

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 3 «Центр образования»  
городского округа Октябрьск Самарской области**

Рассмотрено  
на заседании методического  
объединения учителей  
гуманитарного  
цикла

Протокол № 1  
от «26» августа 2024 г.

Проверено  
Заместитель директора  
по учебно-воспитательной работе

\_\_\_\_\_ Е. А. Лафинчук

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ № 3  
г.о.Октябрьск

\_\_\_\_\_ Л. Ю. Шатрова

Приказ № 649-од от «26» августа 2024 г.

Адаптированная рабочая программа  
индивидуального обучения  
обучающегося с умственной отсталостью, 1 вариант

**Предмет:** основы социальной жизни

**Класс:** 9

**Учитель:** Шадт С.С.

Адаптированная рабочая программа индивидуального обучения по основам социальной жизни в 9 классе для обучающихся с умственной отсталостью 1 вариант (УО) составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599 (в действующей редакции) , с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с УО.

УМК Сборник рабочих программ. 5-9 кл., в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос.

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.

повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

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

Изучение предмета призвано решать следующие **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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Основная цель предмета «Основы социальной жизни» заключается в практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное,

эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Для обеспечения целенаправленного личностного развития обучающихся, подготовки их к самостоятельной жизни, программа предполагает интегрированный подход к формированию личностных качеств, комплексную поддержку обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, реализуемые с учетом их возрастных и специфических особенностей и возможностей, по следующим разделам:

1. Личная гигиена и здоровье
2. Одежда и обувь
3. Питание
4. Жилище
5. Культура поведения
6. Торговля
7. Транспорт
8. Средства связи

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

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий торговли и транспорта.

В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначении кабинета, правила поведения в кабинете. Эта программа направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье.

После вводного занятия по программе следуют разделы «Личная гигиена», «Одежда и обувь». Изучение этих тем не вызывает трудностей. «Питание» - является одним из наиболее любимых разделов всей программы. Раздел содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание нужно уделять изучению правил техники безопасности. Нарезка бутербродов и овощей для салата требует правильного обращения с кухонным ножом. Также важно соблюдение санитарно-гигиенических правил. При сервировке стола надо обращать внимание не только на последовательность работы, но и на эстетическую сторону.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию;

Строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии.

Следующие разделы «Культура поведения», «Жилище» - эти темы несложные для изучения, однако определенную трудность представляет выполнение практического задания.

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

Большое внимание на занятиях по основам социальной жизни отводится эстетическому воспитанию обучающихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

Основными **формами** обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Задания для обучающихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого обучающегося. Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных работ, текущих и итоговых контрольных работ.

Программа по предмету «Основы социальной жизни» для 7, 9 классов составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения обучающимися во время уроков развития речи, чтения, русского языка, природоведения, математики.

### **Место предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане**

Предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество», относится к обязательной части учебного плана.

Предмет изучается с 5 по 9 класс.

9 класс — 34 ч. (1 час в неделю).

# 1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 9 класс (1 ч. в неделю)

### Личная гигиена

1. Здоровый образ жизни — одно из условий успеха в жизни человека, (Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле — здоровый дух.)

#### Учащиеся должны иметь представление о

- необходимости поддержания физического здоровья;
- современных спортивных увлечениях: фитнесе, шейпинге, бодибилдинге, бесконтактных единоборствах, ритмической гимнастике и т.п.;
- вреде курения для курящих и окружающих о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки.

#### Основные требования к знаниям учащихся

##### Учащиеся должны знать

• о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.

##### Одежда и обувь

1. Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей).
2. Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.
3. Выбор одежды и обуви при покупке.
4. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях (средства, правила выведения). Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

#### Практические работы

Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.

#### Учащиеся должны иметь представление о

- стиле одежды и моде;
- средствах выражения индивидуальности;
- воздействии средств для выведения пятен на различные виды тканей.

#### Основные требования к знаниям и умениям учащихся

##### Учащиеся должны знать:

- размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата;
- способы обновления одежды с помощью мелких деталей; средства для выведения пятен в домашних условиях;
- общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

##### Учащиеся должны иметь:

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером;
- определять стиль одежды;
- пользоваться журналом мод;

- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
- выводить пятна различными способами и средствами.

