Краснодарский край

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №28 имени Сергея Александровича Тунникова посёлка Мостовского муниципального образования

Мостовский район

 УТВЕРЖДЕНО

 решением педагогического совета

 МБОУ СОШ №28 им.С.А.Тунникова

 поселка Мостовского МО

 Мостовский район

 от 31августа 2020 года протокол № 1

 Председатель \_\_\_\_\_\_\_\_Осадчая Р.А.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По предмету **« Основы социальной жизни»**

**5 класс**

Количество часов в год **– 34 ч.**

**6 класс**

Количество часов в год **– 34 ч.**

**7 класс**

Количество часов в год **– 68 ч.**

**8 класс**

Количество часов в год **– 68 ч.**

**9 класс**

Количество часов в год **– 68 ч.**

Учитель: **Корнева Светлана Анатольевна**

 Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599

 Программа разработана на основании Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант1) , одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

**Рабочая программа учебного предмета**

**«Основы социальной жизни»**

Структура рабочей программы:

1). Пояснительная записка.

2). Общая характеристика учебного предмета.

3). Описание места учебного предмета в учебном плане.

4). Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

5). Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета, (Вариант 1).

 6). Содержание учебного предмета.

7). Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

8). Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.

**1.Пояснительная записка**

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, на повышение уровня общего развития обучающихся.

**Актуальность предмета «Основы социальной жизни»**

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для коррекционной школы, а особенно остро она стоит перед учителем основ социальной жизни, который на своих уроках решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит обучающихся к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для курса 5-9 класса разработана в соответствии с требованиями:

 - Федерального Закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г № 2 об утверждении санитарных правил и норм СанПиНи1.2.3.686-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»

**-** ПриказаМинпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (вступает в силу с 1 сентября 2021года);

 - Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014г. № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

 - Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15) Москва «Просвещение» 2021.;

 - Учебного плана МБОУ СОШ № 28 имени Сергея Александровича Тунникова поселка Мостовского муниципального образования Мостовский район.

**Цели и задачи обучения предмету**

Данная рабочая программа учитывает особенности познавательной деятельности детей с ограниченными умственными возможностями. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

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

**Основными задачами** является овладение учащимися 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.
* развитие коммуникативной функции речи.

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

* развитие осознанного восприятие 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.

**2.Общая характеристика учебного предмета**

**Характерные особенности учебного предмета:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;

- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;

- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

     При проведении занятий по основам социальной жизни осуществляется деление классов на подгруппы согласно списку класса (более 10 человек в классе).

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 службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначение 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», «Торговля» 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.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие **методы** урока:

словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;

наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;

практические: карточки, тесты.

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

**3.Описание места учебного предмета**

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество».

 Программа для 5-9 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения учащимися на уроках предмета основы социальной жизни, а также русского языка, чтения, математики, уроках трудового обучения.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование предмета | 5 класс | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
| **Основы социальной жизни** | 1ч. в неделю | 1ч. в неделю | 2ч. в неделю | 2ч. в неделю | 2ч. в неделю |
| 34 ч. в год | 34ч. в год | 68ч. в год | 68ч. в год | 68ч. в год |

**4.Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**по итогам обучения в 5-9 классе**

***Личностными***результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;

осознание своей национальности;

уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;

принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;

определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;

сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;

умение устанавливать личностный смысл;

понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;

умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;

уважительное отношение к чужому мнению.

***Предметными***результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

знание и соблюдение правил личной гигиены;

соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;

соблюдение правил поведения в общественных местах;

соблюдение правил техники безопасности;

соблюдение правил дорожного движения;

знание видов и назначения одежды и обуви;

знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;

знание и соблюдение правил поведения в магазине;

знание назначения посуды и столовых приборов;

умение заваривания чая;

сервировка стола к завтраку.

В результате освоения предмета «Основы социальной жизни»  ***обучающиеся должны:***

**знать:**

последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;

виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;

санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;

различные меню завтрака;

правила поведения за столом;

правила поведения при встрече и расставании;

почтовый адрес своего дома и школы-интерната;

наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;

виды магазинов и их назначение.

