

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

_____/Фадеева Г.Г./

Приказ № 195 от 29.08.2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ОД

_____/_____ /

«РАССМОТРЕНО»

н заседании Методического совета

_____/Пыренкова С.В./

Протокол №1 от 29.08.2024г.

**АДАптированная рабочая программа
образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными
нарушениями),
вариант 1
7 класс**

по предмету «Основы социальной жизни»

составлена

Николаевой Алевтиной Васильевной

Срок реализации: 2024-2025 г.г.

I. Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1, адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «СОШ п.Опытный» Цивильского района Чувашской Республики.

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

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

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

II. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личная гигиена	
<p>Рассказывать о правилах личной гигиены.</p> <p>Называть санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Рассказывать о правилах смены одежды, нательного и постельного белья.</p> <p>Различать индивидуальные предметы гигиены.</p>	<p>Соблюдать и выполнять правила личной гигиены подростка.</p> <p>Характеризовать индивидуальные предметы гигиены.</p> <p>Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Соблюдать правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p>
Одежда	
<p>Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя.</p> <p>Знать особенности стирки цветного и белого белья.</p> <p>Рассказывать правила пользования моющими средствами.</p> <p>Рассказывать о последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей.</p> <p>Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p>	<p>Ремонтировать разорванные места одежды.</p> <p>Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Гладить одежду и белье.</p> <p>Называть правила пользования моющими средствами.</p> <p>Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Рассказывать о правилах подготовке вещей к</p>

	сдаче в чистку.
Питание	
<p>Рассказывать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Готовить обед, оформлять готовые блюда, сервировать стол под руководством учителя.</p>	<p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Характеризовать последовательность приготовления блюд.</p> <p>Готовить обед</p> <p>Оформлять готовые блюда.</p> <p>Сервировать стол к обеду.</p>
Семья	
<p>Одевать малышей на прогулку.</p> <p>Помогать малышам при уборке игрушек.</p> <p>Разучивать тихие и подвижные игры.</p>	<p>Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.</p> <p>Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры.</p>
Культура поведения	
<p>Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>	<p>Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>
Жилище	
<p>Выполнять элементарную уборку помещения.</p> <p>Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон.</p> <p>Рассказывать о правилах ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Ухаживать за животными.</p>	<p>Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения.</p> <p>Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.</p> <p>Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.</p>

	Рассказывать о правилах содержания в доме собаки, кошки и попугая.
Транспорт	
Называть функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения.	Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов. Ориентироваться в расписании. Приобретать билеты в железнодорожной кассе. Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала, центральную железнодорожную справочную по телефону.
Торговля	
Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов, их отделы. Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов. Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых. Соблюдать правила поведения в магазине.	Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов. Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов. Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине. Подсчитывать стоимость покупок. Соблюдать правила поведения в магазине.
Средства связи	
Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли. Заполнять бланки для отправки бандероли с помощью учителя.	Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью. Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей. Заполнять бланки на отправление бандеролей. Составлять опись посылаемых предметов. Упаковывать бандероль.
Медицинская помощь	
Называть медикаменты входящие в состав	Рассказывать о составе домашней медицинской

<p>домашней аптечки.</p> <p>Называть местные лекарственные растения.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога.</p>	<p>аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Распознавать местные лекарственные растения.</p> <p>Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.</p> <p>Пользоваться термометром.</p> <p>Готовить отвары и настои из лекарственных растений.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p>
Учреждения, организации и предприятия	
<p>Называть промышленные объекты г. Чебоксары, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>	<p>Классифицировать промышленные объекты г. Чебоксары, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>
Экономика домашнего хозяйства	
<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи под руководством педагога.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы под руководством педагога.</p>	<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы.</p>

III. Содержание учебного предмета

1. Личная гигиена - 4 ч.
<p>Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.</p>
2. Одежда - 8 ч.
<p>Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.</p>

Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку.

3. Питание - 12 ч.

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

4. Семья - 4 ч.

