

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Школа № 86»

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
Дерябина Н.В.
30.03.2023

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
Государственного казенного
общеобразовательного учреждения
«Школа № 86»
от 30.03.2023 г. №66-о

АДАптированная рабочая программа
по ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
(1¹) 5-9 классов

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)
(I ВАРИАНТ)

Составила: Шиголина А.В.

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 30.03.2023 г.

Нижний Новгород
2023г.

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по предмету «Основы социальной жизни» разработана в строгом соответствии с:

✓ Федеральным государственным образовательным стандартом для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 (Приказ Минобр № 1599 от 19.12.2014 г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) »);

✓ Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Школа №86»;

✓ Учебным планом ГКОУ «Школа №86»

Основы социальной жизни, как коррекционный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, формированию личности обучающихся с интеллектуальной недостаточностью. Воспитанию положительных навыков и привычек.

Цель: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи:

- ✓ 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.

Структура программы учебного предмета «Основы социальной жизни» соответствует требованиям ФГОС обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Тематическое планирование ежегодно конкретизируется в календарно-тематическом планировании, утверждаемом директором школы

Общая характеристика изучаемого предмета

Содержание программы отражено в восьми разделах: «Введение», «Личная гигиена», «Одежда и обувь»; «Питание», «Жилище», «Культура поведения», «Торговля», «Транспорт».

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Изучение данного предмета направлено на:

- ✓ развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечение безопасности жизнедеятельности;
- ✓ усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- ✓ понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, формировании правильного уклада семейных отношений.

В разделе «Введение» необходимо дать обучающимся представление о предмете, назначении кабинета, правилах поведения в кабинете.

Раздел «Личная гигиена» знакомит обучающихся с последовательностью выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичностью и правилом чистки ушей, правилам охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

При изучении раздела «Одежда и обувь» обучающиеся выделяют виды одежды, обуви и их назначение, знакомятся с правилами ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).

Раздел «Питание» содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание уделяется изучению правил техники безопасности и соблюдению санитарно-гигиенических норм. При сервировке стола уделяется последовательности работы и эстетической стороне. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию.

Раздел «Культура поведения» направлен на формирование морально-этических норм поведения обучающихся.

В разделе «Жилище» обучающиеся знакомятся с видами жилых помещений, закрепляют понятие о почтовом адресе своего дома и школы, знакомятся с правилами организации рабочего места школьника.

Тематика разделов программы «Транспорт», «Торговля» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием групповой формы организации обучающихся.

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

Задачи:

- ✓ овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе
- ✓ развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- ✓ развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- ✓ формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- ✓ формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- ✓ коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- ✓ развитие коммуникативной функции речи.
- ✓ овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках Основы социальной жизни заключается в следующем:

- ✓ развитие осознанного восприятия при знакомстве с предметами личной гигиены и активизация слухового внимания при изучении способов ухода за ними;
- ✓ развитие наглядно-действенного внимания и восприятия при формировании навыков культурного поведения в процессе общения со старшими и сверстниками;
- ✓ развитие пространственной ориентировки и зрительного внимания при знакомстве с видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров, при знакомстве с жилыми помещениями;
- ✓ развитие мелкой моторики рук и эстетического восприятия при знакомстве с кухонными приспособлениями и способами ухода за одеждой и обувью.

Описание и место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается в 5-9 классах в объеме 340 учебных часов (2 часа в неделю в 5-9 классах).

Предметная область	Учебный предмет	Количество часов в неделю				
	Класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9класс
Человек и общество	Основы социальной жизни	2	2	2	2	2
Итого		2	2	2	2	2

Предметная область	Учебный предмет	Количество часов в год				
	Класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9класс

Человек и общество	Основы социальной жизни	68	68	68	68	68
Итого		68	68	68	68	68

2. Содержание учебного предмета.

5 класс

Личная гигиена

Беседа о содержании и значении предмета «Основы социальной жизни». Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни. Осанка – стройная спина человека. Гигиена зрения. Её значение в жизни и деятельности человека. Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье и развитие организма.

Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Их назначение и виды. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью. Чистка, сушка, предупреждение загрязнений.

Питание

Значение питания в жизни и деятельности человека. Основные продукты питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Правила ТБ при работе с режущими инструментами. Правила ТБ при приготовлении пищи. Инструктаж. Лесные чаи. Заваривание чая.

Семья

Семья, родственные отношения в семье. Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь. Состав семьи учащихся. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения

Культура поведения со старшими и сверстниками. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом. Правила поведения в общественных местах и дома.

Жилище

Виды жилых помещений. Виды жилья. Квартира и подсобное помещение. Почтовый адрес дома, школы. Организация рабочего места

школьника.

Транспорт

Виды транспортных средств. Маршрут и схема проезда. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Составление маршрута от дома до школы.