## **Питание**

1. Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола.
2. Питание детей ясельного возраста.
3. Диетическое питание,

### **Практические работы**

Приготовление национальных блюд.

Составление меню праздничного стола.

Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

• диетическом питании.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- способы приготовления национальных блюд;
- правила сервировки праздничного стола;
- меню ребенка ясельного возраста.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- готовить национальные блюда;
- сервировать праздничный стол;
- готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста;
- готовить отдельные диетические блюда.

## **Семья**

1. Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).
2. Закон Российской Федерации о браке и семье.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

- порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье;
- морально-этических нормах взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях;
- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны уметь**

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.

## **Культура поведения**

1. Традиции культуры поведения в современном обществе.
2. Соседи.
3. Прием гостей.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать**

культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь); правила приема гостей (поведения хозяев при встрече, расставании, во время визита).

**Учащиеся должны уметь:**

- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;
- анализировать поступки людей и давать им правильную оценку;
- соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.

**Жилище**

1. Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.
2. Сохранение жилищного фонда.

**Практическая работа**

Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны знать:**

- правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели);
- требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;
- правила сохранения жилищного фонда.

**Учащиеся должны уметь:**

- расставлять мебель в квартире (на макете);
- подбирать детали интерьера.

**Транспорт**

Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.

**Экскурсия.** Экскурсия в аэропорт или в кассу Аэрофлота.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны иметь представление**

- о назначении авиатранспорта.

**Учащиеся должны знать:**

- основные маршруты самолетов; службы аэровокзала;
- порядок приобретения и возврата билетов; правила посадки в самолет.

**Учащиеся должны уметь:**

- ориентироваться в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства.

**Торговля**

1. Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка.
2. Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупка вещей у населения.
3. Ярмарки. Их виды, время и место проведения.

**Экскурсия**

Экскурсия на рынок или ярмарку.

**Учащиеся должны иметь представление о**

•назначении ярмарки, рынка, их отличия от магазина комиссионной торговли, скупки, уцененной торговли.

### **Основные требования к знаниям к умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- отделы рынка;
- цены на отдельные товары;
- отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах;
- правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин;
- правила получения денег за проданные вещи.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями;
- вежливо обращаться к продавцу;
- подсчитывать стоимость покупок.

### **Средства связи**

1. Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет.
2. Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные).  
Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.

### **Практические работы**

Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанции по оплате телефонных услуг.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

современные виды связи; виды денежных переводов, их стоимость.

#### **Учащиеся должны уметь:**

заполнять бланки почтового и телеграфного переводов; оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.

### **Медицинская помощь**

1. Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.
2. Уход за больными. Листок нетрудоспособности.

#### **Практические работы**

Уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), измерять температуру, наложить горчичники (на куклу), сменить постель лежачего больного.

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам.

#### **Учащиеся должны иметь представление о**

•кишечных инфекционных заболеваниях, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- меры по предупреждению инфекционных заболеваний;
- правила ухода за больными;
- условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).

#### **Учащиеся должны уметь:**

- одевать, умывать, кормить больного (взрослого, ребенка);
- измерять температуру;



- ставить горчичники (на куклу);
- перестилать постель лежачего больного.

### **Учреждения, организации, предприятия**

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.).

**Экскурсия.** Экскурсия на предприятие бытового обслуживания населения.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

- назначении предприятий бытового обслуживания.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- местонахождение предприятий бытового обслуживания;
- виды оказываемых ими услуг;
- правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания;
- профессии работников предприятий.

#### **Учащиеся должны уметь**

- обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.

### **Экономика домашнего хозяйства**

1. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды).
2. Экономия в домашнем хозяйстве.
3. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе, Виды вкладов.
4. Кредит. Государственное страхование.

#### **Практические работы**

Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей, упражнения в расчётах рационального ведения домашнего хозяйства.

**Экскурсия.** Экскурсия в сберкассу.

### **Учащиеся должны иметь представление о**

- значении и характере культурных потребностей;
- значений экономии в домашнем хозяйстве;
- значении кредита, страхования.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т. д.);
- виды и цели сбережений;
- порядок помещения денег в сберкассу;
- виды кредита, порядок его оформления;
- виды страхования,

#### **Учащиеся должны уметь:**

- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности;
- соблюдать правила экономии;
- заполнять ордера на получение и внесение денег в сберкассу.

