

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа – интернат поселка Эгвекинот»
(МБОУ «Ш – И поселка Эгвекинот»)

«РАССМОТРЕНО»

на заседании методического
объединения учителей –
предметников

Рекомендовано к
утверждению

Протокол №1 от «28»
августа 2023 г.

Руководитель МО учителей
– предметников

И.В. Елизарова

«СОГЛАСОВАНО»

заместитель директора по
УВР

Г.А. Перепелкина
«28» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом директора МБОУ
«Ш – И поселка

Эгвекинот» от «28» августа
2023 г. № 76

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

«Основы социальной жизни» 6 класс

Автор – составитель
О.А. Толоева,
учитель ОСЖ

ГО Эгвекинот
2023г.

Пояснительная записка

1.1. Введение

Адаптированная рабочая программа «Основы социальной жизни» реализуется в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Школа – интернат поселка Эгвекинот», в котором обучаются дети с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Данная программа разработана в соответствии со следующими документами:

1) Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2) приказ Министерства Просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

3) СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

4) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

5) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID19)»;

6) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

7) приказ Минпросвещения от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

8) Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599;

9) Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287), (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ).

1.2. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Основы социальной жизни как учебный предмет в коррекционной школе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеет большое значение для всестороннего развития обучающихся со сниженной мотивацией к познанию и имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Предмет «Основы социальной жизни» направлен на формирование интереса обучающихся к социальному миру.

Учебный материал в силу своего содержания обладает значительными возможностями для развития и коррекции познавательной деятельности умственно отсталых детей: они учатся анализировать, сравнивать изучаемые объекты и явления, понимать причинно-

следственные зависимости. Систематическая словарная работа на уроках расширяет лексический запас детей с интеллектуальными нарушениями, помогает им правильно употреблять новые слова в связной речи.

«Основы социальной жизни» дает богатый материал для патриотического, интернационального, эстетического и экологического воспитания обучающихся, обучает правилам поведения в природе, помогает знакомить их с миром профессий, распространенных в их регионе.

Курс учебного предмета «Основы социальной жизни» имеет много смежных тем с биологией, историей, русским языком, чтением (литературным чтением), математикой, изобразительным искусством, черчением, основами социальной жизни и другими предметами, а также предусматривает опору на знания, полученные в курсах «Мир природы и человека» и «», входящих в предметную область «Естествознание».

1.3. Цели и задачи изучения учебного предмета «Основы социальной жизни»

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:

1) расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

2) формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;

3) ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;

4) практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;

5) усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);

6) развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Программа отражает содержание обучения предмету «Основы социальной жизни» с **учетом особых образовательных потребностей** обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» способствует формированию представлений о социальных компонентах окружающего мира, направлен на целенаправленное формирование умений и навыков социально-бытовой ориентировки.

На учебных занятиях осуществляется формирование и развитие познавательной деятельности и познавательных процессов, овладение разнообразными видами, средствами и формами коммуникации, обеспечивающими успешность установления и реализации социокультурных связей и отношений обучающегося с окружающей средой;

раскрытие интересов и способностей обучающихся в разных видах практической и творческой деятельности с учетом структуры нарушения, индивидуальных особенностей.

В ходе обучения осуществляется психолого-педагогическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и школы.

Особенности психического развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обуславливают дополнительные коррекционные задачи учебного предмета «Основы социальной жизни», направленные на развитие мыслительной (в том числе знаково-символической) и речевой деятельности; повышение

познавательной активности; формирование умения самостоятельно организовывать свою учебную деятельность, использовать схемы, шаблоны, алгоритмы учебных действий; создание условий для осмысленного выполнения учебной работы.

1.4. Место учебного предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане

В системе основного общего образования учебный предмет «Основы социальной жизни» является обязательным учебным предметом, который входит в состав предметной области «Человек и общество».

