

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1»  
города Кирсанова Тамбовской области

**РАССМОТРЕНО**

на заседании методического  
объединения учителей общественно-  
научных предметов (истории,  
обществознания, географии)

Протокол №1 от 29.08.2023 года

**СОГЛАСОВАНО**

Методическим советом

Протокол №1 от 30.08.2023 года

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом по школе

№296 от 31.08.2023 года

## **АДАптированная рабочая программа**

по Основам социальной жизни

(название учебного курса, предмета, дисциплины (модуля))

для 6 «Д» класса

на 2023 – 2024 учебный год

учителя истории и обществознания

Скворцовой Ольги Викторовны

(должность, Ф.И.О. педагога, квалификационная категория)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

Программа для 6 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения учащимися на уроках предмета основы социальной жизни, а также русского языка, чтения, математики, уроках трудового обучения.

### **Цель:**

учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- сформировать у обучающихся знаний и жизненных компетенций, необходимых для успешной социализации в современном обществе;
- развивать и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства;
- воспитать положительное отношение к домашнему труду.

#### **Личностные:**

- сформировать социально-нормативное поведение в семье и обществе;
- сформировать умение, необходимое для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

#### **Коррекционные:**

- развивать быстроту переключаемости внимания при работе с наглядными пособиями;
- Развивать ориентировочную деятельность, укреплять взаимосвязи между основными компонентами мыслительной деятельности: действием, словом, образом.

## Нормативная база

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
- Учебным планом;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

## Сведения о программе

Программа специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 кл.: В 2СБ./Под ред. В.В. Воронковой – М. Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011.

Уроки СБО: учеб. пособие для 6 класса общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / О.Б. Жестовская. – М. : Издательство ВЛАДОС, 2018. – 159 с. : ил.

Данная программа учитывает психофизические особенности развития обучающихся 6 класса, а именно неустойчивое, рассеянное внимание, низкую работоспособность, бедный словарный запас, снижение всех видов памяти, фрагментарное восприятие, а так же уровень их знаний и умений и предусматривает обязательный личностно- ориентированный подход, исходя из возможностей учащихся.

## **Обоснование выбора программы**

Программа под ред. В.В. Воронковой «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы» выбрана в соответствии с федеральным компонентом Государственного образовательного стандарта, примерной программы основного общего образования основы социальной жизни, рекомендована Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования РФ в полном объеме соответствует образовательным целям школы-интерната. Программа построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности; способствует формированию ключевых компетенций, обучающихся; обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию обучающихся, имеющих умственную отсталость.

## **Внесенные изменения**

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения календарного учебного графика, сроков каникул, выпадение уроков на праздничные дни и дни здоровья. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

С учетом данных особенностей детей с УО (I вариант) в рабочую программу внесены некоторые изменения. Темы, наиболее вызывающие трудности в усвоении, даются ознакомительно: «Виды транспортных средств», «Почтовый адрес дома, школы»

## **Место и роль учебного предмета**

На изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится в 6 классе – по 35 часов (1 час в неделю).

## **Формы организации образовательного процесса**

При последовательном изучении курса может быть использован разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, типологических и индивидуальных особенностей учеников.

## **Технологии обучения**

- педагогические технологии на основе личностной ориентации

педагогического процесса;

- игровые технологии;
- технология дифференцированного обучения;
- технология развивающего обучения;
- компьютерные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

### **Механизмы формирования ключевых компетенций обучающихся**

- ценностно-смысловые;
- общекультурные;
- учебно-познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- социально-трудовые.

### **Виды и формы контроля**

Информацию о ходе усвоения учебного материала обучающимися получают в процессе контроля: входного, промежуточного и итогового.

Итоговый контроль осуществляется по завершении крупного блока или всего курса. Он позволяет оценить знания и умения обучающихся, полученные в ходе достаточно продолжительного периода работы.

### **Планируемый уровень подготовки выпускников**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы общего образования Федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по биологии направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты:**

- осознание себя как гражданина России;
- формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- овладение социальными навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 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;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

#### **Предметные результаты:**

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам, понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- умение приготовить несложные виды 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 и некоторых правил ухода за ними;
- знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; - знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
- представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- представление о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социального назначения и их назначение

## Содержание учебного предмета

### «Основы социальной жизни»

#### **Личная гигиена и здоровье.**

Здоровый образ жизни-требование современного общества.

Значение здоровья в жизни и деятельности человека. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.

Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация, загазованность воздуха).

Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека, последующие поколения.

Здоровье и красота. Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены для девушек (виды, правила пользования).

#### **Охрана здоровья.**

Виды медицинских учреждений: поликлиника. Амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.

Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.