### **ПрофорIENTATION и трудоустройство**

1. Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.
2. Учреждения и отделы по трудоустройству.
3. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.
4. Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.

**Практические работы.** Составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки; заполнение анкеты. Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии.

**Экскурсия.** Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны знать:**

- отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии;
- учреждения и отделы по трудоустройству;
- местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- правила перехода на другую работу;
- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- соотносить выбранную профессию со своими возможностями;
- заполнять анкету;
- писать заявление, автобиографию;
- составлять заявки на материалы, инструменты;
- писать расписку, докладную записку;
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

### Планируемые результаты освоения учебного предмета «*Основы социальной жизни*»

#### 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;

Реализация программы обеспечивает достижение выпускниками старшей школы следующих предметных и личностных результатов:

**Личностные результаты:**

К личностным результатам освоения АООП в рамках предмета «Основы социальной жизни» относятся:

- 1) осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- 2) самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- 3) умение вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель класс);
- 4) использование принятых ритуалов социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- 5) умение обращаться за помощью и принимать помощь;
- 6) понимание инструкций к учебному заданию в разных видах деятельности;
- 7) сотрудничество со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 8) умение контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- 9) активное участие в деятельности по предложенному плану в общем темпе;
- 10) адекватное использование ритуалов школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из за парты и т. д.)
- 11) умение работать с учебными принадлежностями;
- 12) соблюдение порядка на рабочем месте;
- 13) представления и положительное отношение к аккуратности и опрятности;
- 14) готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе;
- 15) ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- 16) любовь к близким, к своей школе, своему городу, народу, России;
- 17) стремление активно участвовать в делах класса, школы, семьи, города;
- 18) представления о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо», касающиеся жизни в семье и в обществе;
- 19) представления о правилах поведения в общеобразовательной организации, дома, на улице, в населённом пункте, в общественных местах, на природе;
- 20) уважительное отношение к родителям, старшим, доброжелательное отношение к сверстникам и младшим;
- 21) овладение умениями ориентироваться в окружающем мире;

- 22) овладение умениями поведения в быту;
- 23) овладение основными навыками социальной роли обучающегося.

## **Предметные результаты**

### **Раздел курса: Введение**

#### *Минимальный уровень:*

- представление о предмете основы социальной жизни;
- выполнение некоторых видов работ с учебником и тетрадью на печатной основе совместно с учителем;

#### *Достаточный уровень:*

- представления о разделах предмета основы социальной жизни;
- представление о правилах безопасности;
- выполнение заданий из учебника и тетради на печатной основе самостоятельно.

### **Раздел курса: Питание**

#### *Минимальный уровень:*

- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- представление о видах бутербродов;
- представление о напитках (чай);
- представление о продуктах, необходимых для приготовления завтрака;
- знание названий торговых организаций по продаже продуктов питания;
- совершение покупок различных продуктов питания под руководством взрослого;

#### *Достаточный уровень:*

- представления об организации питания семьи и влияние правильного питания на здоровье человека;
- знание режима питания людей;
- представления о разных группах продуктов питания;
- самостоятельное приготовление простых бутербродов;
- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню для завтрака из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных блюд из яиц (яйца отварные);
- самостоятельное заваривание чая;
- совершение покупок продуктов питания ежедневного назначения.

### **Раздел курса: Личная гигиена и здоровье**

#### *Минимальный уровень:*

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

#### *Достаточный уровень:*

- знание и соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.

### **Раздел курса: Одежда и обувь**

#### *Минимальный уровень:*

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание названий торговых организаций по продаже различных видов одежды и обуви, их виды и назначения;
- совершение покупок различных видов одежды и обуви под руководством взрослого;
- представление о магазинах по продаже различных видов одежды;
- представление о видах обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.);

#### *Достаточный уровень:*

- представление о видах одежды и обуви в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), видах тканей;
- представление о головных уборах: виды и назначение;
- представление о роли одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека;
- представление о хранении обуви: способы и правила;
- выполнение практических работ самостоятельно или при предварительной помощи педагога «Уход за обувью: чистка обуви, использование кремов для чистки обуви, виды кремов для чистки обуви; их назначение, сушка обуви;
- знание правил ухода за обувью из различных материалов».