**уметь:**

совершать утренний туалет;

подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезоны;

накрывать стол с учетом конкретного меню;

тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;

соблюдать правила дорожного движения;

соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

соблюдать правила поведение в магазине;

оплачивать покупку;

выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

**владеть:**

совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;

соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач;

соблюдать правила поведения в общественных местах;

производить сухую и влажную уборку помещений;

строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;

распределять кухонные принадлежности по назначению;

использовать предметы для сервировки стола к завтраку;

правильно заваривать чай;

пользоваться нагревательными приборами;

правильно сидеть за столом;

пользоваться столовыми приборами, салфеткой;

соблюдать правила поведения в транспорте и на улице (правила посадки, поведения в салоне и при выходе из транспорта);

культурно вести себя с работниками торговли;

соблюдать правила поведения в магазине;

приготавливать бутерброды;

приготавливать вторые блюда из вареных овощей;

различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;

подбирать одежду и головные уборы по сезону, в зависимости от назначения;

сушить и чистить одежду и обувь;

подготавливать одежду и обувь к хранению.

**Предметные результаты**

|  |
| --- |
| ***Минимальный уровень*** |
| **Умеют** | **Знают** |
| **Транспорт** |
| Оплачивать проезд, приобретать билеты | Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения |
| **Личная гигиена и здоровье** |
| Ухаживать за телом, руками и ногами. Выполнять утреннюю гимнастику, принимать водные процедуры | Основные правила ухода за телом, руками и ногами. Основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики |
| **Одежда и обувь** |
| Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых | Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой |
| **Питание** |
| Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки | Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их храненияПриемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп |
| **Жилище** |
| Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем | Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними. Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола. Кухонную мебель, название и назначение |
| **Семья** |
| Выполнять свои обязанности в семье | Близких родственников, свои обязанности в семье |
| **Охрана здоровья** |
| Измерять температуру тела, обрабатывать раны, порезы и ссадины.  | Виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран, порезов и ссадин. Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний  |
| **Средства связи** |
| Отправлять письма различного вида | Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем |

|  |
| --- |
| ***Достаточный уровень*** |
| **Транспорт** |
| Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты | Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов |
| **Личная гигиена и здоровье** |
| Ухаживать за телом, руками и ногами, подбирать косметические средства. Выбирать способы закаливания и выполнять их | Основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования. Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения |
| **Одежда и обувь** |
| Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их  | Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке  |
| **Питание** |
| Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения. Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания | Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения. Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп |
| **Жилище** |
| Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь. Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню | Виды комнатных растений. Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений.Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели.Кухонную и столовую посуду |
| **Семья** |
| Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности | Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье |
| **Охрана здоровья** |
| Обрабатывать раны, порезы и ссадины, применять профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний  | Виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний  |
| **Средства связи** |
| Составлять и отправлять письма различного вида | Основные средства связи, их назначение и особенности использования. Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида |

**Базовые учебные действия** формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**ЛИЧНОСТНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

* осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
* способность к осмыслению социального окружения,

своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

* положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
* самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
* понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
* готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

.

**КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

* вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
* использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
* обращаться за помощью и принимать помощь;
* слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
* сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

**РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

* входить и выходить из учебного помещения со звонком;
* ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
* пользоваться учебной мебелью;
* адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
* работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;
* передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
* принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
* активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
* соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

* выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
* устанавливать видо-родовые отношения предметов;
* делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
* пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
* читать;
* писать;
* выполнять арифметические действия;
* наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое

изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

**5.Содержание программы**

**5 класс**

**(34 часа)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы | Краткое содержание |
| «Введение» | Беседа о цели, содержании и значении предмета СБО. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях |
| «Личная гигиена» | Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Практические работы Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов, Выполнение вечернего туалета, Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причесывание волос Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы Чистка ушей |
| «Одежда и обувь» | Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.) Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви. Практические работы Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви. |
| «Питание» | Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.).значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними.. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды .Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку. Практические работы Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды |
| «Культура поведения» | Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом. |
| «Жилище» | Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы. Практическая работа Заполнение почтового адреса на открытках |
| . «Транспорт» | Наземный городской транспорт. Проезд в школу(маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Экскурсии. Коллективные поездки в транспорте. |
| «Торговля» | Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Экскурсия в продовольственный магазин |