#### **Жилище.**

Общее представление о доме. Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.

Планировка жилища. Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.

Кухня. Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари, их свойства. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены. Толовые приборы: назначение, правила ухода. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.

Национальные виды кухонной посуды.

История возникновения и развития кухонной утвари.

Кухонное белье: виды: (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.

Кухонная мебель. Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.

Ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режим стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин.. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты, характеристика машины, цены).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в зависимости от ее назначения. Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и



особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы). Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат.

Магазины по продаже различных видов мебели. Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления, соотношения цены и качества).

Интерьер. Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность. Рациональная расстановка мебели в помещении в зависимости от функционального назначения комнаты, площади, наличия мебели. Композиция интерьера: расположение и соотношение составных частей интерьера: мебели, светильников, бытового оборудования, функциональных зон. Соблюдение требований к подбору занавесей, светильников и других деталей декора.

Уход за жилищем. Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.

Ремонтные работы в доме. Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Виды обоев: бумажные, флизелиновые, виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида, самостоятельное изготовление клейстера. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения. Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев. Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.

### **Одежда и обувь.**

Одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк). Преимущества и недостатки разных видов тканей.

Уход за одеждой. Виды 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. Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром. Правила ухода за

одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой. Уход за шерстяными и трикотажными изделиями. Уход за верхней одеждой из водоотталкивающей ткани, кожи, мехового велюра (дубленки), меха (искусственного и натурального). Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант. Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант. Ателье индивидуального пошива одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.

Стиль одежды. Определение собственного размера одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры), раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех. Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды). Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни.

История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.

Национальная одежда.

Обувь. Выбор и покупка обуви в соответствии с назначением и размером. Соотношение размеров обуви в стандартах разных стран. Факторы, влияющие на выбор обуви: удобство (практичность) и эстетичность. Правила подбора обуви к одежде. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии.

Национальная обувь.

Уход за обувью. Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.

Ремонт обуви в специализированных мастерских.

История появления обуви. Обувь в разные исторические времена.

## Питание

Организация питания семьи. Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.

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

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

Завтрак. Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канапе. Приготовление бутербродов.

Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.

Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц.

Напитки для завтрака.

Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.

Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.

Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.

Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная.

Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.

Фруктовые напитки: соки, нектары.

Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.

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. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление оладий и блинов изделий из недрожжевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.

Виды питания. Диетическое питание. Питание обучающихся ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.

Праздничный стол. Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.

Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.

Этикет праздничного застолья.

Блюда национальной кухни.

## **Транспорт**

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

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

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты.

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда.

### **Средства связи.**

Почта. Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправок: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь). Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы.

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

Денежные переводы. Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость отправления денежного перевода.

### **Предприятия, организации, учреждения.**

Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

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

Организации. Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.

Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу. Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через

интернет). Риски самостоятельного трудоустройства. Государственная служба занятости населения: назначение, функции. Правила постановки на учет.

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

## **Семья.**

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

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

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

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

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц, основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.

Будущая семья. Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьей домашней деятельностью.

Ответственность родителей (законных представителей) за будущее обучающегося. Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством. Поведение родителей (законных представителей) в семье, где ждут обучающегося. Беременность, роды. Семейный уклад с появлением новорожденного в семье, распределение обязанностей. Грудной ребенок в семье: уход, питание новорожденного, детский гардероб, необходимое оборудование и приспособления. Развитие обучающегося раннего возраста.

## **Торговля**

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

## **Культура поведения**

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Экскурсия в библиотеку. Обобщение пройденного материала за год. Контрольное тестирование по разделу

## Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1	Личная гигиена и здоровье	2
2	Охрана здоровья	4
3	Жилище	4
4	Одежда и обувь	2
5	Питание	6
6	Транспорт	3
7	Средства связи	3
8	Предприятия, организации, учреждения	2
9	Семья	2
10	Торговля	3
11	Культура поведения	4
Итого		35



## **Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **обучающиеся должны знать:**

- правила закаливания организма, приёмы обтирания и мытья ног, правила соблюдения личной гигиены;
- способы вызова врача на дом, меры по предупреждению глистных заболеваний, функции основных врачей-специалистов;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами, правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шёлковых тканей;
- гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения сухой влажной уборки, правила пользования электропылесосом, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами;
- виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы, правила поведения в магазине и общения с работниками магазина, правила покупки товаров, стоимость наиболее необходимых товаров (одежды, обуви, посуды и других, часто используемых товаров);
- способы выбора доброкачественных продуктов, приготовление каши, заварка чая, варка яиц разного состояния, способы хранения продуктов и готовой пищи, правила составления рецепта блюда;
- виды междугороднего транспорта, стоимость проезда на всех видах городского транспорта;
- виды почтовых отправок, телеграмм;
- виды детских учреждений и назначение, адрес Дома культуры, какие кружки, секции имеются и чем в них занимаются дети.
- место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье;
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками;