Учебным планом на изучение учебного предмета «Основы социальной жизни» в 6 классе отводится по 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

1.5. Целевая аудитория: программа рассчитана на обучение детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и инвалидностью, прошедших ПМПК и имеющих следующие категории нарушений:

Категория нарушений	Степень тяжести течения заболевания	Описание тяжести нарушения
обучающиеся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	F 70 (легкая умственная отсталость)	задержанное, неполное эмоциональное развитие, снижение навыков, возникающих в процессе развития, и навыков, которые определяют общий уровень интеллекта (т.е. познавательных способностей, языка, моторики, социальной дееспособности)

1.6. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класс

Личная гигиена (6 ч.)

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений.

Одежда и обувь (9 ч.)

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Питание (12ч.)

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Транспорт (5ч.)

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения. Стоимость проезда. Расписание. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Семья(4ч.)

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи

Культура поведения (4ч.)

Правила поведения в общественных местах: театре, кино, библиотеке, музее. Поведение при посещении массовых мероприятий

Жилище (8)

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.).

Торговля (4ч.)

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.

Средства связи. (10 ч)

Основные средства связи. Их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем.

Медицинская помощь(5ч.)

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Учреждения и организации (1ч.)

Дошкольные учреждения – детские сады, школа, Дома культуры и их назначение. Средства связи Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки.

1.7. Тематическое планирование учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класс

п/п	Раздел программы	Кол-во часов	Тема урока
1	Личная гигиена	6ч.	Гигиена тела. <i>Практическая работа:</i> Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Закаливание организма (зарядка, обливание, сезонная одежда, физические упражнения).
2	Одежда	9ч.	Значение опрятного вида человека. <i>Практическая работа:</i> Мелкий ремонт одежды. Практическая работа. Зашивание распоровшегося шва. <i>Практическая работа:</i> Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.
3	Питание	12ч.	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Составление меню ужина. <i>Практическая работа:</i> Приготовление блюд из круп. Запись рецепта. Приготовление каши на молоке. <i>Практическая работа:</i> Приготовление макаронных изделий. Запись рецепта. Варка макарон. <i>Практическая работа:</i> Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта. Приготовление картофельного пюре. Оформление готовых блюд. Сервировка стола к ужину.
4	Транспорт	5ч.	<i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения. Стоимость проезда.

			Расписание. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.
4	Семья	4ч.	Семья. Состав семьи. Права и обязанности каждого члена семьи.
5	Культура поведения	4ч.	Поведение в общественных местах: театре, кино, библиотеке, музее. Поведение при посещении массовых мероприятий.
6	Жилище	8ч.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.
7	Торговля	4ч.	Продовольственные и специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.
8	Средства связи	10ч.	Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. Практическая работа: Написание адреса и индекса на конверте. Практическая работа: Составление текста телеграммы.
9	Медицинская помощь	5ч.	Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи. Экскурсия в аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний.
10	Учреждения, организации и предприятия	1 ч.	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.
Всего 68ч.			

1.8. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» по итогам обучения в 6 классе

Предметные результаты		Личностные результаты
минимальный уровень	достаточный уровень	
<p>Обучающиеся должны знать: правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей; - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами</p> <p>виды детских учреждений и их назначение</p> <p>Обучающиеся должны уметь: пришивать пуговицы; - подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей; - стирать изделия из хлопчатобумажных тканей; - гладить эти изделия.</p>	<p>Обучающиеся должны знать: некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.); виды детских учреждений и их назначение; - адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются.</p> <p>Обучающиеся должны уметь: правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.; - правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале; - соблюдать правила поведения в школе</p>	<p>формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни; овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия; формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ</p>

мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале; - соблюдать правила поведения в школе.		жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
--	--	--

1.9 Контрольно- измерительные материалы

Для организации проверки, учета контроля по предмету предусмотрен контроль знаний в различных формах. Тематика практических работ указана в содержании программы учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класс.

Виды и формы контроля:

- 1) устный опрос в форме беседы;
- 2) тематическое тестирование;
- 3) практические работы;
- 4) индивидуальный контроль (дифференцированные карточки-задания);
- 5) устные ответы учащихся небольшого объема, ответы на вопросы (как устные, так и письменные);

Тестовый контроль проводится по итогам определенных четвертных, годовых отрезков времени, а также по отдельным темам и разделам программы.