Торговля

Все виды торговых предприятий, их назначение. Порядок приобретения товаров в магазине.

6 класс

Личная гигиена

Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения) Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).

Одежда

Мелкий ремонт одежды. Пришивание вешалок, крючков, петель, пуговиц. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др. Утюжка изделий со строгим соблюдением безопасной работы.

Питание Режим питания.

Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Меню ужина. Сервировка стола. Правила пользования электрической и газовой плитой. Приготовление отварных макарон. Генеральная уборка кухни.

Семья

Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.). Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения

Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее,

библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная уборка (сухая и влажная). Правила и последовательность сухой уборки и влажной уборки.

Транспорт

Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Проездные билеты: разовый, единый.

Торговля

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

Средства связи

Основные средства связи. Почта, телеграф, телефон. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Написание адреса и индекса на почтовых конвертах, заполнение бланков.

Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиника, диспансер, аптека, больница. Их назначение. Виды медицинской помощи. Приобретение лекарств.

7 класс

Личная гигиена

Правила соблюдения личной гигиены подростка (юноши, девушки). Предметы личной гигиены. Соблюдение личной гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Правила смены одежды и постельного белья. Санитарно-гигиенические правила пользования средствами личной гигиены.

Одежда

Ремонт одежды, штопка. Особенности стирки цветного и белого белья вручную. Устройство стиральной машины и правила пользования ею. Стирка мелких предметов из белой х/б ткани вручную. Правила и приёмы глажения

белья, брюк, спортивной одежды. Глажение с соблюдением ТБ.

Питание

Рациональное питание. Пищевая ценность продуктов. Сервировка стола к обеду. Блюда из овощей. Салат из овощей. Приготовление компота из сухофруктов.

Семья

Взаимоотношения в семье. Семейный досуг- источник получения новых знаний. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Экономика домашнего хозяйства. Определение суммы доходов семьи на месяц.

Культура поведения

Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке) Поведение при посещении массовых мероприятий. Умение приглашать гостей. Правила поведения в гостях.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная уборка (сухая и влажная). Правила и последовательность сухой уборки и влажной уборки».

Транспорт

Основные транспортные средства. Пригородный транспорт. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Проездные билеты: разовый, единый.

Торговля

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. Универмаги и универсамы и их отделы.

Средства связи

Основные средства связи. Почта, телеграф, телефон. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы). Телеграммы. Написание адреса и индекса на почтовых конвертах, заполнение бланков.

Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиника, диспансер, аптека, больница. Их назначение. Виды медицинской помощи. Домашняя аптечка, термометр. Приобретение лекарств. Первая мед. помощь при травмах, ранах, вывихах, переломах.

Учреждения, организации и предприятия

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа. ДДТ). Их назначение.

8 класс

Личная гигиена

Уход за кожей лица. Косметические средства для лица и шеи (лосьоны). Косметические средства для ног. Протираание кожи лица и нанесение крема в зависимости от типа кожи.

Одежда

Стирка изделий из шерстяных тканей в домашних условиях. Стирка изделий из синтетических тканей в домашних условиях. Ручная стирка с применением моющих средств. Машинная стирка с применением моющих средств. Стирка изделий в домашних условиях с соблюдением ТБ. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Утюжка блузок, рубашек, платьев.

Питание

Приготовление изделий из пресного теста. Приготовление блинов. Приготовление изделий из песочного теста. Приготовление песочного печенья. Способы заготовки овощей. Приготовление овощного салата. Составление меню завтрака. Составление меню обеда. Составление меню ужина.

Семья

Уход за грудным ребенком. Кормление из соски. Уход за грудным ребенком. Кормление с ложечки. Одевание, пеленание ребенка. Содержание вещей грудного ребенка. Игры с ребенком. Упражнение в купании, одевании, пеленание куклы, уборка постели.

Культура поведения

Культура общения юноши и девушки. Правила поведения юношей. Правила поведения девушек. Правила поведения при знакомстве в общественных местах и дома. Внешний вид юношей. Внешний вид девушек. Требования к внешнему виду молодых людей.

Жилище

Уборка кухни. Уборка санузла. Уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, ванны. Мытье кафельных стен и раковин.

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.

Торговля

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Специализированные магазины (продуктовый и магазин смешанных товаров). Стоимость основных промышленных товаров. Правила поведения в магазине. Подсчёт стоимости покупки.

Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Мобильный телефон. Пользование городским телефоном-автоматом. Стационарный телефон. Пользование телефонным справочником.

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастном случае – ожогах, обморожении, при отравлении и тепловом и солнечном ударе, утопающему. Оказание первой помощи при ожогах, обморожении. Оказание первой помощи утопающему.

Учреждения, организации и предприятия

Департамент, муниципалитет, префектура, полиция, их назначение.