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.

5. Культура поведения - 4 ч.

Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира. Пр.р.

6. Жилище- 8 ч.

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Пр.р. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.

7. Транспорт - 4 ч.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.

8. Торговля - 4 ч.

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.

9. Средства связи - 4 ч.
Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. Экскурсия на почту.
10. Медицинская помощь - 6 ч.
Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Пр.р. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.
11. Учреждения, организации и предприятия - 4 ч.
Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.
12. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.
Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Пр.р. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.

IV. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тема раздела	Количество о часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	4	<p>Рассказывают о правилах соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши).</p> <p>Объясняют правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p> <p>Определяют санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.</p>
2.	Одежда	8	<p>Определяют вид ремонта одежды.</p> <p>Называют моющие средства для стирки белья.</p> <p>Рассказывают об устройстве стиральной машины и правила пользования ею.</p> <p>Объясняют санитарно-гигиенические требования и</p>

			<p>правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Различают особенности утюжки одежды из различных тканей, а так же постельного белья, полотенец, скатертей.</p> <p>Характеризуют предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Перечисляют правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</p>
3.	Питание	12	<p>Классифицируют способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов.</p> <p>Определяют последовательность приготовления блюд.</p> <p>Характеризуют возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими.</p> <p>Называют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывают о правилах пользования столовыми приборами.</p>
4.	Семья	4	<p>Перечисляют названия тихих и подвижных игр.</p> <p>Объясняют детям младшего школьного возраста правила игры и играют с ними.</p>
5.	Культура поведения	4	<p>Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании.</p> <p>Называют правила поведения в гостях.</p> <p>Перечисляют правила вручения и приема подарков.</p>
6.	Жилище	8	<p>Называют последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения.</p> <p>Определяют способы и периодичность ухода за окнами.</p> <p>Перечисляют виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.</p> <p>Объясняют правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Рассказывают о правилах соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.</p>

7.	Транспорт	4	<p>Определяют назначение вокзалов и основных служб вокзалов.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов, порядке сдачи и получении багажа в камере хранения.</p> <p>Перечисляют функции железнодорожного транспорта.</p> <p>Называют виды пассажирских вагонов.</p> <p>Определяют примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния.</p> <p>Различают виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.</p> <p>Называют виды справочных служб.</p>
8.	Торговля	4	<p>Характеризуют универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.</p> <p>Объясняют назначение магазинов.</p> <p>Перечисляют ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Определяют стоимость отдельных товаров.</p> <p>Рассказывают о правилах поведения в магазине.</p>
9.	Средства связи	4	<p>Классифицируют виды бандеролей.</p> <p>Рассказывают о порядке отправления бандеролей.</p> <p>Определяют перечень предметов, посылаемых бандеролью.</p> <p>Называют максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Различают виды и способы упаковки бандеролей.</p>
10.	Медицинская помощь	6	<p>Определяют состав домашней аптечки.</p> <p>Рассказывают о правилах применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Перечисляют местные лекарственные растения.</p> <p>Объясняют правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и</p>

			вывихах.
11.	Учреждения, организации и предприятия	4	Называют промышленные объекты г. Новокузнецка. Перечисляют названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Классифицируют виды выпускаемой продукции.
12.	Экономика домашнего хозяйства	6	Знакомятся с понятие "Деньги", "Семейный бюджет". Перечисляют составные части бюджета семьи. Планируют бюджет семьи. Определяют сколько можно иметь денег на мелкие расходы.
Всего 68 ч.			