Оценка устных и письменных работ:

- оценка «удовлетворительно» - выполнено от 40 до 50 % заданий;
- оценка «хорошо» - от 50 – до 90% заданий;
- оценка «отлично» при выполнении 90 - 100% заданий.

При выполнении заданий ниже 40 % выставляется оценка «неудовлетворительно».

По итогам учебного года проводятся контрольные работы

При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объеме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%-50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

Оценка «2» ставится, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере (незнание основного программного материала).

Критерии оценки знаний и умений на уроках ОСЖ за теоретические знания.

оценка «5» ставится	если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «4» ставится	если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «3» ставится	если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется

	подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «2» ставится	если учащийся полностью не усвоил учебный материал, не может изложить его своими словами, не может привести конкретные примеры и ответить на дополнительные вопросы учителя.

Критерии оценки знаний и умений на уроках ОСЖ за выполнение практической работы.

оценка «5» ставится	если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд и соблюдался план работы, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам – бережное, к продуктам - экономное.
оценка «4» ставится	если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технической дисциплины, правила техники безопасности.
оценка «3» ставится	если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технической дисциплины, техники безопасности, организации рабочего места.
оценка «2» ставится	если самостоятельность в работе отсутствовала, допущены грубые нарушения правил трудовой и технической дисциплины, правил техники безопасности.

2. Ресурсное обеспечение учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класс

2.1. Перечень оборудования

2.1.1. Для обучающихся:

- 1) Учебников нет.
- 2) Учебник «Основы социальной жизни» 5 класс для обучающихся с интеллектуальными нарушениями Комарова С.В., Александрова Е.Л., Москва «Просвещение» 2023 г.

2.1.2. Для учителя:

- 1) Основы социальной жизни 5 класс методическое пособие к учебнику С.В. Комаровой, Е.Л. Александровой «Основы социальной жизни» Москва, Просвещение, 2023 г.
- 2) «Трудовое обучение» под редакцией П.Р.Атутова. М.: Просвещение, 1989 г.

2.1.2.1. Информационные стенды:

- Стенд информационный «Столовая посуда»
- Стенд информационный «Соотношение меры и массы»
- Стенд информационный «Витамины, белки, жиры»
- Стенд информационный «Правила ухода за посудой»
- Стенд информационный «Форма нарезки продуктов»
- Стенд информационный «Приемы тепловой обработки продуктов»
- Стенд информационный «Правила ТБ при пользовании электроприборами»
- Стенд информационный «ТБ при мытье посуды»
- Стенд «Тренажер для глаз»

2.1.2.2. Кухонное оборудование:

- Скалка REGENT двуручная 1 шт
- Сковорода (26 см. керамическое покрытие)
- Сковорода (28 см. керамическое покрытие)
- Салфетница «Северное сияние» 4 шт.
- Нож консервный ШОУ 1 шт.
- Нож разделочный 3 шт.
- Штопор CUCINA 1 шт.

Ноутбук «LENOVO» 1 шт.
Кронштейн
Кухонный гарнитур «Лада»
Комбайн кухонный «Bosch»
Электрическая плита «Indesit»
Микроволновая печь «Samsung»
Электрический чайник «Vitek»
Набор разделочных досок для приготовления пищи
Набор кастрюль для приготовления пищи (3 л, 2, 1л.)
Набор чайной посуды
Набор столовой посуды
Сервиз чайный 15 пр. «Золотая карусель»
Электромиксер

2.1.2.3. Демонстрационный материал для фронтальных занятий

Издательство «Книголюб»

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| 1. Предметы гигиены | 6. Обувь |
| 2. Одежда | 7. Школьные принадлежности |
| 3. Нужные вещи | 8. Электроприборы |
| 4. Дом: интерьер | 9. Какие бывают профессии |
| 5. Игрушки | |

2.1.2.4. Наглядные пособия:

