

Министерство образования Свердловской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее адаптированные основные
общеобразовательные программы, «Центр «Дар»

Утверждено приказом директора
ГБОУ «Центр «Дар» № ____ от «__»__20__ г.

Рабочая программа по предмету Основы социальной жизни
для обучающихся 6 класса
(АООП вариант 1)

Составитель: Яковлева
Галина Александровна
Должность: учитель, 1 к.к.

Реж – 2025год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основании:

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, утвержденной приказом министерства просвещения №1026 от 24.11.22г.

- АООП «Центра «Дар»;

Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с 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.

Программа создана из расчета 2 часа в неделю и рассчитана на 68 часов в год.

На основании протокола ППк №249 от 12.08.2025г. идет дифференциация обучающихся на группы.

	Достаточный уровень	Минимальный уровень
6	Белозеров Андрей	Сунагатова Арина
	Киселев Артем	Федорахин Сергей
	Николаева Анна	
	Овчинникова Полина	
	Демин Максим	
	Розиков Михаил	
	Баранов Иван	

Планируемые результаты

Предметные планируемые результаты		
Достаточный уровень	Минимальный уровень	Уровень ниже минимального
знание способов хранения и переработки продуктов питания; составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук; соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения; некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды); навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета; составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.	знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника; представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни; знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета; представления о различных видах средств связи; знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); знание названий организаций социальной направленности и их назначения;	представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
Личностные планируемые результаты		
Достаточный уровень	Минимальный уровень	Уровень ниже

		минимального
• понимать содержание учебных заданий, выполнять их самостоятельно или с помощью учителя; • владеть элементами самоконтроля при выполнении заданий; • владеть элементами оценки и самооценки. • уметь самостоятельно исправлять ошибки.	• уметь последовательно отвечать на вопросы по основным темам, выбирать правильный ответ из ряда предложенных вариантов (заданий); • уметь слушать учителя, выполнять предложенные виды заданий по образцу; • использовать помощь при выполнении учебных задач; • усвоить элементы контроля учебной деятельности (помощью памяток, инструкций, опорных схем); • адекватно реагировать на оценку учебных действий.	Повторяют ответы за учителем или одноклассниками

Календарно-тематическое планирование

Тема	Кол-во часов	Дата	
Забота о себе (повторение).	1		
Каким бывает дом (повторение).	1		
Мир полезных машин и устройств (повторение)	1		
Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ	1		
Экскурсия «Пришкольный участок»	1		
Практическая работа «Садовые работы на пришкольном участке.»	1		
Практическая работа: уборка овощных культур.	1		
Садовый инвентарь.	1		
Практическая работа: уборка садового инвентаря после сезонной работы.	1		
.Какие планы?	1		
Контрольная работа по теме: пришкольный участок	1		
Досуг с пользой для ума. Досуг с пользой для здоровья.	1		
Увлечения для развлечения.	1		
Какие планы на выходные?	1		

Мне скучать некогда! А вам? 16	1		
Животные в доме человека. Забота о домашних животных.	1		
Домашняя ферма. Ветеринарная служба.	1		
О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах(проект).	1		
Гигиена тела.	1		
Выбор средств и предметов личной гигиены.	1		
Профилактика грибковых заболеваний.	1		
Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).	1		
Гигиена зрения	1		
Виды медицинской помощи	1		
Профилактика вирусных и простудных заболеваний.	1		
Первая помощь при ушибах и травмах.	1		
Практическая работа: оказание первой помощи при порезе, ушибе.	1		
Экскурсия в аптеку.	1		
Контрольная работа по разделу «Охрана здоровья»	1		
Документы, подтверждающие нетрудоспособность	1		
Еда с пользой для здоровья. 16			
Идеальный завтрак.	1		
Хлеб-всему голова.	1		
Практическая работа : приготовление простых и сложных бутербродов.	1		
Каша-матушка наша.	1		
Практическая работа : приготовление рисовой каши.	1		
Раз яичко, два яичко	1		
Практическая работа: приготовление блюд из яиц.	1		
Секреты вкуса: специи и пряности.	1		
Чай или кофе?	1		
Виды теста.	1		
Практическая работа : приготовление оладий.	1		
Контрольная работа по разделу: питание.	1		
Планировка жилища.	1		
Санузел и ванная комната.	1		
Мебель в жилых помещениях.	1		
Особенности разных видов одежды.	1		

Секреты бережной стирки.	1		
Практическая работа: мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц.	1		
Практическая работа: мелкий ремонт одежды: пришивание вешалок, петель, крючков.	1		
Обувь и здоровье человека. 20	1		
Экскурсия: виды одежды (праздничная, спортивная, повседневная)	1		
Виды городского транспорта.	1		
Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Пригородный транспорт.	1		
Правила поведения в транспорте и на улице.	1		
Правила дорожного движения.	1		
Экскурсия «Городской транспорт». (район «Быстринский»)	1		
Основные средства связи.	1		
Работа почтового отделения связи "Почта России".	1		
Почтовое отделение как средство связи	1		
Практическая работа: адрес на конверте.	1		
Образовательные организации.	1		
Исполнительные органы государственной власти (города, района)	1		
Родственные отношения в семье	1		
Годовая контрольная работа: я самостоятельный	1		
Состав семьи.	1		
Фамилии, имена, отчества ближайших родственников	1		
За покупками.	1		