Экономика домашнего хозяйства

Основные статьи расходов в семье. Планирование расходов на питание на день, на неделю. Снятие показателей счетчика, расчет стоимости

израсходованной электроэнергии. Заполнение квитанций на оплату электроэнергии.

9 класс

Личная гигиена

Вред курения. Вред алкоголя. Вред наркотиков для организма человека. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух.

Одежда

Стирка изделий из шерстяных тканей в домашних условиях. Стирка изделий из синтетических тканей в домашних условиях. Ручная стирка с применением моющих средств. Машинная стирка с применением моющих средств. Утюг. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток. Поддержание одежды в порядке. Пришивание пуговиц.

Питание

Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Запись рецептов

Семья

Основы семейного очага (условия для создания семьи). Основные семейные отношения, семейные традиции. Закон РФ о браке и семье.

Культура поведения

Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи, нормы поведения с соседями. Правила поведения в общественных местах.

Жилище

Рациональная расстановка мебели в квартире. Упражнение в расстановке мебели, подбор деталей интерьера

Транспорт

Авиатранспорт. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Торговля

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельхозпродуктов. Отделы рынка.

Средства связи

Виды связи: сотовая, факс, интернет. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, посылка, перевод). Виды писем. Написание адреса на почтовых конвертах.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Измерение температуры, наложение горчичников.

3. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

5 класс

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,
- творческого отношения к домашнему труду;
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);

- формирование у обучающихся знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества,
- социализация обучающихся;
- подготовка обучающихся к самостоятельной жизни.
- формирование и совершенствование у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны уметь прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.
- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.

- Без напоминания взрослых самостоятельно совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

- Самостоятельно различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

- Без руководства взрослых следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.

- Знать правила хорошего тона, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.

- Уметь писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

- Знать виды общественного транспорта, соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения. Самостоятельно выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

6 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и

использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-творческого отношения к домашнему труду;

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

-Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

-Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

-Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.

- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.

- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.

- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.

- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.

- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.

- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.

- виды медицинской помощи; функции основных врачей-специалистов; о возможном вреде самолечения.

- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.

- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

- Правила поведения в природной среде; правила перекопки почвы и подготовки к посадке; правила высаживания рассады, луковиц, клубней цветочных культур; правила ухода за саженцами.

Достаточный уровень:

-Обучающиеся должны уметь пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.

-Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.

- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.

-Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.

- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье. Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.

- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.

- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.

- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.

- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.

-Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.

- записываться на приём к врачу; вызывать скорую помощь, врача на дом; приобретать лекарства в аптеке; описывать симптомы болезни.

- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки. о пользоваться садово-огородным инвентарём; высаживать луковицы, клубни, рассаду цветочных культур; ухаживать за саженцами; выдвигать свои идеи по улучшению экологической обстановки; пояснять своё личностное отношение к поведению людей в природной среде.

7 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-творческого отношения к домашнему труду;

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

-Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.

- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.

- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.

- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.

- Назначение и различие универмага и универсама.

- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

8 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

- творческого отношения к домашнему труду;

- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и

использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду.

- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны уметь готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.

- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

- Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.

- Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.

- Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.

- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.

- Мыть кафельные стены, чистить раковины.

- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.

- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.

- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно и без рецепта готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.

- Самостоятельно определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ежедневно без напоминания взрослых правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- Самостоятельно и правильно стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- Самостоятельно аккуратно купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

9 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-творческого отношения к домашнему труду;

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- Сформированность у воспитанников знаний и умений, способствующих социальной адаптации.
- Сформированность механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации.
- Развитие коммуникативной функции речи как неперенное условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью.
- Освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков.
- Развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности.
- Повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
- Воспитание позитивных качеств личности.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.

-Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.

- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.

- Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.

- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Достаточный уровень:

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.

- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.

- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.

- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.

- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.

- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок. Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.

-Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

- Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.

- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета

Система оценки распространяется на личностные и предметные результаты освоения АООП и разработана в соответствии с требованиями к структуре АООП и результатам освоения адаптированной основной образовательной программы (АООП) ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью.

В соответствии с введением ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) система оценки образовательных достижений обучающихся чётко привязывается к планируемым результатам.

Программа системы оценки включает:

Перечень личностных результатов, критериев оценки жизненной компетенции обучающихся; Основой оценки служит анализ поведения ребенка и динамики его развития в повседневной жизни. Критериальным аппаратом служит классификатор жизненных компетенций и разработанный на его основе индивидуальный перечень возможных результатов личностного развития.