Трудовое обучение. Виды бутербродов. Нарезка овощей и фруктов (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Сервировка стола. Приёмы складывания салфеток (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Пирамида правильного питания. Неправильное питание (наглядное пособие)

Трудовое обучение. Столовые приборы. Кухонная посуда. (наглядное пособие)

Трудовое обучение. Разделка пирогов из дрожжевого теста. Разделка пирогов из слоёного теста (наглядное пособие)

Трудовое обучение. Инвентарь и посуда для консервирования

Пряности для консервирования. (наглядное пособие)

Трудовое обучение. Схема приготовления борща. Приготовление и лепка пельменей (наглядное пособие)

Трудовое обучение. Разделка рыбы на филе. Оформление рыбных блюд (наглядное пособие)

ОБЖ. Гигиена (комплект из 8 таблиц)

1. Гигиена
2. Гигиена окружающей среды
3. Личная гигиена
4. Гигиена питания
5. Гигиена труда
6. Гигиена зрения
7. Гигиена сна и отдыха
8. Гигиена одежды и обуви

ОБЖ. Здоровый образ жизни (комплект из 8 таблиц)

Мир в картинках. Овощи

Мир в картинках. Домашние птицы

Мир в картинках. Ягоды лесные.

Мир в картинках. Ягоды садовые.

Дидактический материал для фронтальных занятий Издательство «Страна фантазий»

1. Наш дом
2. Овощи
3. Фрукты

Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»

«Какие бывают театры» автор-составитель А.Г.Распопов, 2010 г.
 Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»
 Мой дом. Моя семья» авторы К.Ю.Беляк, И.П.Нагибина, 2008 г.
 Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»
 «Какие бывают вокзалы» автор И.П.Нагибина, 2008 г.
 «Какие бывают магазины» автор И.П. Нагибина 2008 г.
 Наглядный и раздаточный материал. Продукты питания, часть 8 «Баллас» 2010 г.

Приложение к программе

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
Личная гигиена - 6ч.			
1	Гигиена тела.		
2	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).		
3	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).		
4	Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).		
5	Профилактика грибковых заболеваний.		
6	Практическая работа. Мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.		
Одежда – 9 ч.			

7	Значение опрятного вида человека.		
8	Мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц.		
9	Практическая работа. Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на одежду.		
10	Мелкий ремонт одежды (зашивание распорывшегося шва).		
11	<i>Практическая работа:</i> Зашивание распорывшегося шва.		
12	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.		
13	Практическая работа. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.		
14	Утюжка фартуков, косынок, салфеток.		
15	Практическая работа. Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.		
Питание – 12ч.			
16	Режим питания.		
17	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи.		
18	Замораживание, размораживание. Определение срока годности.		
19	Ужин. Составление меню ужина. Сервировка стола к ужину.		
20	Приготовление блюд из круп.		
21	<i>Практическая работа:</i> Приготовление каши на молоке.		
22	Приготовление макаронных изделий.		
23	Приготовление блюд из молока и молочных продуктов.		
24	<i>Практическая работа:</i> Приготовление запеканки из творога.		
25	Приготовление блюд из овощей.		
26	Приготовление блюд из картофеля.		
27	Сервировка стола к ужину.		
Транспорт-5ч.			
28	Основные транспортные средства.		
29	Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда.		
30	Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, ближайшие населенные пункты.		
31	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.		
32	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.		
Семья – 4ч.			