Тема, раздел	Содержание	Виды деятельности, формы работы		
		Минимальный	Достаточный	Ниже

		уровень	уровень	минимального
Повторение. (3ч)	Повторение материала пройденного в 5 классе	Повторяют и обобщают изученный материал за 5 класс. Участвуют в викторине, отгадывают загадки, ребусы. Выполняют по образцу элементарные задания с помощью учителя от начала до конца.	Повторяют и обобщают изученный материал за 5 класс. Участвуют в викторине, отгадывают загадки, ребусы. Понимают учебные задачи и стараются их выполнять. Выполняют элементарные задания по инструкции с помощью учителя от начала до конца.	Повторяют за учителем или одноклассниками изученный материал за 5 класс. Выполняют элементарные задания с максимальной помощью учителя или одноклассников
1.Забора о себе (повторение).				
2. Каким бывает дом (повторение).				
3. Мир полезных машин и устройств(повторение)				
Пришкольный участок. (6ч)	Знакомство с пришкольным участком, с посадками на грядках. Знакомство с садовым инвентарем, Способы уборки инвентаря. Способы уборки урожая. Практическая работа.	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь название овощей, зелени, цветов, название инвентаря. Выполняют практические задания с помощью учителя от начала до конца. Применяют полученные знания, навыки в самостоятельной жизни.	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь название овощей, зелени, цветов. Отвечают на вопросы для чего и где сажают овощи и фрукты. По вопросам учителя перечисляют названия инвентаря. Оценивают свою работу и работу товарищей. Выполняют практические задания, понимают инструкции учителя, принимают помощь. Применяют полученные знания, навыки в самостоятельной жизни.	Повторяют за учителем или одноклассниками названия овощей, зелени, цветов, инвентаря. Повторяют за учителем или одноклассниками название инвентаря. Выполняют элементарные задания с максимальной помощью учителя или одноклассников. Повторяют за учителем или одноклассниками названия кухонной мебели, с максимальной помощью учителя показывают её. Повторяют за учителем или одноклассниками правила пользования общими
1.Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ.				
2.Экскурсия «Пришкольный участок»				
3.Практическая работа «Садовые работы на пришкольном участке.»				
4.Практическая работа: уборка овощных культур.				
5.Садовый инвентарь.				
6.Практическая работа: уборка садового инвентаря после сезонной работы.				

				коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики)
Я сам (6)	Знакомство со словом «План». Как можно составить план. Зачем человеку план. Свободное время. Досуг. Хобби. Проект.	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь виды досуга, полезные развлечения, полезные дела. По вопросам учителя рассказывают о планировании времени. Выполняют практические задания с помощью учителя от начала до конца. Применяют полученные знания в самостоятельной жизни.	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь виды досуга, полезные дела, полезные развлечения. Узнают о планировании времени, по вопросам учителя рассказывают о своем планировании времени. Работают по карточкам, с тестами. Оценивают свою работу и работу товарищей. Применяют полученные знания в самостоятельной жизни.	Повторяют за учителем или одноклассниками названия видов досуга, полезных развлечений. Выполняют элементарные задания с максимальной помощью учителя или одноклассников.
1.Какие планы?				
2.Очего я свободен в свободное время.				
3.Досуг с пользой для ума. Досуг с пользой для здоровья.				
4.Увлечения для развлечения.				
5. Какие планы на выходные?				
6.. Мне скучать некогда! А вам? (проект)				
Домоводство (3)	Домашние животные: декоративные, служебные, дающие пищу. Ответственность за здоровье. Ответственность за содержание животного. Ответственность за воспитание животного. Домашняя ферма: коровник, козлятник, конюшня, птичник. Ветеринарная служба. Проект.	Слушают объяснения учителя и записывают виды домашних животных, пользу для человека. По вопросам учителя рассказывают о животных, живущих на ферме. Выполняют практические задания с помощью учителя от начала до конца. Применяют полученные знания в самостоятельной жизни.	Слушают объяснения учителя и записывают виды домашних животных, пользу для человека. Узнают о ответственности за здоровье, за содержание животных. Узнают о профессии ветеринар. Работают по карточкам, с тестами. Оценивают свою работу и работу товарищей. Применяют полученные знания в самостоятельной жизни.	Повторяют за учителем или одноклассниками названия животных, пользе для человека. развлечений. Выполняют элементарные задания с максимальной помощью учителя или одноклассников.
1. Животные в доме человека. Забота о домашних животных.				
2. Домашняя ферма. Ветеринарная служба.				
3. О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах(проект).				

