

**Администрация МО ГО «Долинский»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» с. Стародубское
Долинского района Сахалинской области**

Приложение №__

к содержательному разделу адаптированной основной образовательной программы
образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Стародубское
И. Б. Бушаева
Приказ от 30.08.2024г. № 304ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Основы социальной жизни»

(наименование учебного предмета)

основное общее образование (индивидуальное обучение на дому)

(уровень образования)
5-9 класс

Хорик Наталья Владимировна

(Ф.И.О. педагога, составившего рабочую программу)

с. Стародубское

2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме

Основные **задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся по программе коррекционной школы. 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. 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.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Каждый из разделов рабочей программы, 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.

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.

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

При работе с обучающимися, имеющими умственную отсталость, особое внимание обращено на исправление имеющихся у обучающихся специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы:

принцип коррекционной направленности,
воспитывающий и развивающий принципы,
принцип доступности обучения,
принцип систематичности и последовательности,
принцип наглядности в обучении,
принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

Грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий обеспечивает развитие у обучающихся познавательной активности, творческих способностей, школьной мотивации в учебно-воспитательном процессе. 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, пробы.

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

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, обучающиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы.

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 5-9 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения обучающимися во время уроков литературного чтения, русского языка, обществознания, биологии, математики. Занятия по основам социальной жизни тесно связаны с уроками русского языка, чтения, математики, географии, технологии, биологии.

ОПИСАНИЕ МЕСТА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

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

Согласно базисному учебному плану адаптированной основной общеобразовательной программы МБОУ СОШ с. Стародубское для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на изучение предмета «Основы социальной жизни» для обучающихся индивидуально на дому отводится в 5 – 9 классах по **34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели)**.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ 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 педагогического работника;
- 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 педагогического работника 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;
- 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);
- 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 педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей. Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног, приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья.

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.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

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.

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака. Алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

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). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях. Солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание. Кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище.

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). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление. Выгул. Уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности, микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами: стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности

при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая. Корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии, ковры, паласы, светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды и вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), 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. Магазины по продаже различных видов одежды. Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды, правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). 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. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании средств для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара. Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии. 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.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Питание.

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца и 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), сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака, горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные, яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обеда. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина. Холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста.

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении

консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт.

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения.

Образовательные организации. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья.

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст, дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Тематическое планирование

5 класс

№	Наименование разделов	Количество часов по типовой программе	Количество часов по рабочей программе	В том числе на практические занятия	
				практикум	экскурсия
1	Личная гигиена и здоровье	7	3		
2	Охрана здоровья	7	3	1	
3	Жилище	12	5	1	
4	Одежда и обувь	8	4		
5	Питание	15	8	2	
6	Транспорт	5	3		1
7	Средства связи	6	3	1	
8	Предприятия, организации, учреждения	2	1		
9	Семья	6	4	1	

Календарно-тематическое планирование

(индивидуальное обучение на дому)

Класс: 5

Учитель: Хорик Наталья Владимировна

Учебник: Социально-бытовая ориентировка: учебное пособие для 5 класса специальных (коррекционных) учебных заведений, В.П. Субчева, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, М., 2013 г.

Количество часов на 2024-2025 учебный год

Всего часов	34
Часов в неделю	1

Сводная ведомость часов за год

Учебные четверти	Количество часов по рабочей программе
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Год	34

№ п/п	№ урока в разделе	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата	Корректировка
		1. Личная гигиена и здоровье	3		
	1.	Гигиена тела	1		
	2.	Закаливание	1		
	3.	Гигиена здоровья	1		
		2. Охрана здоровья	3		
	1.	Виды медицинской помощи	1		
	2.	Первая помощь	1		
	3.	Виды врачебной помощи на дому	1		
		3. Жилище	5		
	1.	Общее представление о доме	1		
	2.	Домашние животные	1		
	3.	Планировка жилища	1		
	4.	Кухня	1		

	5.	Уход за жилищем	1		
	4. Одежда и обувь		4		
	1.	Уход за одеждой	1		
	2.	Ручная и машинная стирка	1		
	3.	Выбор и покупка одежды	1		
	4.	Обувь	1		
	5. Питание		8		
	1.	Организация питания семьи	1		
	2.	Виды продуктов питания	1		
	3.	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе	1		
	4.	Мясо и мясопродукты	1		
	5.	Яйца и жиры	1		
	6.	Овощи, плоды, ягоды и грибы	1		
	7.	Мука и крупы	1		
	8.	Магазины по продаже продуктов питания	1		
	6. Транспорт		3		
	1.	Виды городского транспорта	1		
	2.	Междугородний автотранспорт	1		
	3.	Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда	1		
	7. Средства связи		3		
	1.	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер	1		
	2.	Почта	1		
	3.	Письмо	1		
	8. Предприятия, организации, учреждения		1		
	1.	Образовательные организации	1		
	9. Семья		4		
	1.	Состав семьи	1		
	2.	Культура межличностных отношений	1		
	3.	Семейный досуг	1		
	4.	Отдых	1		

