

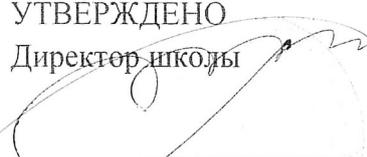
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Бажирская основная общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО
На педагогическом
совете
от «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР


Чепурина Л. Л.
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы


Чепурин В. Л.
Приказ № 155-ОД
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающихся 5-9 классов

по адаптированной основной общеобразовательной программе

для детей с умственной отсталостью (вариант 1)

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» для обучающихся 5-9 классов по адаптированной основной общеобразовательной программе для детей с умственной отсталостью (вариант 1) составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1026).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Задачи программы:

- 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 учебного курса рассчитана на пять лет.

1. Общая характеристика учебного предмета

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия

должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса:

- | | |
|------------------------------|---|
| 1. Личная гигиена и здоровье | 6. Транспорт |
| 1. Охрана здоровья | 7. Средства связи |
| 2. Жилище | 8. Предприятия, организации, учреждения |
| 3. Одежда и обувь | 9. Семья |
| 4. Питание | |

При реализации разделов курса «Основы социальной жизни» в учебном процессе, решаются следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость. Элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда. Воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду. Развитие психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На учебных занятиях уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

Предмет «Основы социальной жизни» имеет свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Это проведение экскурсий, некоторых итоговых практических занятий, которые могут входить во внеклассные мероприятия. Учитель принимает активное участие в тех внеклассных мероприятиях, которые позволяют закрепить усвоенное на практике, проверить, что и как восприняли ученики на занятиях. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

Результативность занятий по «Основам социальной жизни» обеспечивается при условии – тесной связи учителя с родителями, которые должны оказывать помощь в проведении экскурсий, практических работ.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Межпредметные связи:

Русский язык - закрепление навыков письма при выполнении письменных работ;

Математика - математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п.;

География - знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий;

Биология - знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления;

Профильное обучение - выполнение практических заданий по уходу за одеждой.

2. Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» рассчитан на пять лет изучения в основной школе.

Программа предусматривает в 5-9 классах- по 2 часа в неделю в каждом классе, всего 68 часов.

При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применение следующих педагогических технологий обучения: технологий коррекционно-развивающего обучения, игровой деятельности, лично – ориентированного обучения, технологий индивидуализации и дифференциации обучения, технологий здоровьесбережения В.Ф. Базарного. По мере освоения учащимися программ включаются элементы проектной деятельности.

На уроках используются следующие методы и приемы обучения: практические работы, демонстрация, наблюдение, объяснение, экскурсия, беседа, моделирование реальных ситуаций, дидактические, режиссерские, сюжетно – ролевые игры, упражнения, личностная аналогия, проблемные ситуации, решение логических задач, оценивание действий людей в реальных жизненных ситуациях, чтение и обсуждение художественной литературы, просмотр и обсуждение диафильмов. Для повышения эффективности учебного процесса на уроках используются цифровые образовательные ресурсы (ЦОР): демонстрация видеосюжетов, фотографий, слайдов; использование компьютерных технологий; работа с дисками школьной медиатеки.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- осмысление социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Базовые учебные действия

Регулятивные УД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем и самостоятельно;
- осуществлять контроль по результату, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные УД:

- ориентироваться в учебнике: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данного раздела;
- определять круг своего незнания; планировать свою работу по изучению незнакомого материала,
- отбирать необходимые источники информации среди предложенных учителем словарей, энциклопедий, справочников, электронные диски,
- сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников (словари, энциклопедии, справочники, электронные диски, сеть Интернет),
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, на основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

Коммуникативные УД:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его,
- использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; 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 педагога 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.