Питание (14)	Режим питания. Гигиена приготовления пищи. Блюда для горячего и холодного завтрака. Виды круп, их вредители. Правила хранения круп. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней. Блюда для завтрака. Каши. Приготовление рисовой (манной)каши. Яйца. Место хранения яиц. Блюда из яиц (яйца отварные, яичница - глазунья). Напитки для завтрака. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов. Стоимость и расчет продуктов. Виды муки, виды теста. Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	Узнают о правилах гигиены приготовления пищи, записывают их в тетрадь. Повторяют правила выбора доброкачественных продуктов, с помощью учителя определяют срок хранения. По вопросам учителя называют способы хранения продуктов и готовой пищи. Изучают устройство холодильника, работают с иллюстрациями. Учатся по образцу размещать продукты и готовую пищу в холодильнике и других местах, ухаживать за холодильником. Показывают виды круп, правильно их называют, знают правила хранения. Записывают названия в тетрадь. Перечисляют блюда из круп. Узнают рецепт приготовления каш и их виды. С помощью учителя готовят рисовую(манную) кашу. Моют посуду. Изучают виды муки, сорта хлеба. С помощью учителя готовят бутерброды. По образцу заваривают чай, сервируют стол к чаепитию. По вопросам учителя перечисляют блюда из яиц. Соблюдают правила гигиены приготовления пищи и	Узнают о правилах гигиены приготовления пищи, записывают их в тетрадь. Повторяют правила выбора доброкачественных продуктов, определяют срок хранения. Называют способы хранения продуктов и готовой пищи. Изучают устройство холодильника, работают со схемами, иллюстрациями. Учатся размещать продукты и готовую пищу в холодильнике и других местах, ухаживать за холодильником. Показывают виды круп, правильно их называют, знают правила хранения. Записывают названия в тетрадь. Перечисляют блюда из круп. Узнают рецепт приготовления каш и их виды. С помощью учителя готовят рисовую (манную) кашу. Моют посуду. Изучают блюда из яиц, способы хранения яиц. Называют виды чая и кофе, способы заварки чая. Заваривают чай, сервируют стол к чаепитию. Понимают пользу и негативные последствия чрезмерного употребления чая. Изучают виды муки, сорта хлеба. Изучают виды теста способы	Повторяют за учителем или одноклассниками правила гигиены приготовления пищи. с максимальной помощью учителя учатся находить срок годности на продуктах. Повторяют за учителем или одноклассниками устройство холодильника, по образцу размещать продукты и готовую пищу в холодильнике и других местах, ухаживать за холодильником. С максимальной помощью учителя готовят рисовую (манную) кашу. Моют посуду. Повторяют за учителем или одноклассниками правила хранения яиц. С максимальной помощью учителя готовят салаты.
1. Еда с пользой для здоровья.				
2. Идеальный завтрак.				
3. Хлеб-всему голова.				
4. Практическая работа : приготовление простых и сложных бутербродов				
5. Каша-матушка наша.				
6. Практическая работа : приготовление рисовой каши.				
7. Раз яичко, два яичко.				
8. Практическая работа: приготовление блюд из яиц.				
9. Секреты вкуса: специи и пряности.				
10.Чай или кофе?				
11.Виды теста.				
13.Практическая работа : приготовление оладий.				
14. Контрольная работа по разделу: питание.				

		ТБ. С помощью учителя применяют знания, полученные на уроках в быту.	приготовления печенья из песочного теста. Соблюдают правила гигиены приготовления пищи и ТБ. Точно выполняют инструкции учителя. Применяют знания, полученные на уроках в быту.	
Жилище(3)	Виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновая печь. Правила техники безопасности. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник).	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь названия кухонной мебели, с помощью учителя показывают её. По вопросам учителя объясняют её назначение. Работают по карточкам, с тестами. Знакомятся с видами коммунальных удобств в городе и селе. По вопросам учителя называют общие коммунальные удобства. Соблюдают правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики). Выполняют практические задания по образцу, принимают	Слушают объяснения учителя и записывают в тетрадь названия кухонной мебели, показывают её. Объясняют её назначение. Работают по карточкам, с тестами. Оценивают свою работу и работу товарищей. Знакомятся с видами коммунальных удобств в городе и селе. Называют общие коммунальные удобства. Объясняют и соблюдают правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики). Выполняют практические задания, понимают инструкции учителя, принимают помощь. Применяют полученные знания, навыки	Повторяют за учителем или одноклассниками названия кухонной мебели, с максимальной помощью учителя показывают её. Повторяют за учителем или одноклассниками правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики)
1. Планировка жилища.	Назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Их назначение. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых помещений. Назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.			
2. Санузел и ванная комната.	Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Их назначение. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых помещений. Использование мебели по назначению.			
3. Мебель в жилых помещениях.				

		помощь учителя.	в самостоятельной жизни	
Личная гигиена и здоровье.(5)	Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека.	Слушают объяснения учителя о значении закаливания для здоровья человека. Отвечают на вопросы. Называют способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур. По аналогии составляют комплекс утренней гимнастики и выполняют его. Объясняют необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Учатся ухаживать за телом: за кожей рук, ног, ногтями. Знакомятся с приёмами обрезания ногтей на руках, ногах. По вопросам учителя называют косметические средства для ухода за кожей, рассказывают о необходимости чтения инструкций. Узнают о гигиенических требованиях к использованию личного белья, выполняют их. Просматривают учебный	Слушают объяснения учителя о значении закаливания для здоровья человека. Задают вопросы, отвечают на вопросы, делают выводы. Называют способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур. Составляют комплекс утренней гимнастики и выполняют его. Объясняют необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Учатся ухаживать за телом: за кожей рук, ног, ногтями. Знакомятся с приёмами обрезания ногтей на руках, ногах, выполняют это самостоятельно. Называют косметические средства для ухода за кожей, рассказывают о необходимости чтения инструкций. Узнают о гигиенических требованиях к использованию личного белья, выполняют их. Просматривают учебный фильм о вреде наркотиков и	Повторяют за учителем или одноклассниками значение закаливания для здоровья человека. - способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур, необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Узнают о гигиенических требованиях к использованию личного белья, выполняют их по аналогии. Просматривают учебный фильм о вреде наркотиков и токсических веществ.
1.Гигиена тела.	Способы закаливания (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).			
2.Выбор средств и предметов личной гигиены.	Воздушные, солнечные, водные процедуры. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук.			
3.Профилактика грибковых заболеваний.	Практическая работа: приемы обрезания ногтей на руках. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног.			
4.Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).	Практическая работа: приемы обрезания ногтей на ногах.			
5.Гигиена зрения	Гимнастика для глаз.			