Тематическое планирование

6 класс

№	Наименование разделов	Количество часов по типовой программе	Количество часов по рабочей программе	В том числе на практические занятия	
				практикум	экскурсия
1	Личная гигиена и здоровье	7	4		
2	Охрана здоровья	7	3	1	
3	Жилище	12	4	1	
4	Одежда и обувь	9	4		
5	Питание	14	8	2	
6	Транспорт	5	2		1
7	Средства связи	6	3	1	
8	Предприятия, организации, учреждения	3	2		
9	Семья	5	4	1	

Календарно-тематическое планирование

(индивидуальное обучение на дому)

Класс: 6

Учитель: Хорик Наталья Владимировна

Учебник: Социально-бытовая ориентировка: учебное пособие для 6 класса специальных (коррекционных) учебных заведений, В.П. Субчева, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, М., 2013 г.

Количество часов на 2024-2025 учебный год

Всего часов	34
Часов в неделю	1

Сводная ведомость часов за год

Учебные четверти	Количество часов по рабочей программе
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Год	34

№ п/п	№ урока в разделе	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата	Корректировка
		10. Личная гигиена и здоровье	4		
	1.	Гигиена тела	1		
	2.	Закаливание	1		
	3.	Гигиена здоровья	1		
	4.	Гигиена зрения	1		
		11. Охрана здоровья	3		
	1.	Виды медицинской помощи	1		
	2.	Первая помощь	1		
	3.	Виды врачебной помощи на дому	1		
		12. Жилище	4		
	1.	Общее представление о доме	1		
	2.	Домашние животные	1		
	3.	Кухня	1		
	4.	Уход за жилищем	1		
		13. Одежда и обувь	4		
	1.	Уход за одеждой	1		
	2.	Ручная и машинная стирка	1		
	3.	Выбор и покупка одежды	1		
	4.	Обувь	1		
		14. Питание	8		
	1.	Организация питания семьи	1		
	2.	Виды продуктов питания	1		
	3.	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе	1		
	4.	Мясо и мясопродукты	1		
	5.	Яйца и жиры	1		
	6.	Овощи, плоды, ягоды и грибы	1		
	7.	Мука и крупы	1		
	8.	Магазины по продаже продуктов питания	1		
		15. Транспорт	2		
	1.	Виды городского транспорта	1		
	2.	Расписание, порядок	1		

		приобретения билетов, стоимость проезда			
16. Средства связи			3		
	1.	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер	1		
	2.	Почта	1		
	3.	Письмо	1		
17. Предприятия, организации, учреждения			2		
	1.	Образовательные организации	1		
	2.	Медицинские организации	1		
18. Семья			4		
	1.	Состав семьи	1		
	2.	Культура межличностных отношений	1		
	3.	Семейный досуг	1		
	4.	Отдых	1		

Тематическое планирование

8 класс

№	Наименование разделов	Количество часов по типовой программе	Количество часов по рабочей программе	В том числе на практические занятия	
				практикум	экскурсия
1	Личная гигиена и здоровье	7	2		
2	Охрана здоровья	7	4	1	
3	Жилище	12	5	1	
4	Одежда и обувь	8	5		
5	Питание	15	10	3	
6	Транспорт	5	2		
7	Средства связи	6	2	1	1
8	Предприятия, организации, учреждения	2	1		
9	Семья	6	3		

Календарно-тематическое планирование

(индивидуальное обучение на дому)

Класс: 8

Учитель: Хорик Наталья Владимировна

Учебник: Социально-бытовая ориентировка: учебное пособие для 8 класса специальных (коррекционных) учебных заведений, В.П. Субчева, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, М., 2013 г.

Количество часов на 2024-2025 учебный год

Всего часов	34
Часов в неделю	1

Сводная ведомость часов за год

Учебные четверти	Количество часов по рабочей программе
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Год	34

№ п/п	№ урока в разделе	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата	Корректировка
		1. Личная гигиена и здоровье	2		
	1.	Гигиена тела	1		
	2.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ.	1		
		2. Охрана здоровья	4		
	1.	Виды медицинской помощи	1		
	2.	Виды доврачебной помощи	1		
	3.	Уход за больным на дому	1		
	4.	Виды врачебной помощи на	1		