33	«История государственного флага России».		
34	Семья. Состав семьи. Права и обязанности каждого члена семьи.		
35	Составление генеалогического дерева. Пр.р.		
36	Запись сведений о членах семьи. Пр.р.		
Культура поведения– 4ч.			
37	Поведение в общественных местах: библиотеке.		
38	Поведение в общественных местах: кино, театре.		
39	Сюжетно-ролевая игра "В театре".		
40	Поведение при посещении массовых мероприятий.		
Жилище – 8 ч.			
41	Ваш дом.		
42	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.		
43	Основные правила организации рабочего места школьника.		
44	Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос.		
45	Практическая работа. Сухая и влажная уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним.		
46	Уход за полом. Средства по уходу за полом.		
47	Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход)		
48	Практическая работа. Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка		
Торговля – 4 ч.			
49	Специализированные продовольственные магазины. Правила поведения в магазине.		
50	Покупка товаров по списку. Пр.р.		
51	Магазины продовольственных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара.		
52	Покупка товаров по списку. Пр.р.		
Средства связи– 10 ч.			
53	Основные средства связи.		
54	Основные средства связи.		
55	Виды почтовых отправлений		
56	Виды почтовых отправлений		
57	Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки		
58	Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки		
59	<i>Практическая работа:</i> Составление текста телеграммы.		
60	<i>Практическая работа:</i> Составление текста телеграммы.		
61	Написание адреса и индекса на конверте. Пр.р		

62	Написание адреса и индекса на конверте. Пр.р		
Медицинская помощь – 6 ч.			
63	Медицинские учреждения. Их назначение.		
64	Виды медицинской помощи.		
65	Профилактика вирусных и простудных заболеваний.		
66	Изготовление аромакулона для эфирных масел. Пр.р.		
67	Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сёстры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки		
Учреждения, организации и предприятия - 1 ч.			
68	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.		

Приложение

Задание:(Достаточный уровень).

Тесты 6 класс

Фамилия,Имя _____ класс

Дата _____

Тест №1

1. Выбери правильный ответ.

К водным процедурам закаливания относят:

- а) зарядка на улице; б) загорание; в) обливание.

2. Выбери правильный ответ.

К воздушным процедурам закаливания относят:

- а) купание; б) зарядка на улице; в) обтирание.

3. Выбери правильный ответ.

К солнечным процедурам относят:

- а) загорание; б) ванны для ног; в) контрастный душ.

4. Выбери правильный ответ.

Душ с резкой сменой температуры воды называется:

- а) успокаивающий; б) контрастный; в) бодрящий.

5. Выбери правильный ответ.

Перед работой на руки наносят крем:

- а) питательный; б) защитный; в) детский.

6. Выбери правильный ответ.

Питательный или увлажняющий крем наносят:

- а) перед работой; б) после работы; в) во время работы.

7. Выбери верные утверждения:

- а) содержи ноги в чистоте; г) носи удобную обувь;
 б) носи только новую обувь; д) применяй косметические средства для ног;
 в) ежедневно стриги ногти; е) при плоскостопии выполняй специальные упражнения.

8. Выбери правильный ответ.

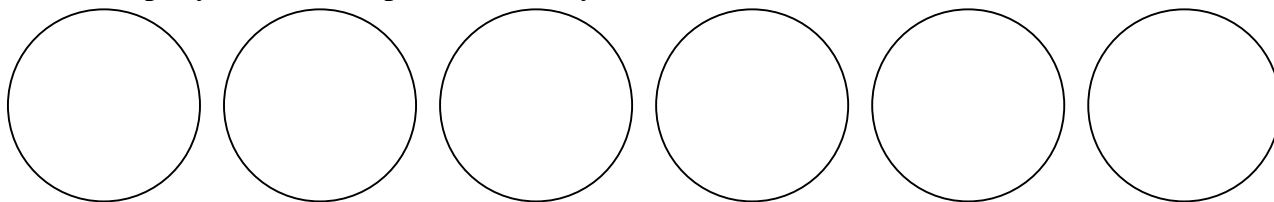
Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?

- а) молоток, пила, игла; б) ножницы, игла, напёрсток, нитки;
 в) ножницы, нитки, молоток, напёрсток.

9. Во время выполнения работ по мелкому ремонту одежды технику безопасности нужно:

- а) знать; б) соблюдать; в) знать и соблюдать.

10. Нарисуй способы пришивания пуговиц:



11. Обозначь цифрой порядок этапов ручной стирки:

- ___ а) бельё отжать;
___ б) налить в таз тёплой воды;
___ в) замочить вещи на 15 минут;
___ г) отмерить количество порошка;
___ д) приготовить моющий раствор;
___ е) тщательно прополоскать бельё;
___ ж) постирать бельё.