**6 класс**

**(34 часа)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| **Транспорт** | *Пригородный транспорт.* Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание |
| **Личная гигиена и здоровье** | *Гигиена тела.* Уход за телом, кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.*Практическая работа:* Подобрать косметические средства для ухода за кожей лица в соответствии с типом кожи.*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. |
| **Технология ведения дома** | *Значение опрятного вида человека*. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. |
| **Питание** | *Мясо и мясопродукты;* первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.*Яйца, жиры*. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.*Овощи, плоды, ягоды и грибы*. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.*Мука и крупы*. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки. |
| **Жилище** | *Комнатные растения*. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.*Практические работы:* Уход за комнатными растениями : полив, опрыскивание.*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.*Кухонное белье*:полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения. *Кухонная мебель*: названия, назначение. |
| **Семья** |  Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. |
| **Охрана здоровья** | *Виды медицинской помощи*: доврачебная и врачебная. *Виды доврачебной помощи*. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.*Экскурсия* в аптеку. |
| **Средства связи** | *Основные средства связи*: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.*Практическая работа*:Написание адреса и индекса на конвертах.Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.**Экскурсия**на почту, телеграф. |

**7 класс**

**(68 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| **«Личная гигиена»** | Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. |
| **«Одежда и обувь»** | Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.*Практические работы* Ремонт разорванных мест одежды, штопка. |
| **«Питание»** | Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду. |
| **«Семья»** | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми*Практическая работа*Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.Разучивание тихих и подвижных игр.Проведение игр с детьми младшего возраста. |
| **«Культура поведения»** | Поведение в гостях. Подарки.*Практическая работа* Изготовление несложных сувениров. |
| **«Жилище»****«Транспорт»** | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак Животные дома(кошка, собака, попугай).Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы.. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа.*Экскурсия* На железнодорожный вокзал, станцию |
| **«Торговля»** | Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы. Назначение магазинов.Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. |
| **«Средства связи»** | Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков.*Практические работы* Заполнение бланков на отправку бандеролей.Упаковка бандеролей. |
| **«Медицинская помощь»** | Дочмашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах.*Практические работы*Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. |
| **«Учреждения, организации и предприятия»** | Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты местности,Практические работы Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты. |

**8 класс**

**(68 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| **«Личная гигиена»** | Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) |
| **«Питание»** | Приготовления изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. |
| **«Одежда и обувь»** | Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях.Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживание. |
| **«Семья»** | Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложечки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек)**Практическая работа**Упражнения в пеленании куклы |
| **«Экономика домашнего хозяйства»** | 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. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.)*Практические работы*Упражнение 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. |
| **«Культура поведения»** | Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. |
| **«Жилище»** | Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла. |
| **«Транспорт»** | Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретение билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты.Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда |
| **«Торговля»** | Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.**Практические работы**Упражнения в подсчете стоимости покупок. |
| **«Средства связи»** | Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры. |
| **«Медицинская помощь»** | Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. |
| **«Учреждения, организации и предприятия»** | Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение. |

**9 класс**

**(68 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| **«Личная гигиена»** | Здоровый образ жизни – один из условий успеха в жизни человека. (вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух. |
| **«Одежда и обувь»** | Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке. Выведение мелких пятен на одежды в домашних условиях (средства правила выведения) техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.*Практическая работа* Определение размеров одежды и обуви |
| **«Жилище»** | Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.*Практическая работа* Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера. |
| **«Питание»** | Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. |
| **«Семья»** | Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье.*Практическая работа* Упражнение в анализе различных семейных ситуаций |
| **«Культура поведения»** | Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей*Практическая работа* Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. Упражнения в умении планировать свои действия во время приема гостей. |
| **«Транспорт»** | Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.*Практическая работа* Упражнения в умении ориентироваться в расписании |
| **«Торговля»** | Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями Значение ярмарок. Торговля уцененными товарами скупка вещей у населения. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.*Практическая работа .*Экскурсияна рынок Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей.Упражнения в вежливом обращении к продавцу и подсчете стоимости покупки. |
| **«Средства связи»** | Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни*Практическая работа* Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг |
| **«Медицинская помощь»** | Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.*Практическая работа* Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам. |
| **«Учреждения, организации и предприятия»** | Предприятия бытового обслуживания, их назначение.Практическая работа*Практическая работа* Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.Экономика домашнего хозяйстваБюджет. Текущие расходы *Практическая работа* Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства |
| **«Трудоустройство»** | Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.*Практическая работа Экскурсия*в отдел занятости населения Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии. Упражнение в умении обращаться в службу занятости, отделы кадров для устройства на работу. Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки. |