V. Календарно- тематическое планирование 7 класс

Раздел	№ п\п	Тема урока	Количество часов
		I четверть- 18 ч.	
Личная гигиена – 4 ч.	1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	1
	2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	1
	3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	1
	4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1
Одежда – 8 ч.	5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1
	6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	1
	7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1
	8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	1
	9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
	10	Утюжка белья, брюк. Пр.р.	1
	11	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
	12	Экскурсия в химчистку.	1
Питание – 6 ч.	13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые	1

		блюда. Третьи блюда.	
	14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1
	15	Приготовление закусок.	1
	16	Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	1
	17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
	18	Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	1
		II четверть- 14 ч.	
Питание – 6 ч	19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
	20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р.	1
	21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	1
	22	Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р.	1
	23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
	24	Сервировка стола к обеду.	1
Семья– 4 ч.	25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1
	26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	1
	27	Разучивание тихих и подвижных игр.	1
	28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.	1
Культура поведения– 4 ч.	29	Поведение в гостях.	1
	30	Правила поведения при встрече и расставании.	1
	31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	1
	32	Изготовление сувенира. Пр.р.	1
		III четверть- 20 ч.	
Жилище –8 ч.	33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	1
	34	Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р.	1
	35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
	36	Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р.	1
	37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	1
	38	Чистка мягкой мебели. Пр.р.	1

	39	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
	40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	1
Транспорт- 4 ч.	41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1
	42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	1
	43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	1
	44	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	1
Торговля – 4 ч.	45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1
	46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1
	47	Экскурсия в промтоварный магазин.	1
	48	Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.	1
Средства связи – 4 ч.	49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	1
	50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	1
	51	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.	1
	52	Экскурсия на почту.	1
		IV четверть- 16 ч.	
Медицинская помощь – 6 ч.	53	Домашняя аптечка. Термометр.	1
	54	Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	1
	55	Лекарственные растения.	1
	56	Заваривание травяного настоя. Пр.р.	1
	57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1
	58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	1
Учреждения, организации, предприятия - 4 ч.	59	Промышленные предприятия, заводы нашего города.	1
	60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	1
	61	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	1

	62	Экскурсия на промышленное предприятие.	1
Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.	63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	1
	64	Бюджет семьи. Источник дохода.	1
	65	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
	66	Определение дохода семьи. Пр.р.	1
	67	Мелкие расходы.	1
	68	Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.	1

VI. Контрольно – измерительные материалы Диагностическая контрольная работа

1. Закаливание - это
 - А. Обтирание холодной водой;
 - Б. Ходьба босиком;
 - В. Сон;
 - Г. Купание в реке, бассейне.

2. Какие средства для стирки ты знаешь?
 - А. Порошок;
 - Б. Хозяйственное мыло;
 - В. Таз;
 - Г. Отбеливатель.

3. Какие продукты хранят в холодильнике?
 - А. Мясо;
 - Б. Молоко;
 - В. Хлеб;
 - Г. Картошка.

4. Семья – это:
 - А. Друзья;
 - Б. Родственники, которые живут вместе и ведут общее хозяйство;
 - В. Хорошие соседи.

5. В столовой во время приема пищи нельзя.....
 - А. Пользоваться салфеткой;
 - Б. Дуть на горячее;
 - В. Класть локти на стол;
 - Г. Убирать за собой посуду.

6. Какими электроприборами пользуются на кухне?
 - А. Духовка;
 - Б. Электрическая плита;
 - В. Фен;
 - Г. Миксер.

7. Виды транспорта.

- А. Автомобильный;
- Б. Железнодорожный;
- В. Водный;
- Г. Взрослый;
- Д. Воздушный.

8. Городской транспорт:

- А. Автобус;
- Б. Трамвай;
- В. Поезд,
- Г. Самолет.

9. Торговля – это:

- А. Уборка помещений;
- Б. Покупка и продажа товаров;
- В. Хранение одежды;
- Г. Уход за обувью.

9. Средства связи – это:

- А. Телеграф;
- Б. Интернет;
- В. Почта;
- Г. Школа;
- Д. Телефон.

Контрольная работа за I четверть

1. Личная гигиена подростка.

- А. Ежедневно мой тело с мылом.
- Б. Применяй дезодоранты на грязное тело.
- В. Ежедневно меняй нижнее белье.
- Г. Ежедневно мой тело горячей водой с мылом и мочалкой.

