

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №12»  
ГОРОДА ОБНИНСКА

249039, Калужская область, г. Обнинск, ул. Калужская, д. 5  
тел. (48439) 3-92-64, эл. почта [sosh\\_12\\_obn@adm.kaluga.ru](mailto:sosh_12_obn@adm.kaluga.ru) сайт <http://sh12obninsk-40.gosuslugi.ru>

Рассмотрено на заседании ШМО  
учителей общественно-научных  
предметов  
протокол № 1 от 30.08.2022г.  
руководитель ШМО \_\_\_\_/Подягина О.А./  
Принято Методическим советом  
Протокол № 2 от 30.08.2022г.  
председатель МС \_\_\_\_/Облеухова С.А./

Согласовано с заместителем  
директора по УВР  
\_\_\_\_\_/Михайлова О.А./  
«30» августа 2022 года

«Утверждаю»  
Директор школы \_\_\_\_\_  
И.М. Титова  
Приказ № 218-р  
от «30» августа 2022 года

Рабочая программа  
по учебному предмету  
**«Основы социальной жизни»**  
для обучающихся  
по АООП с легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1)  
5 – 9 классы



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

- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Учебного плана МБОУ «СОШ №12»

Основная *цель* предмета «Основы социальной жизни» заключается в практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) 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**

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 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.

## **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение курса «Основы социальной жизни» выделяется:

в 5 классе – 34 часа (17 ч. – очно, 17 ч. – заочно)

в 6 классе – 34 часа (9 ч. – очно, 25 ч. – заочно)

в 7 классе – 68 часов (9 ч. – очно, 59 ч. – заочно)

в 8 классе – 68 часов (17 ч. – очно, 51 ч. – заочно)

в 9 классе - 68 часов (17 ч. – очно, 51 ч. – заочно)

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Изучение «Основ социальной жизни» в 5-9 классах направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

**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).

**Предметные результаты:**

- умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.)
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.
- представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец, водитель и др.; социальные роли – пассажир, покупатель, пешеход и др.
- умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.
- развитие межличностных и групповых отношений.
- представления о правах, обязанностях и др.

<i>Минимальный уровень</i>	<i>Достаточный уровень</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;</li> <li>• приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;</li> <li>• представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;</li> <li>• знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;</li> <li>• знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;</li> <li>• знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;</li> <li>• знание названий торговых организаций, их видов и назначения;</li> <li>• совершение покупок различных товаров</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание способов хранения и переработки продуктов питания;</li> <li>• составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;</li> <li>• самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;</li> <li>• самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;</li> <li>• соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;</li> <li>• соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;</li> <li>• некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);</li> <li>• навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);</li> <li>• пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;</li> <li>• знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;</li> <li>• составление различных видов деловых</li> </ul>

<p>под руководством взрослого;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• первоначальные представления о статьях семейного бюджета;</li> <li>• представления о различных видах средств связи;</li> <li>• знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);</li> <li>• знание названий организаций социальной направленности и их назначения.</li> </ul>	<p>бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.</p>
--	---

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

### **5 класс**

#### **Личная гигиена и здоровье**

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

#### **Жилище**

1. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

2. Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

3. Национальные виды кухонной посуды. История возникновения и развития кухонной утвари.

4. Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.

5. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены.

6. Столовые приборы: назначение, правила ухода.

7. Кухонное белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.

8. Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

9. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.

10. Кухонная мебель: названия, назначение. Кухонная мебель. Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.

#### **Одежда и обувь**

1. Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя,

демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

2. Магазины по продаже различных видов одежды.
3. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.
4. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).
5. Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

### **Питание**

1. Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека.
2. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.
3. Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Булочки. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.
4. Завтрак. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья).
5. Напитки для завтрака. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.
6. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака.
7. Посуда для завтрака. Сервировка стола.
8. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины.
9. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).
10. Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

### **Транспорт**

1. Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.
2. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

### **Семья**

1. Родственные отношения в семье. Состав семьи.
2. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.

### **6 класс**

#### **Личная гигиена**

1. Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).
2. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).
3. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

**Практическая работа.** Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

#### **Одежда**

1. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распорывшегося шва).
2. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.
3. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

**Практические работы.** Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и

домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва, стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

### **Питание**

1. Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности.
2. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов.
3. Сервировка стола к ужину.

**Практические работы.** Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и других продуктов). Оформление готовых блюд.

### **Семья**

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

### **Культура поведения**

1. Поведение общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).
2. Поведение при посещении массовых мероприятий.