Достаточный уровень:

- 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 и т.д.;
- 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 и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Класс	Обучающиеся должны <u>уметь</u>:	Обучающиеся должны <u>знать</u>:
5 класс	<ul style="list-style-type: none"> - уметь делать простые и сложные бутерброды - готовить овощные салаты - заваривать чай - уметь сервировать стол к завтраку - совершать утренний и вечерний туалеты в определенной последовательности; - стричь ногти на руках и ногах; - различать одежду и обувь в зависимости от их назначения. Подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону. 	<ul style="list-style-type: none"> - виды кухонной посуды - виды хлебной продукции - способы заваривания чая - виды посуды для завтрака -- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; - периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы; - правила охраны зрения при чтении, просмотре телевизора. - виды жилых помещений в городе и селе, их различие; - домашний адрес; - правила поведения в городском транспорте - основные средства связи - состав семьи; - основные отделы в продуктовых магазинах; - виды медицинской помощи.
6 класс	<ul style="list-style-type: none"> - готовить каши; - составлять меню для завтрака; - правильно ухаживать за руками, кожей ног, стричь ногти, - вызывать врача; - пользоваться нагревательными приборами; - пользоваться электробытовыми приборами; - выбрать рациональный маршрут, рассчитать стоимость проезда; - выполнять домашние обязанности. - отправлять письма 	<ul style="list-style-type: none"> - виды круп и способы их хранения; - виды кофе и способы его заваривания; - виды каш; - способы ухода за руками и ногами; - способы закаливания организма; - знать способы доврачебной помощи; - виды жилых и нежилых помещений; - правила техники безопасности пользования нагревательными приборами; - правила ухода за электроприборами, правила техники безопасности пользования электроприборами; - правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью; - правила хранения овощей, ягод, плодов; - виды почтовых отправлений: письмо; - виды досуга.
7 класс	<ul style="list-style-type: none"> - готовить молочные блюда; - готовить супы; - готовить фруктовые напитки; - пришивать пуговицы, крючки, петли; - пользоваться стиральной машинкой; - совершать уход за различными видами напольных покрытий; - ухаживать за комнатными растениями; - оказывать доврачебную помощь 	<ul style="list-style-type: none"> - виды молочной продукции; - виды жиров и способы их хранения; - правила сервировки праздничного стола; - средства ухода за волосами; - способы сохранения зрения; - виды стиральных средств; - виды уборки жилых помещений; - виды комнатных растений, особенности ухода; - виды бандеролей;

		<ul style="list-style-type: none"> - вид пригородного и междугороднего транспорта; - виды лекарственных растений и способы их хранения.
8 класс	<ul style="list-style-type: none"> - готовить различные виды теста; - пользоваться специями; - составлять меню обеда, отбирать необходимые продукты, сервировать стол; - выполнять утреннюю гимнастику; - гладить изделия из разных видов ткани; - подбирать мебель для жилых и нежилых помещений; - планировать отдых; - оказывать первую помощь при ушибах, травмах, обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. 	<ul style="list-style-type: none"> - виды и сорта муки, правила хранения; - виды теста; - виды специй и способы их хранения; - виды домашних заготовок; - правила личной гигиены подростков; - электробытовые приборы для глажения; - предприятия бытового обслуживания; - способы содержания домашних животных в разных местностях; - правила ухода за ванной и санузлом; - правила ухода за мебелью; - виды телефонной связи; - виды международного транспорта; - предприятия города. <p>Календарно - тематическое планирование.</p>
9 класс	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять покупки в продовольственных магазинах; - определять срок годности продуктов; - выполнять первичную обработку овощей, плодов, ягод, грибов; - рассчитывать стоимость продуктов для ужина; - осуществлять уход за телом; - противостоять вредным привычкам; - выбирать одежду в соответствии с размером; - пользоваться услугами химчистки - осуществлять ежедневную и сезонную уборку жилого помещения; - осуществлять денежные переводы - планировать семейный бюджет; - осуществлять уход за больным на дому. 	<ul style="list-style-type: none"> - виды рынков и их отличие от магазинов; - правила хранения овощей, плодов, ягод, грибов; - технологию приготовления блюд для завтрака; - технологию приготовления мясных блюд; - виды косметических средств; - правила возврата и обмена товара; - правила безопасного использования химических средств; - виды жилья; - назначение кухонной мебели; - правила ухода и хранения кухонного белья, инвентаря; - правила профилактики появления грызунов и насекомых; - виды связи; - учреждения дополнительного образования города; - структуру исполнительной власти города и района;

4. Содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов на изучение раздела	Содержание тем учебного предмета	Практическая часть
5 класс			
Питание	16 часов	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного питания на здоровье человека. Место для приготовления пищи и его оборудование. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение,	Практическая работа – 3 Тест -1

		<p>правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение и уход. Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий.</p> <p>Приготовление простых и сложных бутербродов. Вторичное использование черствого хлеба. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Приготовление винегрета. Виды чая. Способы заваривания чая. Посуда для завтрака. Сервировка стола к завтраку.</p> <p>Повторительно-обобщающий урок "Питание". Тест. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Продовольственный магазин.</p>	
Личная гигиена и здоровье	10 часа	<p>Утренний и вечерний туалет. Содержание, правила и прием выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце). Правила хранения. Уход. Уход за волосами. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности.</p>	Практическая работа - 2
Одежда и обувь	12 часов	<p>Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Головные уборы: виды и назначение. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения, вида материалов.</p> <p>Хранение обуви: способы и правила.</p>	Практическая работа - 2
Семья	5 часов	<p>Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников, возраст, дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками.</p>	
Жилище	5 часа	<p>Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Почтовый домашний адрес.</p>	Практическая работа -1
Средства связи	6 часа	<p>Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.</p>	.
Транспорт	4 часа	<p>Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта.</p>	Практическая работа - 1
Охрана здоровья	10 часов	<p>Медицинская аптечка. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Первая помощь при различных видах повреждений. Первая помощь при ушибах, ссадинах.</p> <p>Повторительно - обобщающий урок. Тест</p>	Практическая работа – 1 Тест - 1
6 класс			
Питание	11 часов	<p>Режим питания. Гигиена приготовления пищи. Блюда для горячего и холодного завтрака. Виды круп, их вредители. Правила хранения круп. Посуда для сыпучих</p>	Практическая работа – 2 Тест - 1

		продуктов и уход за ней. Блюда для завтрака. Каши. Приготовление 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. Повторительно-обобщающий урок по теме " Питание". Тест. Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	
Личная гигиена и здоровье	15 час	Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные, солнечные, водные процедуры. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук. Практическая работа: приемы обрезания ногтей на руках. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног. Практическая работа: приемы обрезания ногтей на ногах. Повторительно - обобщающий урок по теме "Личная гигиена". Тест.	Практическая работа – 2 Тест -1
Одежда и обувь	8 часов	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.	Практическая работа -3
Жилище	10 часов	Виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновая печь. Правила техники безопасности. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник). 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.	
Средства связи	4 часа	Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письмо. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомление. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылок. Практическая работа.	Практическая работа – 1
Семья	4 часа	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.	

Транспорт	6 час	Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Практическая работа	Практическая работа -1
Охрана здоровья	10 час	Виды доврачебной помощи. Способ измерения температуры тела. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Практическая работа. Повторительно – обобщающий урок. Тест.	Практическая работа -2 Тест - 1
7 класс			
Питание	16 час	Молоко и молочные продукты. Виды. Правила хранения. Виды блюд, приготовленных на основе молока (каши, молочный суп). Значение кипячения молока. Практическая работа. Молочный суп с макаронами. Жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, растительное, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Супы (виды, способы приготовления). Практическая работа. Приготовление домашней лапши. Фруктовые напитки: соки, нектары. Практическая работа. Приготовление киселя. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Практическая работа. Приготовление гарнира. Картофельное пюре. Праздничный стол. Сервировка праздничного стола. Правила этикета за столом. Практическая работа.	Практическая работа - 5
Личная гигиена и здоровье	6 часов	Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос. Фены для сушки волос. Практическая работа. Уход за волосами. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки)	Практическая работа - 1
Одежда и обувь	5 часов	Уход за одеждой. Машинная стирка изделий. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Правила пришивания пуговиц крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Практическая работа. Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Экскурсия.	Практическая работа - 2
Жилище	13 часов	Правила пользования стиральными машинами: стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин) Экскурсия. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная) инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Магазины профессиональной бытовой химии. Правила техники	Практическая работа - 3

		безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Практическая работа. Уборка разных покрытий (кафель, линолеум). Комнатные растения. Виды. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Кашпо и горшки для комнатных растений. Практическая работа. Экскурсия в цветочный магазин.	
Средства связи	4 часов	Почта. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления бандероли. Упаковка. Стоимость пересылки. Практическая работа. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Экскурсия на главпочтамт.	Практическая работа - 2
Семья	4 часа	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки. посещение музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: посещение спортивных площадок и спортивных секций. Р Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование, фотография и т.д.	
Транспорт	14 часов	Пригородный транспорт. Автобусы пригородного сообщения. Стоимость проезда. Расписание. Практическая работа. Вокзалы: назначение, основные службы. Междугородний железнодорожный транспорт. Пригородный транспорт. Электрички. Стоимость проезда. Расписание. Практическая работа. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Экскурсия на вокзал. Вокзал. Обобщающий урок по теме "Транспорт". Тест.	Практическая работа – 2 Тест - 1
Охрана здоровья	6 часа	Виды доврачебной помощи. Обработка ран, порезов, ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого «зеленки») Практическая работа. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия. Обобщающий урок за год. Тест.	Практическая работа – 1 Тест -1
8 класс			
Питание	18 часов	Виды (пшеничная, ржаная, гречневая и др.) и сорта (крупчатка, высшая, первый и второй сорт) муки. Правила хранения муки. Просеивание муки. Вредители муки. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Составление и запись рецептов. Практическая работа. Приготовление пресного теста. Практическая работа. Приготовление блинов. Практическая работа. Приготовление слоев из замороженного теста. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее назначение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушки, заморозка.	Практическая работа - 5

		Варенье из ягод и фруктов. Практическая работа. Варенье из яблок. Обед. Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Практическая работа. Жареная рыба. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обеда. Сервировка стола для обеда.	
Личная гигиена и здоровье	4 часов	Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены девочками и мальчиками.	
Одежда и обувь	10 часов	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Практическая работа. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии. Магазины по продаже различных видов обуви. Экскурсия. Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Практическая работа.	Практическая работа - 3
Жилище	20 часов	Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные. Содержание животных и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба. Экскурсия. Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Уборка санузла и ванной комнаты. Мебель в жилых помещениях. Виды мебели и их назначение (мягкая, корпусная) Магазины по продаже различных видов мебели. Мебельные магазины. Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Практическая работа. Убранство жилых комнат зеркала, картины, фотографии. Убранство жилых комнат: ковры, паласы, светильники. Практическая работа. Правила ухода за убранством жилых комнат. Тест по теме «Правила ухода за жилыми и нежилыми помещениями»	Практическая работа – 3 Тест - 1
Средства связи	4 часов	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Практическая работа. Сотовые компании, тарифы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Номера телефонов экстренной службы. Практическая работа.	Практическая работа - 2

Семья	2 часа	Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.	
Транспорт	2 часов	Международный транспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Практическая работа.	Практическая работа – 1
Предприятия, организации, учреждения	2 часа	Промышленные предприятия. Вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	
Охрана здоровья	6 часа	Первая помощь при ушибах и травмах, при обморожении, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Практическая работа. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Обобщающий урок за год. Тест.	Практическая работа – 1 Тест -1
9 класс			
Питание	28 часов	Магазины по продаже продуктов питания. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. Практическая работа. Экскурсия в магазин самообслуживания. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина. Экскурсия на рынок. Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Консервирование. Соления. Консервирование. Практическая работа. Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Обед. Мясные блюда (виды, способы приготовления). Практическая работа. Приготовление голубцов. Ужин. Блюда для ужина. Холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов. Практическая работа. Приготовление холодных закусок. Практическая работа. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Практическая работа. Приготовление курицы.	Практическая работа - 5
Личная гигиена и	4 часов	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Гигиена тела. Уход за телом. Косметические	

здоровье		средства для ухода кожей рук. Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их проявления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	
Одежда и обувь	10 часов	Магазины по продаже различных видов одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. РК. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Практическая работа. Выбор одежды в магазине. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки. Практическая работа. Значение опрятного вида человека. Предприятия бытового обслуживания. Химчистка. Услуги химчистки. Чтение условных обозначений на этикетках. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды. Практическая работа. Экскурсия в химчистку "Акватекс". Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Практическая работа.	Практическая работа -4
Жилище	10 часов	Виды жилья: собственное и государственное. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик). Кухня. Кухонная мебель: названия и назначения. Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Практическая работа. Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажной, смесовая ткань). Правила ухода и хранения. Электробытовые приборы в ванной комнате. Стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Уход за жилищем. Ежедневная уборка. Практическая работа. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры к зиме и лету. Практическая работа. Насекомые и грызуны в доме виды, вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.	Практическая работа - 3 РК Городские службы дезинфекции
Средства связи	2 часа	Интернет -связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов.	Практическая работа -1