		фильм о вреде наркотиков и токсических веществ. Участвуют в беседе по содержанию фильма.	токсических веществ. Участвуют в беседе по содержанию фильма, делают выводы о губительном влиянии вредных привычек. Умеют слушать и понимать инструкцию, обращаться за помощью, принимать помощь. Моделируют и анализируют различные житейские ситуации.	
Охрана здоровья. (7)	Виды доврачебной помощи. Способ измерения температуры тела. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Практическая работа. .	Знакомятся с видами медицинских учреждений, профессиями работников медицинских учреждений, записывают их названия в тетрадь. По вопросам учителя называют функции основных врачей – специалистов. Узнают о видах медицинской помощи: доврачебной и врачебной. работают с сюжетными картинками. Изучают виды доврачебной помощи. Учатся измерять температуру, обрабатывать раны, порезы с помощью специальных средств. Слушают объяснения учителя, просматривают презентации, отвечают на вопросы. С помощью учителя выполняют	Знакомятся с видами медицинских учреждений, профессиями работников медицинских учреждений, записывают их названия в тетрадь. Называют функции основных врачей – специалистов. Узнают о видах медицинской помощи: доврачебной и врачебной. Самостоятельно работают с сюжетными картинками. Изучают виды доврачебной помощи. Учатся измерять температуру, обрабатывать раны, порезы с помощью специальных средств. Умеют находить эти средства в аптечке, читать инструкцию. Слушают объяснения учителя, просматривают презентации, делают выводы, отвечают на вопросы. Самостоятельно выполняют учебные задания. Умеют использовать полученные на уроках	Повторяют за учителем или одноклассниками виды медицинских учреждений, профессий работников медицинских учреждений. Узнают о видах медицинской помощи: доврачебной и врачебной. С максимальной помощью учителя измеряют температуру, обрабатывают раны, порезы с помощью специальных средств. Слушают объяснения учителя, просматривают презентации. С максимальной помощью учителя выполняют учебные задания, используют полученные на уроках навыки и знания в повседневной жизни,
1.Виды медицинской помощи				
2.Профилактика вирусных и простудных заболеваний.				
3.Первая помощь при ушибах и травмах.				
4.Практическая работа: оказание первой помощи при порезе, ушибе.				
5.Экскурсия в аптеку.				
6.Документы, подтверждающие нетрудоспособность				
7.Контрольная работа по разделу «Охрана здоровья»				

		учебные задания, используют полученные на уроках навыки и знания в повседневной жизни, соблюдая правила безопасности.	навыки и знания в повседневной жизни, соблюдая правила безопасности.	соблюдая правила безопасности.
Одежда и обувь. (6)	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Особенности разных видов одежды. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная стирка изделий замачивание, кипячение, полоскание. Практическая работа. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Правила сушки белья из различных тканей. Практическая работа. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Правила ухода за обувью из различных материалов. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов. Сушка обуви. Практическая работа.	Обсуждают и объясняют значение опрятного вида человека. По вопросам учителя перечисляют санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида. Учатся правилам повседневного ухода и поддержания одежды в порядке. Соблюдают правила ТБ с колючими и режущими инструментами. По вопросам учителя называют виды белья, рассказывают о его назначении. Делают зарисовки и записи в тетрадях. Узнают о правилах и приемах ручной стирки изделий из х/б тканей. По образцу стирают носовые платки, небольшие полотенца. Изучают устройство утюга. По образцу гладят мелкие изделия. С помощью учителя выполняют практические задания, принимают помощь.	Обсуждают и объясняют значение опрятного вида человека. Перечисляют санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида. Учатся правилам повседневного ухода и поддержания одежды в порядке. Классифицируют пуговицы. Самостоятельно пришивают пуговицы, крючки. Соблюдают правила ТБ с колючими и режущими инструментами. Называют виды белья, рассказывают о его назначении. Делают зарисовки и записи в тетрадях. Узнают о правилах и приемах ручной стирки изделий из х/б тканей. Самостоятельно стирают носовые платки, небольшие полотенца, умеют подбирать моющие средства согласно инструкции. Выполняют правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами. Изучают устройство утюга. Называют символы обозначения	Повторяют за учителем или одноклассниками значение опрятного вида человека, -санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида. С максимальной помощью учителя делают зарисовки и записи в тетрадях. Узнают о правилах и приемах ручной стирки изделий из х/б тканей. С максимальной помощью учителя стирают носовые платки, небольшие полотенца. С максимальной помощью учителя гладят мелкие изделия
1. Особенности разных видов одежды.				
2. Секреты бережной стирки.				
3. Практическая работа: мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц.				
4. Практическая работа: Мелкий ремонт одежды: пришивание вешалок, петель и крючков.				
5. Обувь и здоровье человека.				
6. Экскурсия: виды одежды (праздничная, спортивная, повседневная)				