### **Раздел курса: Жилище**

#### *Минимальный уровень:*

- представление о доме;
- представление о домашнем почтовом адресе;
- представление о правилах ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены;
- представление о столовых приборах их назначение и правилах ухода;
- представление о кухонной мебели, ее названия и назначение;
- представление о кухонной посуде: виды, назначение;
- представление о комнатных растениях;

#### *Достаточный уровень:*

- представление о типах жилых помещений в городе;
- представление о видах жилья: собственное и государственное;
- представление об общих коммунальных удобствах в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики);
- представление о планировке жилища: виды жилых комнат (гостиная, спальня, детская комната), виды нежилых помещений (кухня, ванная

комната, санузел, назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений);

- представление о национальных видах кухонной посуды;
- представление о кухонном белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение;
- представление о кухонной посуде: виды, назначение, правила ухода, материалах для изготовления различных видов кухонной утвари и их свойствах;
- представление о деревянном инвентаре и уходе за ним;
- представление о предметах для сервировки стола: назначение, уход;
- представление о видах кухонной посуды в зависимости от функционального назначения и материалах для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства;
- представление о санитарных нормах и правилах содержания и ухода за кухонной утварью;
- представление о видах кухонной мебели и правилах ухода и содержания за мебелью;
- представление о видах комнатных растений, особенностях ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим.

### **Раздел курса: Транспорт**

*Минимальный уровень:*

- представление о городском транспорте;
- знание и соблюдение правил поведения в общественном транспорте;
- представление о проезде из дома в школу;

*Достаточный уровень:*

- представление о видах городского транспорта, оплате проезда на всех видах городского транспорта;
- знание и соблюдение правил поведения в общественном транспорте;
- знание и выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта;
- умение произвести расчет стоимости проезда.

### **Раздел курса: Семья**

*Минимальный уровень:*

- представление о составе семьи;
- представление о фамилии, имени, отчестве ближайших родственников;

*Достаточный уровень:*

- представление о составе семьи и родственных отношениях в семье;
- представление о фамилии, имени, отчестве ближайших родственников, возрасте, дне рождения;
- представление о месте работы членов семьи, должности, профессии.

## *Планируемый результат выпускников 9-х классов:*

### **Социальная компетенция:**

- Соблюдение социальных и этических норм,
- Принятие и выполнение школьных норм поведения и общения,
- Добросовестное выполнение обязанностей и активное участие в общественно полезном труде;
- соблюдение правил здорового образа жизни.

### **Коммуникативная компетенция:**

- Дружеские отношения,
- Готовность к коллективным формам обучения и внеклассной деятельности; способность к эмоциональной привязанности, дружбе.
- Уважительное отношение к взрослым в школе и вне школы.
- Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.

### **Информационная компетентность:**

- способность грамотно выполнять действия с информацией, пользоваться справочной литературой (рецептурный, телефонный справочник), энциклопедиями домашнего хозяйства,
- умение найти необходимую информацию (рецепт блюда, удалить пятно, и др.) используя интернет (разные поисковые системы),
- оплачивать квартплату, газ и другие услуги через платежные системы банкоматов, пополнить баланс на телефон.
- пользоваться журналом мод;
- ориентироваться в расписании транспорта (авиа, ж/д, автовокзалов), расписании работы врачей поликлиники и др.
- заполнять бланки почтового и телеграфного переводов; оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.