		Стоимость отправления.	
Семья	2 часа	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Практическая работа. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Практическая работа.	Практическая работа - 2
Транспорт	4 часа	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. РК.	
Предприятия, организации, учреждения	4 часа	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования. РК. Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.	
Охрана здоровья	4 часа	Уход за больным н дому: переодевание, умывание, кормление больного. Практическая работа. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Практическая работа. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Практическая работа. Обобщающий урок за год. Тест.	Практическая работа - 4 часа

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Дополнительная литература для учителя и обучающихся.

1. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.- 192с.
2. Девяткова Т.А. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. - М., «Владос», 2004
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.а. Львова. - М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2005.–136с .
4. Щербакова А.М. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 вида», пособие для учителя, Москва, гуманитарный издательский центр «Владос», 2001 г.
5. Мусская И.А. Домоводство, - Ижевск: ДОК, Урал-БИ-СИ, 1991.-432с.
6. Хилько А.А., Ермощенко М.Е., Смирнова А.Д. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. -Санкт-Петербург, «Просвещение», 2006. – 223с.
7. В. П. Субчева Социально-бытовая ориентировка Методическое пособие. 5–9 класс. - М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2017. – 87с
2003. – 240с.
10. Человек. Учебник для 8 класса вспомогательной школы. В.А. Постовская – Москва «Просвещение» 1986.

Средства обучения:

1. технические и электронные средства обучения:
 - мультимедиапроектор; экран,
 - видеофильмы и презентации

2. цифровые образовательные ресурсы:

<http://school-collection.edu.ru/catalog/?class=53>

<http://www.school.edu.ru>

<http://www.portalschool.ru>

www.it-n.ru

nsportal.ru

3. демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

- наглядный материал

-Первичная обработка продуктов

- Приемы тепловой обработки

- Организация рабочего места и правила техники безопасности

- Витамины, жиры, белки, углеводы, минеральные вещества

- Организация рабочего места при первичной обработке продуктов

- Оборудование кухни и требования к ее содержанию

- Санитарно-гигиенические требования

- **раздаточный материал**

-«Внимание! Опасно!» Правила безопасного поведения ребенка

- Какие бывают службы помощи

- Какие бывают вокзалы

- Какие бывают магазины

- Фрукты

- Овощи

- Транспорт

- Наш дом

- **тематический словарь в картинках**

- Транспорт

- Посуда. Продукты питания

- Электробытовая техника

- Аудиотехника. Видеотехника. Оргтехника и средства связи.

- Грибы, Ягоды

- Фрукты, овощи

- Профессии.

6. Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета

Оценка устного ответа

Отметка «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.

Отметка «4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы.

Отметка «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 примеры.

Оценка практической работы

Организация труда

Отметка «5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам – бережное, экономное.

Отметка «4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технологической дисциплины, правила техники безопасности.

Отметка «3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технологической дисциплины, организации рабочего места.

Приемы труда

Отметка «5» ставится, если все приемы труда выполнялись правильно, не было нарушений правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

Отметка «4» ставится, если приемы выполнялись в основном правильно, допущенные ошибки исправлялись самостоятельно, не было на рушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

Отметка «3» ставится, если отдельные приемы труда выполнялись неправильно, но ошибки исправлялись после замечания учителя, допущены незначительные нарушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

Качество работы

Отметка «5» ставится, если работа выполнена точно по технологической карте; соблюдена последовательность; действия выполнены качественно в соответствии с требованиями.

Отметка «4» ставится, если работа выполнена по технологической карте, соблюдена последовательность, но действия выполнены с ошибкой.

Отметка «3» ставится, если работа выполнена по технологической карте с некоторыми отклонениями от качества выполнения.