2. Какие бывают типы кожи?

- А. Сухая.
- Б. Жирная.
- В. Влажная.
- Г. Нормальная.

3. Выбери средства по уходу за кожей лица.

- А. Лосьон;
- Б. Дезодорант;
- В. Крем;
- Г. Пенка.

4. Какие бывают типы волос?

- А. Сухие;
- Б. Жирные;
- В. Короткие;
- Г. Нормальные.

5. Предметы и средства по уходу за волосами.

- А. Расческа –
- Б. Шампунь –
- В. Ножницы –
- Г. Бальзам -

6. Уход за кожей лица.

- А. Чаще трогай лицо в течение дня.
- Б. Пользуйся косметическими средствами, подходящими твоему типу кожи.
- В. Умывайся не менее чем за 20 минут до выхода на улицу.

7. Уход за волосами.

- А. Мой волосы шампунем не реже одного раза в неделю.
- Б. Расчесывай волосы один раз в неделю.
- В. Подбирай шампунь для своего типа волос.
- Г. Пользуйся только своей расческой.

8. Какие игры можно провести с младшими детьми дома?

- А. Спортивные;
- Б. Подвижные;
- В. Настольные;
- Г. Словесные.

9. Как можно пригласить друзей в гости?

- А. По телефону;
- Б. Прислать приглашение;
- В. Через других людей.

10. При покупке подарка имениннику нужно учитывать:

- А. Возраст;
- Б. Пол (мужчина или женщина);
- В. Увлечения;
- Г. Время года.

Контрольная работа за II четверть

1. Какого типа бывают стиральные машины?

- А. Барабанного типа;
- Б. Нового типа;
- В. Активаторного типа.

2. Для чего нужна прачечная?

- А. Для стирки белья;
- Б. Для чистки одежды;
- В. Для утюжки белья.

3. Для получения белья из прачечной нужно предъявить:

- А. Паспорт;
- Б. Квитанцию;
- В. Чек;
- Г. Талон.

4. Какая часть утюга регулирует его нагрев?

- А. Шнур;
 - Б. Подошва;
 - В. Терморегулятор;
5. Регулярная уборка помещения – это:
- А. Протирание пыли;
 - Б. Мытье окон;
 - В. Подметание;
 - Г. Мытье пола.
6. Выбери приспособления для мытья пластиковых окон.
- А. Стеклоочиститель;
 - Б. Перчатки;
 - В. Порошок;
 - Г. Чистящее средство.
7. Виды доврачебной помощи.
- А. Измерение температуры;
 - Б. Госпитализация;
 - В. Обработка ран.
8. Первая помощь при ушибе.
- А. Приложить тепло;
 - Б. Приложить холод;
 - В. Забинтовать.
9. При вывихе нельзя:
- А. Вызывать врача;
 - Б. Вправлять вывих самостоятельно;
 - В. Обращаться в травмпункт.
10. Переломы бывают:
- А. Открытые;
 - Б. Сильные;
 - В. Закрытые.

Контрольная работа за III четверть

1. Перед приготовлением пищи нужно....
- А. Почистить зубы;
 - Б. Вымыть руки с мылом;
 - В. Переодеться;
 - Г. Включить плиту.
2. Какие продукты хранят в морозильной камере?
- А. Рыбу;
 - Б. Мясо;
 - В. Кефир;
 - Г. Ягоду.
3. Что является первым блюдом?
- А. Салат;
 - Б. Гарнир;

- В. Суп;
- Г. Десерт.

4. Какие механические (ручные) приборы используют для приготовления пищи?

- А. Терка;
- Б. Мясорубка;
- В. Миксер;
- Г. Нож.

5. Какие блюда готовят на завтрак? Найди и подчеркни правильные ответы.

- А. Борщ;
- Б. Вареники;
- В. Омлет;
- Г. Салат.

6. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана:

- А. Расстановка;
- Б. Сервировка;
- В. Установка;

7. Междугородный железнодорожный транспорт.

- А. Трамвай;
- Б. Поезд;
- В. Электричка.

8. Основные службы вокзала.

- А. Кассы;
- Б. Зал ожидания;
- В. Парикмахерская;
- Г. Камера хранения.

9. Тип пассажирского вагона.

- А. Общий;
- Б. Семейный;
- В. Купейный;
- Г. Плацкартный.

10. Виды транспорта.

- А. Автомобильный;
- Б. Железнодорожный;
- В. Водный;
- Г. Взрослый;
- Д. Воздушный.

Контрольная работа за год

1. Какие игры можно провести с младшими детьми дома?

- А. Спортивные;
- Б. Подвижные;
- В. Настольные;
- Г. Словесные.

2. Как можно пригласить друзей в гости?

- А. По телефону;
- Б. Прислать приглашение;
- В. Через других людей.

3. Как можно пригласить друзей в гости?

- А. По телефону;
- Б. Прислать приглашение;
- В. Через других людей.

4. Какая часть утюга регулирует его нагрев?

- А. Шнур;
- Б. Подошва;
- В. Терморегулятор;

5. Регулярная уборка помещения – это:

- А. Протирание пыли;
- Б. Мытье окон;
- В. Подметание;
- Г. Мытье пола.

6. Какие блюда готовят на завтрак?

Найди и подчеркни правильные ответы.

- А. Борщ;
- Б. Вареники;
- В. Омлет;
- Г. Салат.

7. Основные службы вокзала.

- А. Кассы;
- Б. Зал ожидания;
- В. Парикмахерская;
- Г. Камера хранения.

8. Основные виды магазинов.

- А. Специализированные;
- Б. Продовольственные;
- В. Большие;
- Г. Промтоварные.

9. В каком магазине продается мебель?

- А. В продовольственном;
- Б. В специализированном;
- В. В спортивном.

10. Вам не подошли сапоги, которые вы купили вчера, что нужно предъявить продавцу, чтобы сапоги поменяли?

- А. Паспорт;
- Б. Чек;
- В. Медицинский полис;

11. Что можно купить в магазине «Одежда» на 100 рублей?

- А. Носовой платок;
- Б. Шарф;

- В. Носки;
- Г. Футболку.

12. Какие бывают виды бандеролей?

- А. Ценная;
- Б. Простая;
- В. Тяжелая;
- Г. Заказная.

13. Что можно отправить бандеролью?

- А. Журналы;
- Б. Семена цветов;
- В. Деньги;
- Г. Свежую рыбу.

14. Предельная масса посылки:

- А. 2 кг;
- Б. 35 кг;
- В. 10 кг.

15. Что запрещено пересылать посылкой?

- А. Керосин;
- Б. Обувь;
- В. Свежее мясо;
- Г. Посуду.

VII. Учебники и методические пособия.

По данному предмету учебников нет.

1. Воронкова В, В., Казакова С. А. « Социально – бытовая ориентировка в спец. (кор.) общеобразовательной школе 8 вида», Владос, 2016 г.
2. Девяткова Т. А. , Кочетова Л. Л. и др. «Социально – бытовая ориентировка в спец. (кор.) общеобразовательных учреждениях 8 вида», Владос, 2015 г.
3. Львова С, А. «Практический материал к урокам социально – бытовой ориентировки в спец.(кор.) общеобразовательной школе 8 вида», Владос, 2017 г.

Электронные образовательные ресурсы:

1. <http://rus.1september.ru/>
 2. <http://imc.rkc-74.ru> - Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов
 3. <http://festival.1september.ru> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"
 4. <http://it-n.ru> - Сеть творческих учителей "Открытый класс"
 5. www.edu.ru - Федеральный портал «Российское образование»
 6. ise.edu.mhost.ru – Институт коррекционной педагогики
 7. pedsovet.org – сайт для педагогов-дефектологов
- и др.