Оценка достижений личностных результатов

Периоды оценивания	Критерии оценивания
сентябрь май	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родин
сентябрь май	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов
сентябрь май	Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении
сентябрь май	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире
сентябрь май	Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
сентябрь май	Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия
сентябрь май	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей
сентябрь май	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности
сентябрь май	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях
сентябрь май	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
сентябрь май	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
сентябрь май	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

Система бальной оценки результатов

Результаты овладения АООП выявляются в ходе выполнения обучающимися разных видов заданий, требующих верного решения:

по способу предъявления - практические; по характеру выполнения (репродуктивные, продуктивные, творческие)

№	Балл	Характеристика продвижений
1	0 баллов	Нет продвижения
2	1 балл	Минимальное продвижение
3	2 балла	Среднее продвижение
4	3 балла	Значительное продвижение

Мониторинг итоговой оценки достижения планируемых результатов в реализации АООП

№	Балл	Характеристика продвижений
1	«удовлетворительно» (зачет), 3	если обучающиеся верно выполняют от 35% до 50% заданий
2	«хорошо», 4	если обучающиеся верно выполняют от 51% до 65% заданий
3	«отлично», 5	если обучающиеся верно выполняют свыше 65%.

Инструментарий для оценивания планируемых результатов освоения программы - не предусмотрено.

Формой промежуточного контроля является устный опрос

4. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

5 класс

Наименование разделов учебного предмета (курса)	Кол-во часов	Содержание тем учебного предмета (курса)	Практическая часть с указанием формы
1.Введение	4	Знакомство с кабинетом Основ социальной жизни и его оборудованием. Название учебного предмета, цель, его назначение. Инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила поведения обучающихся школы.	Совместные действия учителя и обучающегося.
2.Личная гигиена	10	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.	Выполнение работ по образцу, самостоятельно. Беседа.
3. Одежда и обувь	10	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.	Выполнение работ по образцу, самостоятельно. Беседа.
4. Питание	10	Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование.	Выполнение работ по образцу, самостоятельно. Беседа.

		<p>Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду.</p> <p>Способы заваривания чая.</p> <p>Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов.</p> <p>Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.</p>	
5. Жилище	8	<p>Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение.</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки.</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.</p>	<p>Выполнение работ по образцу, самостоятельно.</p> <p>Беседа.</p>
6. Культура поведения	8	<p>Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.</p> <p>Правила поведения за столом; правила этикета.</p>	<p>Выполнение работ по образцу, самостоятельно.</p> <p>Беседа.</p>
7. Торговля	6	<p>Основные виды магазинов; правила поведения в магазине.</p> <p>Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции.</p> <p>Специализированные продуктовые магазины.</p> <p>Правила покупки товаров в продовольственном магазине.</p>	<p>Выполнение работ по образцу, самостоятельно.</p> <p>Беседа.</p>
8. Транспорт	8	<p>Основные виды транспортных средств, имеющих в городе.</p> <p>Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок</p>	<p>Выполнение работ по образцу, самостоятельно.</p> <p>Беседа.</p>

		<p>приобретения билетов.</p> <p>Правила поведения в транспорте и на улице.</p> <p>Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно.</p> <p>Правила дорожного движения.</p> <p>Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.</p>	
ИТОГО	68		

6 класс

Наименование разделов учебного предмета (курса)	Кол-во часов	Содержание тем учебного предмета (курса)	Практическая часть с указанием формы
1.Личная гигиена и здоровье	8	<p>Значение закаливания для здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур.</p> <p>Составление комплекса утренней гимнастики.</p> <p>Необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Уход за телом: за кожей рук, ног, ногтями. Приёмы обрезания ногтей на руках, ногах. Косметические средства для ухода за кожей, необходимость чтения инструкций. Гигиенические требования к использованию личного белья. Просмотр учебного фильма о вреде наркотиков и токсических веществ. Беседа по содержанию фильма, выводы о губительном влиянии вредных привычек.</p>	Совместные действия учителя и обучающегося.
2.Одежда и обувь	12	<p>Значение опрятного вида человека. Санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида. Правила повседневного ухода и поддержания одежды в порядке. Классификация пуговиц. Самостоятельное пришивание пуговиц, крючков.</p> <p>Соблюдение правил ТБ с колющими и режущими инструментами. Виды белья, его назначение. Правила и</p>	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

		приёмы ручной стирки изделий из х/б тканей. Подбор моющих средств согласно инструкции. Правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами. Устройство утюга. Символы обозначения температуры нагрева на утюге, правила ТБ. Выполнение практических заданий.	
3.Питание	12	Правила приготовления пищи. Правила выбора доброкачественных продуктов, определение срока хранения. Способы хранения продуктов и готовой пищи. Устройство холодильника. Правила размещения продуктов в холодильнике. Уход за холодильником. Виды круп, правила хранения. Блюда из круп. Рецепт приготовления каш и их виды. Приготовление гречневой (манной) каши с помощью учителя. Правила хранения и первичной обработки овощей, плодов, ягод, грибов. Чистка и нарезка. Приготовление салата по рецепту. Виды чая и кофе, способы заварки чая. Сервировка стола к чаепитию. Молочные продукты, правила их хранения. Значение кипячения молока. Соблюдение правил гигиены приготовления пищи и ТБ.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
4.Семья	8	Состав семьи. Имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Взаимоотношения в семьях, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Обсуждение проблемных ситуаций. Права и обязанности членов семьи. Правила поведения в семье. Уважительное отношение к старшим по возрасту, забота о младших членах семьи.	Беседа.
5.Жилище	6	Название кухонной мебели, её назначение. Коммунальные удобства в городе и селе. Правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики).	Беседа.
6.Транспорт	6	Классификация транспортных средств. Виды городского транспорта. Правила пользования и маршруты передвижения. Выбор наиболее рационального маршрута. Схемы маршрутов. Стоимость проезда по городу и расчет стоимости проезда от дома до школы и обратно.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