12. Выбери правильный ответ.

Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?

- а) подошва; б) терморегулятор; в) сигнальная лампочка.

13. Выбери правильный ответ.

При включении и выключении утюга нужно брать за:

- а) за шнур; б) за вилку; в) можно за шнур, а можно за вилку.

14. Выбери правильный ответ.

При приготовлении пищи спецодежду:

- а) повесить на плечики; б) надеть на себя; в) убрать в шкаф.

15. Выбери правильный ответ.

Хранить продукты в холодильнике можно:

- а) сколько угодно; б) не больше суток; в) определённое время для каждого вида продуктов.

16. Соотнеси названия продукта с местом хранения.

Название продукта		Место хранения	
1	Рыба, мясо, фрукты	А	Подвал, погреб
2	Крупа, сахар	Б	Холодильник
3	Овощи	В	Мешочки, полиэтиленовые пакеты
4	Консервы	Г	Банки

Ответ: _____

17. Выбери верную последовательность приготовления отварных макарон:

- а) вари 15-20 минут; б) смешай с луком и морковью и подай на стол в тарелке;
в) опусти макароны в кипящую подсоленную воду; г) обжарь лук и морковь;
д) откинь в дуршлаг и промой.
а) АГДБВ; б) ВАДГБ; в) ВДАБГ.

18. Какие продукты и блюда можно предложить для ужина?

- а) каша манная; д) кофе;
б) пирожки; е) сыр;
в) творог; ё) борщ с мясом;
г) кефир; ж) чай.

Задание: (Минимальный уровень)

Тесты 6 класс

Фамилия,Имя _____ **класс**

Дата _____

1.Как называется душ с резкой сменой температуры воды?

- а) теплый;
- б) прохладный;
- в) контрастный;
- г) холодный.

2.Какой крем наносят на кожу рук перед работой?

- а) защитный;
- б) питательный;
- в) увлажняющий;
- г) любой.

3.Как часто надо стирать носки?

- а) 1 раз в неделю;
- б) никогда;
- в) 1 раз в месяц;
- г) каждый день.

4.Для чего нужен сон?

- а) чтобы быть чистым и опрятным;
- б) чтобы общаться с друзьями;
- в) чтобы хорошо себя чувствовать;
- г) чтобы быть здоровым.

5. Как и где можно читать?

- а) лежа;
- б) сидя;
- в) в транспорте;
- г) на ходу.

6.Где нужно хранить грязное белье?

- а) в шкафу;
- б) в ванной или бане на полу;
- в) в корзине для белья;
- г) в тазике.

7. Уход за одеждой – это

- а) стирка;
- б) чистка;
- в) мойка;
- г) ремонт.

8.Какие средства для стирки ты знаешь?

- а) порошок;
- б) хозяйственное мыло;
- в) таз;
- г) пятновыводитель.

9. Как называется одежда, которую носят осенью - весной?

- а) Зимняя;
- б) демисезонная;
- в) летняя;
- г) осенняя.

10. Что необходимо для пришивания пуговицы?

Напиши ответ (4-5 слов) _____

11. Прочитай вопрос и расставь стрелки

Задание		
Что может быть общим?		Что должно быть личным?
	Полотенце для рук	
	Расческа	
	Крем для рук	
	Носовой платок	
	Полотенце для ног	
	Туалетное мыло	
	Зубная паста	
	Шампунь	
	Крем для лица	
	Мочалка	
	Туалетная бумага	
	Зубная щетка	

Задание:(Достаточный уровень).

Тесты 6 класс

Фамилия,Имя _____ класс

Дата _____

Тест №2

1. Соотнеси название уборки с её содержанием.

