечка с медикаментами
5. Чайник электрический	12. Столовые приборы	18.Часы настенные
6. Кастрюли	13. Мясорубка	19.Фартуки
7. Сковороды	14. Гладильная доска	20.Плакаты по ОСЖ
8. Дуршлаг		21. Швейные машинки

Образцы и средства:

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

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема учебного занятия.	Кол-во часов	Дата	Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Введение.	1			
Личная гигиена-10					
2	Правила личной гигиены в течение дня.	1		Называть предметы личной гигиены, используемые для выполнения утреннего и вечернего туалета. Выполнять утренний и вечерний туалет. Причесывать волосы.	Совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности. Объяснять назначение предметов личной гигиены. Причесывать волосы и делать прическу. Соблюдать правила освещения помещений, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.
3	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета.	1			
4	Личные (индивидуальные) вещи (зубная щётка, полотенце, мочалка, носовой платок, расчёска). Правила содержания, уход.	1			
5	Правила ухода за кожей рук, ног и ногтями	1			
6	Правила ухода за полостью рта	1			
7	Гигиена зрения.	1			
8	Правила освещенности рабочего места. Правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач.	1			
9	Правила ухода за волосами. Периодичность мытья головы.	1			
10	Обобщение пройденного материала.	1			
Одежда и обувь-9					
11	Виды сезонной одежды по назначению.	1		Называть виды одежды и обуви. Знание отдельных видов одежды и обуви. Ухаживать за одеждой и обувью под руководством взрослого. Соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.	Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону. Различать одежду и обувь в зависимости от назначения. Выполнять ежедневный уход за одеждой и обувью. Подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.
12	Виды головных уборов.	1			
13	Уход за одеждой, подготовка к хранению.	1			
14	Практическое занятие «Уход за одеждой»	1			
15	Виды обуви по назначению.	1			
16	Уход за обувью	1			
17	Практическое занятие «Уход за обувью».	1			
18	Правила подготовки обуви к сезонному хранению.	1			
19	Обобщение пройденного материала. Самостоятельная работа.	1			

Питание-15					
20	Значение питания в жизни человека.	1		<p>Называть продукты питания. Соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи. Готовить бутерброды, яичницу, заваривать чай, делать винегрет под руководством взрослого. Читать печатные инструкции к различным бытовым химическим средствам.</p>	<p>Различать продукты питания. Знакомиться с разнообразием продуктов питания для здоровья человека. Соблюдать санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой. Выполнять правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником. Составлять меню завтрака. Готовить бутерброды. Заваривать чай. Готовить яичницу. Делать винегрет. Сервировать стол к завтраку.</p>
21	Место приготовления пищи, оборудование кухни. (кухонная утварь и посуда).	1			
22	Правила мытья и чистки посуды. Уход за помещением, где готовят пищу.	1			
23	Завтрак. Составление меню для завтрака.	1			
24	Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.	1			
25	Яйца. Блюда из яиц.	1			
26	Отваривание яиц.	1			
27	Приготовление блюда из яиц. Приготовление яичницы.	1			
28	Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения.	1			
29	Бутерброды. Виды бутербродов.	1			
30	Приготовление бутербродов.	1			
31	Сервировка стола к завтраку.	1			
32	Практическое занятие «Сервировка стола к завтраку»	1			
33	Правила поведения за столом и приема пищи.	1			
34	Обобщение пройденного материала. Самостоятельная работа.	1			
Семья-5					
35	Семья. Состав семьи.	1		<p>Рассказывать о составе семьи. Называть обязанности всех членов семьи.</p>	<p>Рассказывать о составе семьи, называть имена, отчества родителей и ближайших родственников, место работы и должность.</p>
36	Фамилии, имена, отчества близких родственников.	1			
37	Родственные отношения.	1			
38	Взаимоотношения в семье.	1			
39	Обобщение пройденного материала. Самостоятельная работа	1			

					Называть основные сведения о членах семьи. Распределять обязанности в семье. Помогать младшим и выполнять свои обязанности.
Жилище-6					
40	Типы жилых помещений в городе и селе.	1		Называть виды жилых помещений в городе и деревне. Называть свой домашний почтовый адрес.	Различать виды жилых помещений в городе и деревне. Называть свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.
41	Виды жилья: собственное, государственное.	1			
42	Почтовый адрес дома и школы.	1			
43	Планировка жилища. Виды и назначение жилых комнат.	1			
44	Планировка жилища. Виды и назначение нежилых (подсобных) помещений.	1			
45	Обобщение пройденного материала. Самостоятельная работа.	1			
Транспорт-6					
46	Виды транспортных средств.	1		Называть основные транспортные средства. Соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте. Соблюдать правила дорожного движения. Совершать поездку на общественном транспорте под руководством взрослого.	Выбирать наиболее рациональный маршрут проезда до школы. Подбирать варианты проезда до школы различными видами транспорта. Ориентироваться в расписании. Совершать поездку в общественном транспорте. Оплачивать проезд, приобретать билеты в общественном транспорте. Соблюдать
47	Наземный городской транспорт.	1			
48	Проезд в школу (виды транспорта, маршрут).	1			
49	Поведение в транспорте и на улице.	1			
50	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	1			
51	Знакомство со знаками дорожного движения в городе. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсии.	1			

					правила безопасного поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу), правила дорожного движения.
Культура поведения-5					
52	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1		Выполнять требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя. Соблюдать правила поведения при встрече и расставании. Использовать формы обращения с просьбой, вопросом. Выполнять правила поведения за столом.	Следить за своей осанкой. Принимать правильную позу в положении сидя и стоя. Следить за своей походкой и жестикующей. Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми в различных ситуациях. Обращаться вежливо с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым. Вести себя тактично и вежливо во время разговора со старшими и сверстниками. Правильно вести себя за столом во время приема пищи.
53	Разговор со старшими и сверстниками.	1			
54	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1			
55	Правила поведения за столом, в столовой	1			
56	Обобщение пройденного материала. Ролевая игра «Я иду в гости»	1			

Торговля-12					
57	Магазины по продаже продуктов питания.	1		<p>Называть основные виды магазинов, их назначение. Совершать покупки различных товаров под руководством взрослого. Оплачивать покупку под руководством взрослого. Соблюдать правила поведения в магазине.</p>	<p>Различать основные виды магазинов. Выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню. Оплачивать покупку. Соблюдать правила поведения в магазине.</p>
58	Продовольственные и промтоварные магазины.	1			
59	Универсамы и супермаркеты	1			
60	Специализированные магазины	1			
61	Виды отделов в продуктовых магазинах.	1			
62	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание)	1			
63	Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	1			
64	Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).	1			
65	Стоимость продуктов питания.	1			
66	Экскурсия в продуктовый магазин	1			
67	Обобщение пройденного материала	1			
68	Итоговый урок по теме «Чему научились». Тестирование.	1			