**6.Тематическое планирование**

**5 класс**

**(34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование разделов учебной программы** | **Кол-во часов**  | **Виды учебной деятельности** |
| ***1.Введение*** | **1**  |

|  |  |
| --- | --- |
| Знакомство с кабинетом Основ социальной жизни и его  |   |
| оборудованием. Название учебного предмета, цель, его назначение. |  |
| Инструкции по технике безопасности при нахождении в  |  |
| кабинете. |
|  |

 |
|  Введение о предмете СБЖ |
| 2 **Личная гигиена** | **6**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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.  |

 |
| Правила личной гигиены в течение дня.Предметы и средства личной гигиены |
| Уход за волосами |
| Ваше лицо и прическа |
| Уход за полостью рта |
| Уход за ушами |
| Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз) |
| ***3.Одежда, обувь*** | **5**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды одежды и головных уборов, их назначение.  |  |   |
| Правила ухода за одеждой.  |  |
| Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  Правила подготовки обуви и хранению посезонно |  |
|  |  |
|  |  |

 |   |

 |
| Виды одежды и головных уборов, их назначение |
| Повседневный уход за одеждой и подготовка к ее хранению |
| Виды обуви, их назначение |
| Повседневный уход за обувью |
| Подготовка обуви к хранению |
| ***4. Питание*** | **5**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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.

|  |
| --- |
| Правила сервировки стола с учетом различных  |
|  меню; чайную посуду.  |
| Способы заваривания чая.  |
| Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды  |
| бутербродов.  |
| Значение вторых блюд; использование механических и  |
| электробытовых приборов, для сил и времени при  |
| приготовлении пищи.  |

 |

 |
| Продукты питания и их назначение |  |
| Приготовление бутербродов |
| Приготовление салата или винегрета |
| Заваривание чая |
| Посуда и уход за ней |
| ***5. Я и моя будущая семья*** | **2** | Рассказ о родственных отношениях в семье; о различных членах семьи и степени их родства. |
| Что такое «семья» |  |
| Родственные отношения в семье |
| ***6. Транспорт*** | **4**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. |  |   |
| Стоимость проезда на всех видах городского транспорта |  |
| (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок |  |
|  |  |

 |
| Виды городского транспорта |  |
| Правила ожидания и поведения в общественном транспорте |
| Правила дорожного движения |
| Правила передвижения на велосипеде |
| ***7. Жилище*** | **5**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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. |  |  |
| Гигиенические требования к жилому помещению;  |  |
| правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. |  |
| Гигиенические требования к жилому  |  |
| помещению; инвентарь и виды моющих средств,  |
| используемых при уборке.  |
|  |
|  |
|  |
|  |

 |
| Виды жилых помещений в городе и в деревне |
| Гигиенические требования к жилому помещению |
| Инвентарь и приспособления для уборки |
| Последовательность уборки детской комнаты |
| Правила вытирания пыли и подметания пола |
| ***8. Культура поведения*** | **3** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Правила поведения в зрелищных и культурно- просветительских учреждениях |  |  |
| .  |  |
| Правила поведения за столом; правила этикета  |

 |
| О культуре поведения |
| Красота – родная сестра здоровья |  |
| Правила общения |
| ***9. Торговля*** | **3**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Основные виды магазинов; правила поведения в  | Магазине. |  |

Назначение продуктовых магазинов, их отделов и содержание продукцииПравила покупки в продовольственном магазине. |
| Виды магазинов, их назначение |
| Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара |
| Порядок покупки товара в продовольственном магазине |