Название уборки		Содержание уборки	
1	Ежедневная	А	Мытьё полов, уход за цветами, обтирание пыли
2	Еженедельная	Б	Мытьё окон, люстр, дверей, полов, стирка штор
3	Сезонная	В	Вытирание пыли, подметание полов

Ответ: _____

2. Выбери верные утверждения:

- | | |
|---|--|
| а) не следует комнату загромождать мебелью; | д) 1 раз в неделю следует чистить ковры пылесосом; |
| б) ежедневно надо протирать пыль; | е) комнату следует проветривать; |
| в) 1 раз в неделю следует мыть пол; | ж) полы лучше часто подметать, чем мыть; |
| г) 1 раз в месяц следует мыть пол; | и) полы лучше часто мыть, чем подметать. |

3. Соотнеси вид уборки с её периодичностью.

Вид уборки		Периодичность уборки	
1	Ежедневная	А	1 раз в три месяца
2	Еженедельная	Б	1 раз в день
3	Сезонная	В	1 раз в неделю

Ответ: _____

4. Выбери правильный ответ.

Как часто следует встряхивать и расправлять постельное бельё?

- а) ежедневно; б) 1 раз в неделю; в) 3 раза в день.

5. Выбери правильный ответ.

Как часто нужно производить смену постельного белья?

- а) ежедневно; б) еженедельно; в) 1 раз в месяц.

6. Выбери правильный ответ.

После стирки и сушки постельное бельё нужно:

- а) положить в шкаф; б) проутюжить; в) повесить на плечики.

7. Соотнеси вид пола с уходом за ним.

Половое покрытие		Уход за полом	
1	Линолеум	А	Моют тёплой водой с моющим средством, можно с хозяйственным мылом
2	Керамическая плитка	Б	Протирают влажной тряпкой, натирают мастикой
3	Паркетный пол	В	Моют тёплой водой с моющим средством, можно добавлять 1-2 чайные ложки уксуса
4	Окрашенный дощатый пол	Г	Чистят средством для металлической посуды, но не кислотой

Ответ: _____

8. Выбери верные способы ухода за коврами:

- а) чистить влажным веником; б) стирать в стиральной машине; в) чистить на снегу; г) пылесосить.

9. Выбери правильный ответ.

Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством засасывания её струёй воздуха?

- а) пылесборник; б) веник; в) пылесос.

10. Допиши предложения, используя слова для справок.

- а) Пылесосы бывают для _____ и _____ уборки.
 б) Прежде чем включать пылесос, проверь исправность _____,
 _____, _____.
 в) Нельзя пылесосить _____, _____.
 г) После работы _____ пылесос.

Слова для справок: *почисти, розетка, шнур, вилка, сухая, мокрая, осколки, острые предметы.*

11. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:

- а) автобус; б) велосипед; в) трамвай; г) самосвал;
 д) троллейбус; е) самолёт; ж) трактор; и) аэросани;
 к) поезд; л) такси; м) маршрутное такси.

Ответ: _____

12. Соотнеси названия магазинов и продаваемый товар.

Названия магазинов		Товар	
1	«Обувь»	А	Журналы, открытки, книги
2	«Книги»	Б	Пуговицы, ткани, нитки
3	«Одежда»	В	Сапоги, туфли, тапочки
4	«Ткани»	Г	Платье, рубашки, брюки

Ответ: _____

Тест № 3

1. Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи		Виды почтовых отправлений	
1	Почта	А	Телеграмма
2	Телеграф	Б	Телефонный аппарат
3	Телефон	В	Письмо

Ответ: _____

2. Соотнеси виды писем с их отличиями.

Виды писем		Отличия писем	
1	Открытое	А	Отправление в конверте
2	Закрытое	Б	В почтовый ящик доставляют извещение, по нему письмо получают на почте
3	Простое	В	Почтовая карточка, открытка с маркой
4	Заказное	Г	Содержит ценные бумаги. После получения письма адресатом отправитель получает уведомление
5	Ценное с уведомлением	Д	Доставка в почтовый ящик

Ответ: _____

3. Выбери правильный ответ.

Как называется знак почтовой почты?

- а) уведомление; б) марка; в) открытка.

4. Расставь цифровую последовательность подписания конверта:

- ___ а) куда (напиши название улицы, номер дома и квартиры);
 ___ б) напиши название района;
 ___ в) напиши название области, края;
 ___ г) кому (напиши фамилию, имя адресата);
 ___ д) напиши название города.