		«Пригородный транспорт», его виды. Расписание движения автобусов и электричек. Службы вокзалов и их назначение. Правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.	
7. Охрана здоровья	6	Виды медицинских учреждений, профессии работников медицинских учреждений. Функции врачей –специалистов. Видах медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Измерение температуры, обработка ран, порезов с помощью специальных средств. Медицинская аптечка, чтение инструкции.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
8. Учреждения и организации	2	Образовательные учреждения: дошкольные, школьные и дополнительного образования. Виды этих учреждений. Основные направления их работы. Правила поведения в общественных местах.	Беседа.
9. Средства связи	6	История развития средств связи. Основные средства связи, их назначение. Виды почтовых отправлений, писем. Порядком отправления писем различного вида и стоимость пересылки. Индекс почтового отделения, запись адреса на конверте.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
10. Повторение	2	Повторение и обобщение изученного материала. Выполнение элементарных заданий по инструкции с помощью учителя от начала до конца.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
ИТОГО	68		

7 класс

Наименование разделов учебного предмета (курса)	Кол-во часов	Виды учебной деятельности	Практическая часть с указанием формы
1 Личная гигиена и здоровье	4	Особенности соблюдения личной гигиены подростками. Правила личной гигиены подростков. Тип кожи лица и волос, средства для ухода за кожей лица и волосами.	Беседа.

		Шампунь, средства борьбы с перхотью и выпадением волос. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела.	
2 Одежда и обувь	8	Правила повседневного ухода, хранения и поддержания одежды в порядке. Основные способы ремонта одежды. Правила ТБ при работе с ножницами, иглой. Ремонт разорванных мест на одежде наложением заплат. Таблица условных обозначений по уходу за одеждой. Чтение условных обозначений на этикетках. Средства для ручной стирки, этапы стирки. Основные правила стирки изделий из шёлка. Стирка изделия из х/б и шёлковых тканей вручную с соблюдением ТБ. Бытовая техника для стирки белья. Виды стиральных машин, их устройство. Правила пользования. Выбор режима стирки, температуры и стирка белья с помощью стиральной машины. Устройство и виды утюгов. Правила и приёмы утюжки белья. Подготовка рабочего места для глажения. Назначение, виды услуг, правила пользования прачечной.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
3 Семья	6	Правила ухода за младшими детьми. Тихие игры и колыбельные песенки. Правила чистоты и порядка дома. Понятие семейного досуга. Роль семьи и семейных отношений в жизни человека и общества.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
4 Питание	10	Классификация продуктов питания по группам. Продукты растительного и животного происхождения. Виды мяса, мясопродуктов. Правила выбора доброкачественных продуктов. Правилах хранения мяса, первичной обработки. Блюда из мяса. Блюда для холодного и горячего ужина. Приготовление несложного салата, холодных закусок и горячего ужина. Составные части обеда. Виды бульонов, супов, последовательность приготовления первых блюд. Виды вторых блюд, мясные, рыбные, овощные блюда и гарниры. Виды напитков. Необходимые продукты и посуда для приготовления обеда. Стоимость продуктов для обеда, ужина. Составление меню ужина, обеда на день, на неделю. Рецепты блюд. Учатся готовить супы, вторые блюда,	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

		напитки. Использование механических и электроприборов. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с режущими инструментами, горячими жидкостями и электроплитой. Сервировка стола к ужину, обеду. Правила приёма пищи и поведения за столом.	
5 Жилище	10	Гигиенические требования к жилому помещению. Виды уборки жилища, инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы. Устройство пылесоса и правилами пользования электропылесосом. Чистка пылесосом ковров, батареи, книжных полок. Правила ТБ при работе с электроприборами. Правила и последовательность проведения влажной уборки. Инвентарь. Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки. Способы и периодичность ухода за окнами, мебелью и напольными покрытиями. Виды моющих средств и ТБ при работе с ними, необходимость чтения инструкции. Правила содержания и соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. Правила безопасной работы с химическими средствами при уборке.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
6 Охрана здоровья	6	Содержимое домашней аптечки, её состав. Инструкции по применению лекарственных средств. Способы хранения лекарств и срок годности. Вред самолечения, его опасность для здоровья. Оказание первой помощи при ушибах, травмах, переломах. Измерение температуры тела, обработка ран, наложение повязок и временных шин. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
7 Транспорт	4	Службы вокзала, их назначение. Виды поездов, вагонов, камер хранения. Расписание движения поездов, приобретение билетов в кассах. Обращение к работникам вокзала за справочной информацией. Понятия: платформа, перрон, путь. Правила пользования железнодорожным транспортом и правила безопасности в поездке. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