### **Жилище**

1. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.
2. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос.
3. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход).
4. Уход за полом. Средства по уходу за полом.

**Практические работы.** Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов. Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

### **Транспорт**

1. Основные транспортные средства.
2. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты).
3. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты.
4. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

**Экскурсия.** Экскурсия на вокзал (станцию).

### **Торговля**

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

**Экскурсия.** Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

### **Средства связи**

1. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).
2. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы).
3. Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах.

**Практические работы.** Написание адреса и индекса на конвертах.

**Экскурсия.** Экскурсия на почту.

### **Медицинская помощь**

1. Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки).

2. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом.

3. Использование различных видов медицинской помощи.

**Экскурсия.** Экскурсия в аптеку.

### **7 класс**

#### **Личная гигиена**

1. Личная гигиена подростка.
2. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.
3. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

#### **Одежда**

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.
2. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.
3. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.
4. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

**Практические работы.** Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

**Экскурсия.** Экскурсия в химчистку.

#### **Питание**

1. Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.

2. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.

3. Сервировка стола к обеду.

**Практическая работа.** Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

#### **Семья**

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

**Практические работы.** Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

#### **Культура поведения**

1. Поведение в гостях.
2. Подарки.

**Практическая работа.** Изготовление несложных сувениров.

#### **Жилище**

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.
2. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.
3. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).



4. Животные в доме (кошка, собака, попугай).

**Практическая работа.** Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

### **Транспорт**

1. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.
2. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

**Экскурсия.** Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

### **Торговля**

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.
2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

**Экскурсия.** Экскурсия в промтоварный магазин.

### **Средства связи**

1. Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

**Практические работы.** Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

**Экскурсия.** На почту.

### **Медицинская помощь**

1. Домашняя аптечка. Термометр.
2. Лекарственные растения.
3. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

**Практические работы.** Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

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

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

### **Экономика домашнего хозяйства**

1. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.
2. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.
3. Мелкие расходы.

**Практические работы.** Упражнения по определению доходов семьи. Составление доверенности на получение зарплаты.

## **8 класс**

### **Личная гигиена**

1. Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).

**Практические работы.** Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесении крема.

### **Одежда**

1. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.
2. Утюжка блузок, рубашек, платьев.
3. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания.

**Практические работы.** Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.

**Экскурсия.** Экскурсия в прачечную.

### **Питание**

1. Приготовление изделий из теста.
2. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод.
3. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.

**Практические работы.** Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнения в составлении меню.

### **Семья**

1. Уход за грудным ребенком (кормление из соски и с ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек).

**Практические работы.** Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы. Мытье детской посуды, игрушек.

### **Культура поведения**

1. Культура общения юноши и девушки.
2. Внешний вид молодых людей.

### **Жилище**

1. Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.
2. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.

**Практические работы.** Мытье кафельных стен, чистка раковин.

### **Транспорт**

1. Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

2. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

**Экскурсия.** Экскурсия на автобусную станцию.

### **Торговля**

1. Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.).
2. Стоимость основных промышленных товаров.

**Практические работы.** Упражнения в подсчете стоимости покупок.

**Экскурсия.** Экскурсия в один из специализированных магазинов.

### **Средства связи**

1. Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени.

2. Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.

## Медицинская помощь

1. Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, отмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).
2. Первая помощь утопающему.
3. Глистные заболевания и меры их предупреждения.

**Практические работы.** Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, отмораживании, утоплении. Упражнения в оказании первой помощи утопающему.

**Экскурсия.** Экскурсия в поликлинику.

## Учреждения и организации и предприятия

1. Департамент, муниципалитет, префектура, полиции. Их назначение.

**Экскурсия.** Экскурсия в одну из организаций по теме.

## Экономика домашнего хозяйства

1. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи.
2. Расходы на питание.
3. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг.
4. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.).

**Практические работы.** Упражнения в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах). Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах), в оказании материальной помощи родственникам.