5. Выбери правильный ответ.

Краткое письмо-сообщение, которое передаётся телеграфными аппаратами, называется:

- а) письмо; б) посылка; в) телеграмма.

6. Выбери правильный ответ.

Стоимость телеграммы зависит:

- а) от количества слов; б) расстояния; в) дня недели.

7. Выбери правильный ответ.

К медицинским учреждениям относятся:

- а) поликлиника; б) диспансер; в) магазин; г) столовая; д) больница;
 е) зоопарк; ж) аптека.

8. Выбери верную последовательность вызова врача на дом:

- а) назови Ф.И.О. пациента; б) назови адрес пациента; в) назови возраст пациента;

г) назови причину вызова.

- а) ВАБГ; б) ГАВБ; в) ГВБА.

9. Соотнеси специальность врача с тем, что он лечит.

Специальность врача		Кого и что лечит	
1	Педиатр	А	Ухо, горло, нос
2	Окулист (офтальмолог)	Б	Зубы
3	Отоларинголог (лор)	В	Детей до 18 лет
4	Хирург	Г	Травмы, ушибы, переломы
5	Стоматолог	Д	Глаза

Ответ: _____

10. Соотнеси названия детских учреждений с возрастом детей.

Название детского учреждения		Возраст детей	
1	Ясли	А	С 7 лет
2	Детский сад	Б	1,5 – 3 года
3	Школа	В	3 года – 7 лет

Ответ: _____

Задание: (Минимальный уровень)

Тесты 6 класс

Фамилия,Имя _____ класс

Дата _____

1.Выбрать и подчеркнуть правильный ответ.

Посуда, в которой готовят пищу, называется:

- А) кухонная посуда;
- Б) столовая посуда

2. В каком доме ты живёшь?

- А) в каменном;
- Б) в деревянном;
- В) в панельном.

3.Где ты моешься?

- А) в бане;
- Б) в ванне;
- В) нигде.

4.Допиши предложение.

Правила поведения за столом.

Сиди за столом _____.

Локти держи _____.

Не бери в рот сразу много _____.

Не говори с полным _____.

Не ешь слишком _____ и _____.

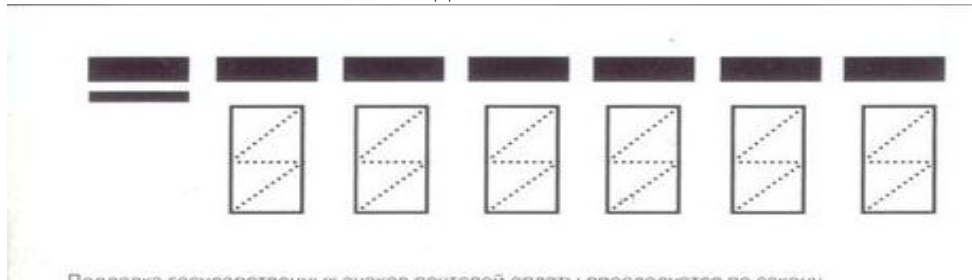
Пережевывай пищу с _____ртом.

И не _____.

За угощение говори _____.

Слова для справок: громко, с закрытым, спасибо, не чавкай, при себе, прямо, тихо, ртом, много.

5. Напиши свой почтовый индекс



6. Подчеркни правильный ответ.

Правила поведения в транспорте:

- Жди транспорт в установленных местах:

- Уступай место пожилым и маленьким детям;
- Можно не оплачивать проезд;
- Можно громко смеяться и кричать;
- Разговаривай с попутчиком тихо.

7. Подчеркнуть правильный ответ.

На какой свет светофора можно переходить улицу:

- А) красный;
- Б) желтый;
- В) зеленый.

8. Подчеркнуть правильный ответ.

Где на тротуаре самое безопасное место?

- А) посередине;
- Б) ближе к домам;
- В) ближе к дороге.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845744

Владелец Швыркова Татьяна Михайловна

Действителен с 24.11.2022 по 24.11.2023