8 Торговля	4	Виды промтоварных магазинов. Отделы магазинов и ассортимент товаров. Порядок приобретения (выбор, примерка, оплата) и стоимости некоторых товаров. Правила возврата или обмена купленного товара. Гарантийный срок службы одежды, обуви и необходимость сохранения чека или его копии. Плана покупки и подсчёт стоимости. Нахождение нужного товара в магазинах, правила поведения в магазине. Обращение за помощью.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
9 Средства связи	6	Бандероли и посылки. Виды бандеролей. Перечень предметов, разрешенных для пересылки и запрещенных. Виды упаковки, порядок и стоимость отправления. Заполнение бланков на отправку бандеролей, посылок и составление описи посылаемых предметов. Правила поведения в общественных местах. Обращение к работникам почты за информацией и помощью.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
10 Учреждения, предприятия	2	Промышленные и с\х предприятия. Названия предприятий, виды цехов, отделов, виды выпускаемой продукции, названия рабочих специальностей и служащих. Значение предприятий для жителей города и села. Виды продукции, выпускаемых на предприятиях. Обращение с просьбами, вопросами к работникам учреждений, предприятий.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
11 Экономика домашнего хозяйства	6	Назначение денег и их значение в нашей жизни. Понятие бюджета. Составные части бюджета. Источники доходов и расходы семьи. Определению доходов семьи на месяц. Порядок и условия получения пенсии и заработной платы.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
12 Повторение	2	Повторение и обобщение изученного материала в течение года.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
Итого	68		

8 класс

Наименование разделов учебного предмета (курса)	Кол-во часов	Виды учебной деятельности	Практическая часть с указанием формы
1 Личная гигиена и здоровье	4	Типы кожи лица. Правила и приёмы ухода за кожей лица. Косметические средства и правила пользования ими. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
2 Питание	12	Значение и использование при приготовлении блюд соли, сахара, пряностей, приправ. Пряности и приправы, их виды, правила хранения. Домашние заготовки, их виды. Способы заготовки, соления, квашения, маринования, варки, сушки, заморозки овощей, фруктов и ягод. Правила ТБ на кухне. Меры предосторожности при хранении и употреблении консервированных продуктов. Первая помощь при отравлении. Виды и сорта муки, названия круп. Правила хранения муки и круп. Виды теста. Изделия из разных видов теста. Способы приготовления теста, пресное и дрожжевое тесто. Рецепты в кулинарных книгах и интернете. Приготовление лапши, печенья, блинов, др. Подбор продуктов, инструментов, посуды по рецепту, Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
3 Семья	6	Виды досуга, активные и пассивные виды досуга. Понятие «хобби». Правила ухода за грудным ребёнком. Предметы и оборудование для грудного ребёнка. Правила и периодичность кормления, купания, пеленания. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской посуды, постели, одежды, игрушек. Роль семьи в жизни человека и общества.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
4 Одежда и обувь	8	Таблица условных обозначений по уходу за одеждой. Условные обозначения на этикетках. Моющие средства для стирки шерстяных и синтетических тканей, этапы стирки. Инструкции на упаковках МС. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей, соблюдение ТБ. Бытовая техника для	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

		стирки белья. Режим стирки, температура при машинной стирке. Устройство и виды утюгов. Правила и приёмы заутюживания фасонного белья. Правила ТБ.	
5 Жилище	6	Виды подсобных помещений. Современные средства для уборки санузла и ванной комнаты. Печатные инструкции к моющим средствам. Классификация моющих средств. Оборудование, назначение, правила и периодичность уборки санузла и ванной комнаты. Мытье кафельных стен, чистка раковины, использование инструкции, соблюдение правил техники безопасности, использование резиновых перчаток. Электробытовые приборы в ванной комнате и кухне. Классификация нагревательных приборов в кухне. Их назначение, правила использования, уход и ТБ.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
6 Здоровье	8	Оказание первой помощи при ожогах, обморожениях, тепловых и солнечных ударах. Причины несчастных случаев. Степени ожогов, обморожений, признаки отравлений. Выполнение упражнений по оказанию первой помощи. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
7 Транспорт	4	Виды транспорта. Виды автотранспорта. Понятие «автовокзал». Службы автовокзала, их назначение. Основные автобусные маршруты. Ориентирование в расписании автобусов, приобретении билетов в кассах. Обращение к работникам вокзала за справочной информацией. Правила безопасности при поездке на автобусе, маршрутном такси. Виды водного транспорта. Понятия «пристань», «порт», «причал». Названия крупных портов нашей страны, службы и маршруты. Правила безопасной поездки на речном и морском видах транспорта. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций. Обращение с просьбами, вопросами к работникам транспорта.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
8 Торговля	2	Понятие «рынок», значение для населённого пункта и в жизни человека. Виды рынков. Различие рынка и магазина. Рыночные и магазинные цены. Выбор продукции в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус, цена, количество и др.) Порядок	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