**Экскурсия.** Экскурсия в ЖЭК, ДЭЗ и т. п.

## 9 класс

### 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.)

### 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.

### 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.

## **Семья**

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

## **Культура поведения**

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

## **Жилище**

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

**Практическая работа.** Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

## **Транспорт**

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

**Экскурсия.** Экскурсия в кассу Аэрофлота.

## **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.

## **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.

## **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.

## **Учреждения, организации, предприятия**

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

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

## **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 сберкассах.

### **Профориентация 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.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **5 класс**

№	Тема	Количество часов		
		всего	очно	заочно
1	Транспорт	5	1	4
2	Жилище	5	1	4
3	Личная гигиена	6	2	4
4	Одежда и обувь	4	1	3
5	Питание	6	2	4
6	Семья	8	2	6
	<b>Итого</b>	34	9	25

### **6 класс**

№	Тема	Количество часов		
		всего	очно	заочно
1	Личная гигиена	4	1	3
2	Жилище. Семья	6	1	5
3	Культура поведения	4	1	3
4	Одежда. Зима	2	1	1
5	Питание	2	1	1
6	Транспорт	4	1	3
7	Торговля	4	1	3
8	Медицинская помощь.	4	1	3
9	Средства связи.	4	1	3
	<b>Итого</b>	34	9	25

## 7 класс

№	Тема	Количество часов		
		всего	очно	заочно
1	Личная гигиена. Одежда. Питание	20	1	19
2	Семья. Жилище	12	1	11
3	Культура поведения	8	1	7
4	Транспорт	4	1	3
5	Торговля	8	1	7
6	Средства связи	4	1	3
7	Медицинская помощь	4	1	3
8	Учреждения, организации, предприятия	4	1	3
9	Экономика домашнего хозяйства	4	1	3
	<b>Итого</b>	68	9	59

## 8 класс

№	Тема	Количество часов		
		всего	очно	заочно
1	Личная гигиена	4	1	3
2	Одежда	4	1	3
3	Питание	8	2	6
4	Семья	4	1	3
5	Культура поведения	4	1	3
6	Жилище	8	2	6
7	Транспорт	4	1	3
8	Торговля	8	2	6
9	Средства связи	4	1	3
10	Медицинская помощь	4	1	3
11	Учреждения, организации, предприятия	8	2	6
12	Экономика домашнего хозяйства	8	2	6
	<b>Итого</b>	68	17	51

## 9 класс

№	Тема	Количество часов		
		всего	очно	заочно
1	Личная гигиена	4	1	3
2	Одежда и обувь	4	1	3
3	Питание	8	2	6
4	Семья	4	1	3
5	Культура поведения	4	1	3
6	Жилище	4	1	3
7	Транспорт	4	1	3
8	Торговля	4	1	3
9	Средства связи	4	1	3
10	Медицинская помощь	4	1	3
11	Учреждения, организации, предприятия	8	2	6
12	Экономика домашнего хозяйства	8	2	6
13	Профорентация и трудоустройство	8	2	6

	<b>Итого</b>	68	17	51
--	--------------	----	----	----

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Книгопечатная продукция

#### Методические пособия для учителя

1. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида». Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013.
2. Т.А. Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» (Москва, Владос, 2015)
3. С.А. Львова «Справочник выпускника» (Москва, Владос, 2009)
4. В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы» (Москва, Владос, 2013).
5. Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.

#### Технические средства

1. Персональный компьютер
2. Мультимедийный проектор
3. Экспозиционный экран

#### Учебные и наглядные пособия

1. Комплект плакатов по ОСЖ
2. Раздаточный материал по темам

## ГРАНИЦЫ ПРИМЕНЕНИЯ ОТМЕТОК

### 1 Оценка устных ответов обучающихся

**Отметка «5»** ставится обучающемуся, если он: обнаруживает понимание материала, может с минимальной помощью учителя сформулировать, обосновать самостоятельно ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

**Отметка «4»** ставится, если обучающийся дает неполный ответ, использует помощь учителя, допускает неточности, ошибки может исправить и исправляет их с помощью педагога.

**Отметка «3»** ставится, если обучающийся излагает материал недостаточно полно и последовательно, при этом обучающийся использует серию наводящих вопросов учителя.

**Отметка «2»** ставится, если обучающийся излагает материал недостаточно полно и последовательно, при этом обучающийся повторяет ответ за педагогом, но и в случае повтора допускает ряд ошибок в речи, не способен самостоятельно применить знания, нуждается в постоянной помощи педагога.

**Тестовые работы по учебным предметам оцениваются следующим образом:** оценивается самостоятельное выполнение всех предложенных заданий, определяется сумма баллов, набранная обучающимися по всем заданиям, и переводится в процентное отношение к максимально возможному количеству баллов, выставяемому за работу:

Максимальный (самый высокий) уровень	75 – 100%	«5»
Повышенный (функциональный) уровень	51 – 75%	«4»
Базовый (средний) уровень	36 – 50%	«3»
Формальный (ниже среднего) уровень	25 -35%	«2»