		дому			
3. Жилище			5		
	1.	Типы жилых помещений в городе и сельской местности	1		
	2.	Виды жилых комнат	1		
	3.	Правила техники безопасности при пользовании электронагревательными приборами	1		
	4.	Санузел и ванная комната	1		
	5.	Сезонная уборка жилых помещений	1		
4. Одежда и обувь			5		
	1.	Особенности разных видов одежды	1		
	2.	Продление срока службы одежды	1		
	3.	Выбор и покупка одежды	1		
	4.	Обувь	1		
	5.	Обувь и здоровье человека	1		
5. Питание			10		
	1.	Режим питания	1		
	2.	Приготовление пищи	1		
	3.	Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение	1		
	4.	Завтрак	1		
	5.	Приготовление некоторых блюд для завтрака	1		
	6.	Обед	1		
	7.	Составление меню для обеда	1		
	8.	Ужин	1		
	9.	Приготовление несложных салатов и холодных закусок	1		
	10.	Изделия из теста	1		
6. Транспорт			2		
	1.	Правила поведения в городском транспорте	1		
	2.	Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда	1		
7. Средства связи			2		
	1.	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер	1		
	2.	Работа почтового отделения связи «Почта России»	1		

8. Предприятия, организации, учреждения			1		
1.	Образовательные организации		1		
9. Семья			3		
1.	Взаимоотношения между родственниками		1		
2.	Распределение обязанностей в семье		1		
3.	Экономика домашнего хозяйства		1		

Тематическое планирование

9 класс

№	Наименование разделов	Количество часов по типовой программе	Количество часов по рабочей программе	В том числе на практические занятия	
				практикум	экскурсия
1	Личная гигиена и здоровье	7	3		
2	Охрана здоровья	7	4	1	
3	Жилище	12	4	1	
4	Одежда и обувь	8	4		
5	Питание	15	8	2	
6	Транспорт	5	3		1
7	Средства связи	6	2		1
8	Предприятия, организации, учреждения	2	2		
9	Семья	6	4	1	

Календарно-тематическое планирование

(индивидуальное обучение на дому)

Класс: 9

Учитель: Хорик Наталья Владимировна

Учебник: Социально-бытовая ориентировка: учебное пособие для 9 класса специальных (коррекционных) учебных заведений, В.П. Субчева, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, М., 2013 г.

Количество часов на 2024-2025 учебный год

Всего часов	34
Часов в неделю	1

Сводная ведомость часов за год

Учебные четверти	Количество часов по рабочей программе
1 четверть	
2 четверть	
3 четверть	
4 четверть	
Год	34

№ п/п	№ урока в разделе	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата	Корректировка
1. Личная гигиена и здоровье			3		
	1.	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека	1		
	2.	Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений.	1		
	3.	Вредные привычки и способы предотвращения их появления.	1		
2. Охрана здоровья			4		
	1.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная	1		
	2.	Профилактические средства	1		

		для предупреждения вирусных и простудных заболеваний			
	3.	Самолечение и его негативные последствия	1		
	4.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	1		
3. Жилище			4		
	1.	Виды жилья: собственное и государственное	1		
	2.	Содержание животных в городской квартире	1		
	3.	Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами	1		
	4.	Уход за жилищем	1		
4. Одежда и обувь			4		
	1.	Уход за одеждой	1		
	2.	Ручная и машинная стирка	1		
	3.	Выбор и покупка одежды	1		
	4.	Обувь	1		
5. Питание			8		
	1.	Организация питания семьи	1		
	2.	Виды продуктов питания	1		
	3.	Расчет стоимости товаров на вес и разлив	1		
	4.	Виды продовольственных рынков	1		
	5.	Приготовление некоторых блюд для завтрака	1		
	6.	Супы. Виды и способы приготовления	1		
	7.	Сервирование стола для обеда	1		
	8.	Домашние заготовки	1		
6. Транспорт			3		
	1.	Правила поведения в городском транспорте	1		
	2.	Междугородний автотранспорт	1		
	3.	Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда	1		
7. Средства связи			2		
	1.	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер	1		

	2.	Интернет-связь. Электронная почта	1		
	8.	Предприятия, организации, учреждения	2		
	1.	Образовательные организации	1		
	2.	Муниципальные власти	1		
	9.	Семья	4		
	1.	Помощь старших младшим: домашние обязанности	1		
	2.	Культура межличностных отношений (культура поведения влюбленных)	1		
	3.	Семейный досуг. Правильная, рациональная организация досуга	1		
	4.	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи	1		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для изучения предмета «Основы социальной жизни» используются следующие учебно-наглядные пособия и оборудование:

- учебник для 5 класса Социально-бытовая ориентировка В. П. Субчева;
- учебник для 8 класса Социально-бытовая ориентировка В. П. Субчева;
- учебное пособие для 9 класса специальных (коррекционных) учебных заведений, В.П. Субчева,
- методическое пособие Социально-бытовая ориентировка В. П. Субчева 5-9 классы;
- демонстрационные таблицы, плакаты по теме «Питание», «Сервировка стола», «Одежда»;
- технологические карты приготовления блюд;
- наборы картинок по темам: «Питание», «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Культура поведения», «Жилище», «Транспорт», «Торговля».