**6 класс**

**(34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование разделов учебной программы** | **Кол-во часов**  | **Виды учебной деятельности** |
| ***1.Личная гигиена и здоровье*** | 3 | Просмотр презентацииПрактическая работа «Выполнение утренней зарядки»Анализ своих повседневных действийБеседа о правилах  и приемах выполнения утреннего и вечернего туалета.  Содержание в чистоте и порядке личных вещей  Запись в тетрадьПрактическая работа «Уход за глазами»Заполнение таблицы «Я могу, я сделал»Беседа о вреде курения и алкоголя.Ролевая игра «Отказ от предлагаемых первых сигарет, глотка алкоголя». Просмотр учебного фильма  о наркомании.  |
| Закаливание организма |
| Бережное отношение к зрению |
| Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека. |
| ***2.Технологии ведения дома*** | 6 | Просмотр презентацииРабота в тетрадиСоставление таблицыВыполнение практических работ по пришиванию пуговиц, мелкому ремонту вещей, уборке помещенийБеседы с просмотром плакатовАнкетирование по записям в тетрадиБеседа о правилах использования химических моющих средств. Назвать моющие средства |
| Значение опрятного вида человека. Мелкий ремонт одежды |
| Ручная стирка и утюжка изделий из хлопчатобумажных тканей |
| Гигиенические требования к жилому помещению. |
| Уход за мебелью. |
| Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой, чистящими средствами при уборке квартиры. |
| Сухая и влажная уборка жилого помещения. |
| ***3.Оказание первой медицинской помощи*** | 3 | Рассказ о мерах по предупреждению несчастных случаев в быту; о правилах и приемах оказания первой помощи при несчастном случае. Упражнения в выведении из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении. Работа с памяткой. Моделирование реальных ситуаций. Сюжетная игра - оказание помощи при несчастном случаеИзучить состав аптечки экстренной помощи, проанализировать, аптечки матери и ребёнка. |
| Медицинские учреждения. Функции основных врачей специалистов. |
| Виды медицинских учреждений, их значение.Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). |
| Домашняя аптечка. Назначение и хранение домашней аптечки. |
| ***4.Семья*** | 2 | Рассказ о родственных отношениях в семье; о различных членах семьи и степени их родства.Дидактическая игра: «Что не так». Работа в тетрадях: записать имя, отчество и фамилию членов семьи.Практическая работа «Генеалогическое древо»Работа в тетради: - об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях (родители лично воспитывают детей до совершеннолетия, готовят их к труду и заботятся об их здоровье). |
| Место работы членов семьи, их должности. |
| Права и обязанности каждого члена семьи. |
| ***5.Культура поведения*** | 3 | Рассказ о взаимоотношениях . Работа с иллюстративным материалом (проблемно-диалогическое обучение).Работа в тетради:- нормы поведения  Анализ проблемных ситуаций. |
| Правила поведения в общественных местах. |
| Приёмы обращения с просьбой. Согласие или вежливый отказ. |
| Способы ведения разговора со старшими и сверстниками |
| 6.***Питание*** | 6 | Мини доклады «Мой режим питания»ВидеоурокАнализСоставление памяткиЗанесение данных в тетрадьРабота по презентацииСоставление таблицы данных по хранению пищевых продуктов и готовой продукции.Закрепление правил ТБ в игре «Вопрос – ответ» Просмотр презентации «Безопасные приемы работыПрактическая работа. «Мытье посуды» с применением химических моющих средствЗакрепление правил ТБ в игре «Вопрос – ответ» Просмотр презентации «Безопасные приемы работы». |
| Пища, как биологическая основа жизни. Режим питания, его значение.Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. |
| Хранение пищевых продуктов и готовой продукции.Способы выбора доброкачественных продуктов. |
| Правила ТБ при работе с газовой плитой, горячей жидкостью, режущими инструментами.Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. |
| Приготовление каш |
| Способы приготовления яиц |
| О чае. Заварка чая |
| ***8.Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Транспорт*** | 5 | Работа по словарю: трамвай, троллейбус, автобус, маршрут; сервис, предоставляемый пассажиру авиакомпанией.Ситуационные заданияРабота по презентации «Азбука юного пешехода и велосипедиста»Запись в тетрадь |
| Городской транспорт. Опасные ситуации на транспорте. |
| Маршруты передвижения до школы. |
| Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов). Правила передвижения на велосипеде. |
| Пригородные поезда. Расписание. |
| Экскурсия по селу (Проезжие части). |
| ***9.Средства связи*** | 2 | Основные средства связи, их назначение (телефон, почта, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок их отправления. Письмо и телеграмма, их отличие. Практические работы: «Написание адреса на конверте», «Составление текста телеграммы». Экскурсия на почту. |
| Основные средства связи, их назначение. |
| Почта. Виды почтовых отправлений. |
| ***10. Торговля*** | 3 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Основные виды магазинов; правила поведения  | магазине. |  |

Назначение продуктовых магазинов, их отделов и содержание продукцииПравила покупки в продовольственном магазине. |
| Магазины промышленных товаров. |
| Специализированные магазины. |
| Порядок приобретения товаров и их оплата.Права покупателя. |
| ***11.Повторение*** Викторина | 1 |  |

Тематическое планирование 7-9 классы прилагается к программе.

**6.Описание учебно-методического обеспечения**

1. Социально-бытовая ориентировка. Контрольно-измерительные материалы 5-9 класс. Автор-составитель С.П.Дерябина.-Волгоград: Учитель.

3.О.Б.Жестовская Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 6 класс ОО, реализующих ФГОС ООО с интеллектуальными нарушениями М.: Издательство ВЛАДОС,2018

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО Протокол №1 заседания МО учителей технологии, ИЗО и музыки от 26.08.2020 г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Малахова Н.А. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР МБОУ СОШ № 28 имени С.А.Тунникова\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Красникова Г.А.«27» августа 2020 г.. |