### **Образовательная (Предметная) компетентность:**

- способность применять полученные знания на практике,
- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером; определять стиль одежды;
- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
- выводить пятна различными способами и средствами,
- готовить не сложные 1-е, 2-е, 2-е блюда; сервировать праздничный стол;
- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;
- соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе,
- расставлять мебель в квартире; подбирать детали интерьера,
- определять маршрут и выбирать транспортные средств,



- подсчитывать стоимость покупок.
- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности;
- соотносить выбранную профессию со своими возможностями;
- заполнять деловые бумаги.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

#### 9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Список итоговых планируемых результатов с указанием этапов их формирования	Способ оценки итоговых планируемых результатов
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
<b>Раздел 1. Личная гигиена</b>							
1	Личная гигиена и здоровье	1					Рассказывают о способах закаливания. Учатся ухаживать за своим телом. Повторяют правила сохранения зрения, слуха.
2	Гигиенические требования использованию личного белья	1					
3	Уход за волосами	1					
4	Негативное влияние на организм человека вредных веществ	1					
<b>Раздел 2. Охрана здоровья</b>							
1	Виды доврачебной помощи	1					Знакомятся с инфекционными заболеваниями, особенностями ухода за больными, профилактическими средствами
2	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1					
3	Оказание первой помощи	1					
4	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	1					
5	Практическая работа «Экскурсия в	1					

	больницу»						
<b>Раздел 3. Одежда и обувь</b>							
1	Одежда. Уход за одеждой	1					Учатся определять размеры обуви и одежды. Знакомятся со стилями одежды.
2	Обувь. Уход за обувью	1					
3	Предприятия бытового обслуживания	1					
4	Практическая работа «Стирка одежды, уход за обувью»	1					
<b>Раздел 4. Питание</b>							
1	Питание. Организация питания в семье.	1					Знакомятся с правилами определения доброкачественности продуктов. Способами хранения продуктов.
2	Продукты питания. Сроки хранения.	1					
3	Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты	1					
4	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.	1					
5	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Чистка картофеля.	1					
6	Магазины по продаже продуктов питания.						
<b>Раздел 5. Семья</b>							
1	Семья. Состав семьи. Культура межличностных отношений	1					Знакомятся с основными статьями закона о браке и семье, условиями создания семьи.
2	Семейный досуг	1					
3	Экономика домашнего хозяйства	1					

4	Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов	1					
5	Моя будущая профессия. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы	1					
6	Деловые бумаги: автобиография, анкета, заявление	1					
7	Деловые бумаги: объяснительная, расписка	1					
<b>Раздел 6. Жилище</b>							
1	Жилище. Общее представление о доме	1					Проводят сухую и влажную уборку.
2	Домашние животные. Уход за домашними животными	1					
<b>Раздел 7. Транспорт</b>							
1	Транспорт. Виды городского транспорта.	1					Знакомятся с авиатранспортом, правилами перевозки пассажиров.
2	Пригородный транспорт. Покупка билета на пригородный транспорт	1					
<b>Раздел 8. Торговля</b>							
1	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка.	1					Знакомятся с особенностями рыночной торговли.
2	Магазины. Их виды,	1					

	время работы.						
<b>Раздел 9. Средства связи</b>							
<b>1</b>	Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	<b>1</b>					Рассказывают об основных средствах связи. Составляют текст телеграммы.
<b>2</b>	Правила общения в интернете	<b>1</b>					

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

9 КЛАСС. Модуль. Основы социальной жизни

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Список итоговых планируемых результатов с указанием этапов их формирования	Способ оценки итоговых планируемых результатов
		Всего	Контрольные работы	Практич еские работы			
1	Личная гигиена	4					
2	Охрана здоровья	5					
3	Одежда и обувь	4					
4	Питание	6					
5	Семья	7					
6	Жилище	2					
7	Транспорт	2					
8	Торговля	2					
9	Средства связи	2					

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	1	0			
--	----	---	---	--	--	--

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Воронкова В.В. Социально –бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной ) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя. М: ВЛАДОС, 2006г.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

2. Жестовская О.Б. Уроки СБО учебное пособие для 5 классов специальных (коррекционных) учебных заведений.- М.:ВЛАДОС, 2014г.

3. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 6 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

4. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 7 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

5. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 8 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

6. МIRONЮК З.Н., ИВЕРИНА Н.А. Социально-бытовая ориентировка. 9 класс. Рабочая тетрадь для учащихся специальных коррекционных школ. – М.: ВЛАДОС, 2014г.

7. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие для школ VIII вида 5-9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.

8. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 6 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.



9. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 7 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
10. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 8 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
11. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.
12. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие для школ VIII вида 5-9 класс. Коррекционная педагогика. М: ВЛАДОС, 2012г.