		приобретения товаров на рынке. Права покупателя на рынке, правила поведения на рынке. Нахождение нужных товаров на рынках, правила поведения.	
9 Средства связи	6	Виды телефонов. Виды телефонной связи. Названия сотовых компаний, тарифы, номера телефонов срочного вызова. Правила пользования телефонами и культура разговора. Влиянии на здоровье человека излучений мобильного телефона. Телефонный справочник. Причины вызова по номеру экстренных служб, ответственность за ложный вызов. Правила оплаты различных видов телефонной связи.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
10 Учреждения, организации	4	Исполнительные органы государственной власти города, их назначение и структуру. Отделы муниципалитета. Назначение полиции. Обращение с вопросами и просьбами к работникам муниципальных учреждений. Морально-этические нормы поведения и навыки общения с людьми в разных жизненных ситуациях.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
11 Экономика домашнего хозяйства	6	Понятие бюджета. Составные части бюджета. Источники доходов и расходы семьи. Классификация основных статей расходов. Планирование и подсчет расходов семьи на месяц по отдельным статьям (ЖКХ, питание, одежда, лекарства и др.) Правила экономии в семье. Значение сбережений в семье. Виды хранения и цели сбережений. Кредит, виды кредитов.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
12 Повторение	2	Повторение и обобщение изученного материал в течение года. Выполнение элементарных заданий по инструкции с помощью учителя от начала до конца.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
Итого	68		

9 класс

Наименование разделов учебного предмета (курса)	Кол-во часов	Виды учебной деятельности	Практическая часть с указанием формы
1 Личная гигиена и здоровье	4	ЗОЖ, основные компоненты здорового образа жизни. Правила личной гигиены и их значение для здоровья и жизни человека. Социальные последствия, к которым приводят дурные привычки.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
2 Одежда и обувь	12	Значение опрятного вида человека. Понятие моды, стиля. Виды одежды и обуви в соответствии с назначением. Подбор одежды и обуви в соответствии с модой, назначением, индивидуальными особенностями, бюджетом и своим размером. Определение собственного размера одежды и обуви на практических занятиях. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Магазины по продаже одежды и обуви. Правила приобретения товаров, правила возврата или обмена купленного товара и гарантийные сроки. Предприятия бытового обслуживания населения. Виды услуг, правила приёма, выдачи изделий химчистки, прачечных, мастерских по ремонту обуви и одежды, прейскурант. Средства и правила выведения мелких пятен с одежды из разных видов тканей в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Соблюдение ТБ при пользовании средствами для выведения пятен.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
3 Семья	8	Закон РФ о семье и браке. Порядок и условия заключения и расторжения брака, основы семейных отношений. Морально-этические нормы взаимодействия в семье. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета в семьях. Правила приёма гостей и поведения в гостях. Планирование бюджета семьи.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

4 Питание	14	Блюда для завтрака, обеда, ужина. Составление меню. Расчет стоимости продуктов для завтрака, обеда, ужина. Составление меню праздничного стола. Классификация блюд. Подбор по рецепту необходимых продуктов, посуды, инструментов. Приготовление праздничного блюда по рецепту, запись рецепта. Правила сервировки стола к празднику. Рецепты блюд национальных кухонь. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
5 Жилище	8	Комнатные растения. Особенности ухода. Виды мебели. Уход за мебелью. Правила безопасной работы с химическими средствами при уборке. Рациональная расстановка мебели в квартире, детали интерьера. Требования к подбору деталей интерьера. Насекомые и грызуны в доме. Вред, приносимый ими. Профилактические меры и виды химических средств для борьбы с ними. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей, инструкции к ним. ТБ при пользовании этими средствами.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
6 Торговля	2	Понятие «ярмарка», значение для населённого пункта и в жизни человека. Виды ярмарок. Цены на ярмарке, рынке, магазине. Приобретение покупки с учётом потребностей и возможностей. Порядок приобретения товаров. Права покупателя. Правила поведения в общественных местах.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
7 Здоровье	8	Понятия «инфекция», «вирус». Классификация инфекционных заболеваний (кишечные, воздушно-капельные), кровяные. Пути распространения и меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Уход за больным человеком (одевать, кормить, умывать, перестилать постель, измерять температуру и др.) Инструкции к лекарствам. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
8 Средства связи	4	Современные виды связи, Особенности каждого вида связи, их значимость в современном мире. Виды денежных переводов. Заполнение бланков почтовых переводов. Обращение к работникам почты за информацией и помощью.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
9 Учреждения и	2	Предприятия бытового обслуживания населения, их названия и	Беседа.