### **Обучающиеся должны уметь:**

- закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены дома, в школе;
- записаться на приём к врачу, вызвать врача на дом, в экстренных случаях врачей «скорой помощи», приобрести лекарство в аптеке;
- производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами;

- выбрать нужный товар, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение срока гарантии на товар, вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя;

- пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки, зашивать одежду по распоровшемуся шву, подшить платье, брюки, рубашки, подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей, стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей, гладить их;

- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности, приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности, составить рецепт блюда, вымыть, вычистить посуду;

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;

- определить стоимость почтовых отправлений;

- обращаться к работникам Дома культуры, правильно вести себя на занятиях, в читальном зале, соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах;

- рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности, выполнять определённые обязанности в семье;

- культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, урока	Общее количество часов		Дата проведения урока	Дата фактического проведения урока
		Очная форма	Заочная форма		
<b>Личная гигиена</b>					
1	Значение закаливания организма для здоровья человека.	1			
2	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	1			
<b>Охрана здоровья</b>					
3	Правила и приемы ухода за органами зрения.	1			
4	Практическая работа. Уход за глазами(промывание и протирание).	1			
5	Губительное влияние вредных привычек на организм.	2			
<b>Жилище</b>					
6-7	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии. Повседневная сухая и влажная уборка	2			

	помещения.				
8-9	<p>Пылесос. Использование в уборке пылесоса.</p> <p>Практическая работа. Уборка спальной комнаты с использованием пылесоса.</p> <p>Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.</p> <p>Практическая работа. Уход за мебелью в классе.</p>	2			
<b>Одежда и обувь</b>					
10	<p>Значение опрятного вида человека.</p> <p>Практическая работа. Пришивание пуговиц.</p> <p>Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей</p>	1			
11	<p>Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей.</p> <p>Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.</p> <p>Практическая работа. Глажение фартуков, косынок.</p>	1			
<b>Питание</b>					
11	Гигиена приготовления	1			

	<p>пищи.</p> <p>Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи.</p> <p>Способы выбора доброкачественных продуктов.</p>				
12	Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов.	1			
13	<p>Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки.</p> <p>Практическая работа. Чтение рецептов.</p> <p>Блюда из круп.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Приготовление каши на воде.</p>	1			
14	<p>Блюда из овощей.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Приготовление картофельного пюре.</p> <p>Блюда из яиц.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Приготовление омлета.</p>	1			
15	<p>Приготовление чая.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Заварка чая.</p> <p>Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.</p>	1			
16	<p>Практическая работа.</p> <p>Мытьё кухонной посуды с</p>	1			

	применением моющих средств Составление рецепта				
	приготовления собственного блюда.				
<b>Транспорт</b>					
17	Основные транспортные средства. Оплата проезда на всех видах транспорта. Маршруты передвижения.	1			
18	Пригородные автобусы. Расписание, направления, зоны. Способы заказа и приобретения билетов через интернет.	1			
19	Экскурсия автовокзал. Наблюдение за приобретением билетов	1			
<b>Средства связи</b>					
20	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений.	1			
21	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Практическая работа. Написание адреса на почтовом конверте.	1			
22	Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Экскурсия на почту	1			

<b>Предприятия, организации, учреждения</b>					
23	Дошкольные учреждения, их назначение. Школьные учреждения, их назначение. Дом культуры, его назначение	1			
24	Экскурсия в Дом культуры	1			
<b>Семья</b>					
25	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность. Права и обязанности каждого члена семьи.	1			
26	Практическая работа. Запись сведений о членах семьи	1			
<b>Торговля</b>					
27	Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров. Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит».	1			
28	Виды товаров, стоимость, порядок приобретения.	1			
29	Правила выбора доброкачественных продуктов питания. Практическая работа. Определение срока годности товара на упаковке.	1			

<b>Культура поведения</b>					
30	Правила поведения в театре, кинотеатре.	1			
31	Ролевая игра: «Посещение кинотеатра».	1			
32	Контрольное тестирование по разделу: «Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».	1			
33	Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.	1			
<b>ИТОГО</b>		<b>35</b>			



### **Информация об используемом учебнике**

Уроки СБО: учеб. пособие для 6 класса общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / О.Б. Жестовская. – М. : Издательство ВЛАДОС, 2018. – 159 с. : ил.

### **Литература и средства обучения**

• Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой. Москва «Владос», 2011 г.

### **Дополнительная учебная литература**

1. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2018 год.

2. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова./- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2018 год – 247 с.