			температуры нагрева на утюге, правила ТБ. Самостоятельно глядят мелкие изделия. Выполняют практические задания, понимают инструкции учителя, принимают помощь. Применяют полученные знания, навыки в самостоятельной жизни.	
Транспорт. (4)	Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Расчет стоимости проезда. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице. Практическая работа	Рассматривают иллюстрации, просматривают презентацию, участвуют в беседе по содержанию. По вопросам учителя классифицируют транспортные средства. Называют и показывают виды городского транспорта по карточкам. Знают стоимость проезда по городу. По вопросам учителя формулируют понятие «пригородный транспорт», называют виды. С помощью учителя учатся ориентироваться в расписании движения автобусов и электричек. По вопросам учителя называют службы вокзалов и объясняют их назначение. Знают и соблюдают правила дорожного движения и правила поведения в	Рассматривают иллюстрации, просматривают презентацию, участвуют в беседе по содержанию. Классифицируют транспортные средства. Формулируют определение городского транспорта. Называют и показывают виды городского транспорта. Знают стоимость проезда по городу и рассчитывают стоимость проезда от дома до школы и обратно. Формулируют понятие «пригородный транспорт», называют виды. Учатся ориентироваться в расписании движения автобусов и электричек. Называют службы вокзалов и объясняют их назначение. Активно участвуют в деятельности, контролируют и оценивают свои действия и действия одноклассников. Знают и соблюдают правила	Рассматривают иллюстрации, просматривают презентацию. По карточкам соотносят виды транспорта. С максимальной помощью учителя показывают виды городского. Повторяют за учителем или одноклассниками правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.
1.Виды городского транспорта.				
2.Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Пригородный транспорт.				
3.Правила дорожного движения.				
4.Экскурсия «Городской транспорт». (район «Быстринский»)				

		общественных местах. Умеют слушать, обращаться за помощью, принимать помощь.	дорожного движения и правила поведения в общественных местах. Умеют слушать и понимать инструкцию, обращаться за помощью, принимать помощь.	
Средства связи (4)	Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письмо. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылок. Практическая работа.	Слушают объяснения учителя, просматривают видеоматериалы из истории развития средств связи. Записывают в тетради основные средства связи. С помощью учителя различают виды почтовых отправлений, делают их зарисовки в тетрадях. Знакомятся с видами писем, порядком отправления писем различного вида и стоимостью пересылки. По образцу учатся находить индекс почтового отделения по справочнику, в интернете и записывать адрес на конверте.	Слушают объяснения учителя, просматривают видеоматериалы из истории развития средств связи. Называют и записывают в тетради основные средства связи. Сравнивают и объясняют их назначение. Различают виды почтовых отправлений, делают их зарисовки в тетрадях. Знакомятся с видами писем, порядком отправления писем различного вида и стоимостью пересылки. Учатся находить индекс почтового отделения по справочнику, в интернете и записывать адрес на конверте. Умеют положительно относиться к окружающей действительности, пользоваться современными средствами связи, принимать помощь взрослых.	Слушают объяснения учителя, просматривают видеоматериалы из истории развития средств связи. С максимальной помощью учителя делают зарисовки в тетрадях. С максимальной помощью учителя учатся записывать адрес на конверте.
1. Основные средства связи				
2. Работа почтового отделения связи "Почта России"				
3. Экскурсия «Почтовое отделение как средство связи» (отделение почты)				
4. Практическая работа: адрес на конверте				
Предприятия, организации, учреждения. (2)	Образовательные организации. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид	Узнают из рассказа учителя о деятельности образовательных учреждений: дошкольных, школьных и	Узнают из рассказа учителя о деятельности образовательных учреждений: дошкольных, школьных и	Узнают из рассказа учителя о деятельности образовательных учреждений: дошкольных,
1. Образовательные организации.				

2.Исполнительные органы государственной власти (города, района)	деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих. Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.	дополнительного образования. По образцу записывают в тетрадь виды этих учреждений. Узнают основные направления их работы. Слушают и с помощью учителя выполняют элементарные инструкции, эмоционально реагируют на окружающую школьную среду в соответствии с психофизическими особенностями. По вопросам учителя рассказывают о правилах поведения в общественных местах.	дополнительного образования. Записывают в тетрадь виды этих учреждений. Знают основные направления их работы. Слушают и выполняют элементарные инструкции, эмоционально реагируют на окружающую школьную среду в соответствии с психофизическими особенностями. Самостоятельно работают по карточкам, с раздаточным материалом. Рассказывают о правилах поведения в общественных местах.	школьных и дополнительного образования. Узнают основные направления их работы. Слушают и эмоционально реагируют на окружающую школьную среду в соответствии с психофизическими особенностями.
Семья. (5)	Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	Просматривают видеофильм о профессиях, отвечают на вопросы по содержанию. По вопросам учителя рассказывают о составе своей семьи, называют имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Записывают эти сведения в тетрадь. Изучают права и обязанности членов семьи. Знают и	Просматривают видеофильм о профессиях, отвечают на вопросы по содержанию. Рассказывают о составе своей семьи, называют имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Записывают эти сведения в тетрадь. Анализируют взаимоотношения в семьях, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между	Просматривают видеофильм о профессиях. По карточкам рассказывают о составе своей семьи, называют имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Изучают права и обязанности членов семьи. Учатся общаться и взаимодействовать с
1.Родственные отношения в семье				
2.Годовая контрольная работа: я самостоятельный				
3.Состав семьи.				
4.Фамилии, имена, отчества ближайших родственников				
5.За покупками				