организации		адрес. Виды услуг. Прейскурант, подсчет стоимости различных услуг. Обращение с вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания. Морально-этические нормы поведения и навыки общения с людьми в разных жизненных ситуациях.	Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
10 Транспорт	2	Виды транспорта. Виды воздушного транспорта. Понятия «аэровокзал», «аэропорт». Службы аэровокзала, их назначение. Порядок досмотра пассажира и его вещей, ограничения в перевозке багажа, регистрация рейсов. Маршруты самолётов. Ориентирование в расписании самолётов, приобретении билетов в кассах. Обращение к работникам за справочной информацией. Правила посадки в самолёт, правила безопасности во время полётов и правила поведения в аэропорту. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
11 Деловые бумаги	2	Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию. Составление деловых бумаг.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
12 Повторение	2	Повторение и обобщение изученного материала.	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
Итого	68		

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-техническое и информационное оснащение образовательного процесса обеспечивает возможность:

- ✓ создания и использования информации;
- ✓ физического развития;
- ✓ планирования учебной деятельности, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов (выступлений, защиты проектов, творческих работ);
- ✓ размещения материалов и работ в информационной среде организации;
- ✓ организации отдыха и питания.

Пространство, в котором осуществляется обучение обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), соответствует общим требованиям, предъявляемым к организациям, в области:

- ✓ соблюдения санитарно-гигиенических норм организации образовательной деятельности;
- ✓ обеспечения санитарно-бытовых и социально-бытовых условий;
- ✓ соблюдения пожарной и электробезопасности;
- ✓ соблюдения требований охраны труда.

Оснащение учебного процесса имеет свои особенности, определяемые спецификой предмета «Основы социальной жизни». Занятия проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для обучающихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

1. Учебно-методическое обеспечение:

1. Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС, 2006
2. Львова С.А., Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. – М., ВЛАДОС, 2005
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012
4. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год;
5. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год

2. Учебное пособие:

1. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2014
2. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2014
3. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2014
4. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 8 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2014
5. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 9 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2014

3. Технические средства:

- компьютер
- мультимедийный проектор
- интерактивная доска

4. Учебно-практическое оборудование:

Раздел «Личная гигиена»

1. Бритвенные принадлежности (станок со съёмными лезвиями, кисточка для бритья)
2. Губки, мочалки из натурального и синтетического волокна для мытья тела
3. Зеркало
4. Зубные щетки, зубные пасты
5. Крем, мыло, шампуни для различных типов волос и кожи, дезодоранты, одеколон
6. Маникюрный набор (ножницы, пилка)
7. Полотенца (для тела, лица, ног)
8. Расчёски, массажные щетки для волос

Раздел «Одежда и обувь»

1. Инструкции по эксплуатации, уходу за одеждой и обувью
2. Крем для обуви, блеск для обуви
3. Образцы взрослой детской обуви из различных материалов
4. Образцы взрослой и детской одежды
5. Образцы тканей
6. Щетки одежные, для чистки обуви, нанесения крема

Раздел «Жилище»

1. Веник
2. Моющие и чистящие средства
3. Шкаф комбинированный для одежды
4. Щетки для мытья стен, радиаторов отопления, для пола

Раздел «Питание»

1. Доски разделочные
2. Кухонный гарнитур
3. Мойка с подводкой холодной воды
4. Набор кухонных ножей
5. Набор мисок

6. Набор столовых приборов
7. Набор эмалированных кастрюль
8. Наборы сервировочные (солонки, горчица, перчик)
9. Обеденная зона
10. Обеденный сервиз
11. Сушилка для посуды
12. Тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые
13. Хлебница
14. Холодильник
15. Чайный сервиз
16. Электроплита
17. Яйцезерка

Раздел «Транспорт»

1. Знаки дорожного движения
2. Образцы проездных билетов
3. Плакаты с изображением наземного, воздушного, водного транспорта
4. Правила пользования автобусом

Интернет-ресурсы

1. <http://www.ed.gov.ru>,
2. <http://www.rfh.ru>,
3. <http://www.int-edu.ru>,
4. <http://www.rsl.ru>,
5. <http://www.gnpbu.ru>,
6. <http://www.pedlib.ru>,
7. <http://dic.academic.ru>,
8. <http://dictionary.fio.ru>,
9. <http://www.ug.ru>,
10. <http://skazochki.narod.ru>,
11. <http://www.uroki.net/>