		выполняют правила поведения в семье. Учатся общаться и взаимодействовать с людьми. Уважительно относятся к старшим по возрасту, помогают им по дому и заботятся о младших членах семьи.	членами семьи. Обсуждают проблемные ситуации. Анализируют житейские ситуации. Изучают права и обязанности членов семьи. Знают и выполняют правила поведения в семье. Учатся общаться и взаимодействовать с людьми. Уважительно относятся к старшим по возрасту, помогают им по дому и заботятся о младших членах семьи.	людьми. Уважительно относятся к старшим по возрасту, помогают им по дому и заботятся о младших членах семьи.
--	--	---	---	--

График экскурсий

Экскурсия «Пришкольный участок»	Сентябрь
Экскурсия в аптеку.	Ноябрь
Экскурсия: виды одежды (праздничная, спортивная, повседневная)	Апрель
Экскурсия «Городской транспорт». (район «Быстринский»)	Апрель

График контрольных работ

Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ	Сентябрь
Контрольная работа по теме: пришкольный участок	Октябрь
Контрольная работа по разделу «Охрана здоровья»	Декабрь
Контрольная работа по разделу: питание.	Март
Годовая контрольная работа: я самостоятельный	Май

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При устном опросе:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: правильно понимает сущность вопроса, может с помощью учителя или самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки.

-Оценка «4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

-Оценка «3» ставится в том случае, если обучающийся правильно понимает сущность рассматриваемых понятий, но при ответе: обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; испытывает затруднения в определении основных понятий, определений, правил; отвечает неполно на вопросы учителя, недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение, нуждается в постоянной помощи учителя; не может применить знания в новой ситуации и связать с ранее изученным материалом.

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 $\frac{1}{2}$ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

Вводная контрольная работа по предмету ОСЖ 6 класс

Фамилия, имя, класс _____

1. Ответь на вопросы:

- Чистить уши надо:

А) ежедневно Б) еженедельно В) ежемесячно

- Смотреть телевизор можно:

А) сколько хочешь Б) до обеда В) не больше 2 - 3 часов в день

- Что должно быть личным?

А) зубная паста и шампунь Б) зубная щетка и расчёска В) крем и мыло

2. Соотнеси стрелочками:

Повседневная			
Праздничная			
Спортивная			
Домашняя			

3. Выбери, что НЕ относится к гигиене приготовления пищи:

- ☐ Вымыть руки
- ☐ Убрать волосы под косынку или колпак
- ☐ Готовить в праздничной одежде
- ☐ Надеть фартук
- ☐ Подготовить рабочее место

4. Выбери, какие бывают бутерброды:

- ☐ Открытые
- ☐ Закрытые
- ☐ Раскрытые
- ☐ Простые
- ☐ Смешанные
- ☐ Сложные
- ☐ Комбинированные

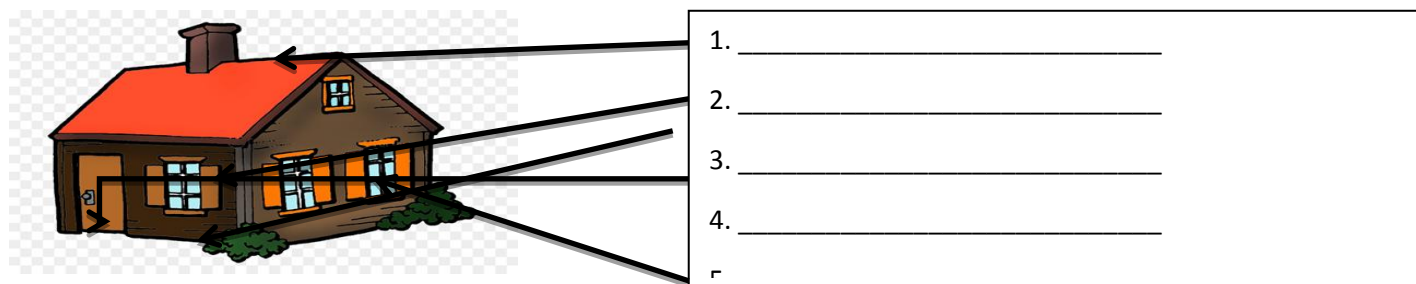
5. Отметь галочкой картинки с неправильным поведением за столом:



6. Какое помещение относится к жилому помещению:

- ☐ Детская
- ☐ Кладовая
- ☐ Гардеробная

7. Назови части дома и ответь на вопросы:



По количеству этажей этот дом: _____

Из какого материала сделан дом? _____

8. Какое из перечисленных транспортных средств не относится к воздушному:

- ☐ Самолет
- ☐ Вертолет
- ☐ Корабль

9. Соотнеси стрелочками товар и вид отдела:

Молочный			
Хлебный			
Мясной			

Контрольная работа за 1 четверть по предмету ОСЖ 6 класс

Фамилия, имя, класс _____

Выбрать правильный вариант ответа:

1. Перед началом работы с садовым инвентарем надо проверить
 - А) качество инструментов
 - Б) исправность инструментов
 - В) количество инструментов
2. Использовать инструменты можно только
 - А) по интересу
 - Б) по назначению
 - В) по желанию
3. Переносить заострённые садовые инструменты
 - А) в горизонтальном положении, рабочей часть вниз
 - Б) в вертикальном положении, рабочей часть вверх
 - В) в вертикальном положении, рабочей часть вниз
4. Приступать к работе после
 - А) звонка на урок
 - Б) объяснения учителя
 - В) выдачи садового инвентаря
5. Передавать инструмент нужно
 - А) из рук в руки
 - Б) друг другу
 - В) учителю
6. Для защиты рук следует пользоваться
 - А) vareжками
 - Б) перчатками
 - В) кремом

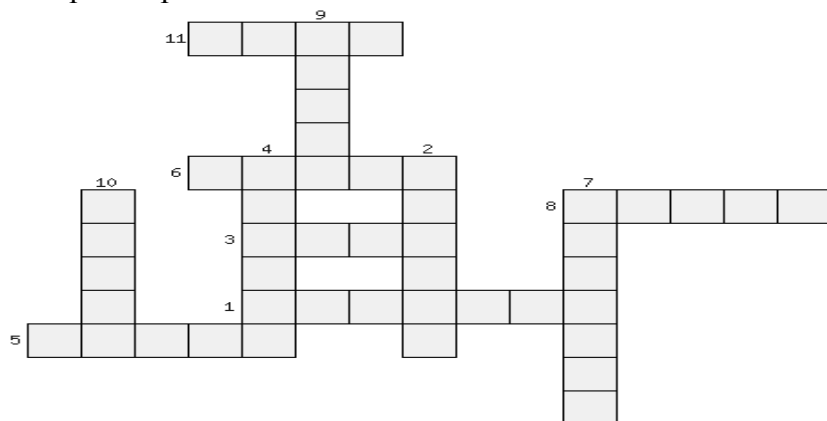
7. Об окончании работы сообщить

- А) директору
- Б) классному руководителю
- В) учителю

8.. После работы инструменты должны быть

- А) убраны в отведенное место
- Б) сложены в кучу
- В) очищены от земли и убраны в отведенное место

9. реши кроссворд



1. Помещение, участок с защищённым грунтом для разведения и выращивания растений.

2. Металлические зубья, закрепленные на черенке.

3. Требуется для срезки веток небольших деревьев.

4. Ручное орудие для копания.

5. Для транспортировки грузов в саду.

6. Доставляет воду на крупных и средних садовых участках.

7. Садовые ножницы для обрезки ветвей.

8. Небольшая лопата с укороченным черенком и загнутыми боковыми сторонами.

9. Сосуд, используемый для поливки грядок.

10.Род лёгкой мотыги.

11.Стальная насадка с длинными, прямыми, острыми зубьями.

Контрольная работа за 2 четверть по предмету ОСЖ 6 класс

Фамилия, имя, класс _____

№1. Выбери правильный ответ.

Первая помощь, которую оказывают до приезда врача – это _____

Помощь, которую оказывает врач – это _____

(Врачебная помощь, Доврачебная помощь)

Задание №2. Выбери правильный ответ.

Соедините стрелками.

Вид помощи	Стрелки	Место оказания помощи
«Скорая помощь»		Поликлиника
Вызов врача на дом		Помощь на колесах
Амбулаторный прием		Больница
Госпитализация		Помощь на дому

Задание №3. Выбери правильный ответ.

– это медицинское учреждение для стационарного лечения больных.

– это лечебное учреждение, с врачами разных специальностей для приходящих больных или помощи на дому.

– это медицинское учреждение, занимающееся лечением определенных больных (противотуберкулезный диспансер).

– это учреждение, в котором продаются и изготавливаются лекарства.

(Поликлиника, больница, диспансер, аптека)

Задание № 4.Зачеркните лишнее.

К медицинским учреждениям относятся:

А) аптека;

- Б) больница;
- В) «скорая помощь»;
- Г) поликлиника;
- Д) стадион;
- Е) диспансер.

Задание № 5.

Отметь правильный ответ. Доврачебная помощь это:

- А) помощь до врача;
- Б) помощь врача;
- В) «скорая помощь».

Задание № 6. Выбери правильный ответ.

Врачебная помощь это:

- А) помощь до врача;
- Б) помощь врача.

№ 7 Личная гигиена – это

- Содержание в чистоте и аккуратности свой организм;
- Мытье рук;

Задание № 8.

Подчеркнуть правильные ответы:

У тебя должны быть свои

- полотенце для лица;
- полотенце для тела;
- зубная щетка;
- расческа;
- умывальник;
- зубная паста;
- салфетка для рук.

Задание №9

Прочти и найди правильный ответ.

Как часто надо мыть уши:

А) только в бане;

Б) каждое утро.

За день внутри ушей скапливается «сера». Ее можно удалить:

А) карандашом;

Б) мягким ватным жгутиком

Задание №10

Прочитай предложение и допиши его по смыслу.

1. Позаботься о своем рабочем месте. Свет должен падать _____
2. Свет должен падать только на тетрадь или книгу _____
3. _____ не три глаза грязными руками.
4. _____ не читай _____! Читать нужно _____ за столом.
5. _____ от попадания химических веществ (порошка...)

Слова для справок: прямо, никогда, слева, лежа, сидя, береги глаза.

Задание №11

Допиши предложения, используя слова для справок:

- Прическа на голове должна быть _____.
- У мальчиков должна быть _____ стрижка.
- Мои волосы _____.
- Расческу надо мыть с _____ и _____.
- Щетку надо _____.
- Пользуйся только _____ расческой.

Слова для справок: короткая, по мере загрязнения, чистить, своей, аккуратная, мылом, щеткой

Контрольная работа за 3 четверть по предмету ОСЖ 6 класс

Фамилия, имя, класс _____

Задание №1.

Выбрать и написать продукты растительного и животного происхождения.

Продукты растительного происхождения

Продукты животного происхождения

(Хлеб, колбаса, рис, молоко, яйцо, морковь, картофель.)

Задание №2.

Выбрать и подчеркнуть правильный ответ.

Посуда, в которой готовят пищу, называется:

- А) кухонная посуда;
- Б) столовая посуда.

Задание № 3.

Напиши порядок последовательности мытья посуды.

- Убрать в шкаф _____
- Поставить в сушку _____
- Вымыть посуду _____
- Рассортировать посуду _____
- Очистить от остатков пищи _____

Задание № 4.

Вычеркнуть лишнее:

Гигиена приготовления пищи:

- Вымой руки;
- Убери волосы под колпак или косынку;
- Засучи рукава;
- Надень фартук;
- Подготовь рабочее место;
- Можно готовить в праздничной одежде;

Задание №5.

- открытые
- закрытые
- раскрытые
- комбинированные
- простые
- смешанные

№6 реши кроссворд



Годовая контрольная работа по предмету ОСЖ 6 класс

Фамилия, имя, класс _____

1.Выбери правильный ответ.

К водным процедурам закаливания относят:

- А) зарядка на улице;
- Б) загорание;
- В) обливание.

К воздушным процедурам закаливания относят:

- А) купание;
- Б) зарядка на улице;
- В) обтирание.

2.Выбери верные утверждения:

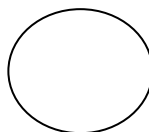
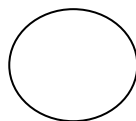
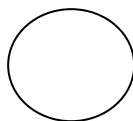
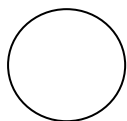
- А) содержи ноги в чистоте;
- Б) носи только новую обувь;
- В) ежедневно стриги ногти;
- Г) носи удобную обувь;
- Д) применяй косметические средства для ног;
- Е) при плоскостопии выполняй специальные упражнения.

3.Выбери правильный ответ.

Какие инструменты нужны для мелкого ремонта одежды?

- А) молоток, пилка, игла;
- Б) ножницы, игла, наперсток, нитки;
- В) ножницы, нитки, молоток, наперсток.

4.Нарисуй способы пришивания пуговиц:



5.Обозначь цифрой порядок этапов ручной стирки:

- ___ Белье отжать.
- ___ Налить в таз тёплой воды.
- ___ замочить вещи на 15 минут.
- ___ отмерить количество порошка.
- ___ Приготовить моющий раствор.
- ___ Тщательно прополоскать белье.
- ___ Постирать белье.

6.Соотнеси название 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

7.Выбери правильный ответ.

Каши можно сварить:

- А) на воде, молоке, компоте;
- Б) на воде, молоке, бульоне;
- В) на воде, молоке, киселе.

8.Выбери правильный ответ.

Какая громкость нужна при разговоре?

- А) чем громче, тем лучше;
- Б) негромко, спокойно говорить;
- В) чем тише, тем лучше.

9. Выбери правильный ответ.

Как часто следует встряхивать и расправлять постельное белье?

- А) ежедневно;
- Б) 1 раз в неделю;
- В) 3 раза в день.

Как часто нужно производить смену постельного белья?

- А) ежедневно;

- Б) еженедельно;
- В) 1 раз в месяц.

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

Автобус, велосипед, трамвай, самосвал, троллейбус, самолет, трактор, аэросани, поезд, такси.

11. Расставь цифровую последовательность подписания конверта:

- ___ Куда ((напиши название улицы, номер дома и квартиры).
- ___ Напиши название района.
- ___ Напиши название области, края.
- ___ Кому (напиши фамилию, имя адресата).
- ___ Напиши название города.

12. К медицинским учреждениям относятся:

Поликлиника, диспансер, магазин, столовая, больница, зоопарк, аптека.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 162597629024552560771860534290451572951297962795

Владелец Шляпникова Надежда Ивановна

Действителен с 02.10.2024 по 02.10.2025