

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Тюменской области
Тюменский муниципальный округ
МАОУ Каскаринская СОШ

РАССМОТРЕНО:
на заседании ШМО
учителей гуманитарного цикла

Бушманова Т.В.
№ протокола 1
«29» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора

В.Х.Альмукова
«29» августа 2026г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

Лукина В.А.
Приказа № 600
«31» августа 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптированной основной общеобразовательной программе
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

Предмет	ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ
Учебный год	2026-2027
Класс	8в
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Учитель: Наталья Дмитриевна Снигирева

с. Каскара, 2026 год

Настоящая рабочая программа по основам социальной жизни для 8в класса средней общеобразовательной школы составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступивший в силу с 13.07 2021);
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г., регистрационный № 35847);
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования», зарегистрированного в Минюсте России 22.02.2024 г. № 77330;
5. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2016 №159 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г, регистрационный № 35850), вступил в силу с 1 сентября 2016 г.;
6. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 июля 2024 г. № 495 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ" (Зарегистрирован в Минюсте России 15 августа 2024 г., регистрационный № 79163);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных образовательных программ НОО, ООО и СОО» (зарегистрирован от 11.02.2025 года);
9. Учебного плана МАОУ Каскариной СОШ, утвержденного на педсовете, протокол №12 от 27.06.2026 г., приказом № 432 от 29.06.2026 г. и согласованного Управляющим Советом школы 29.06.2026 г. (протокол № 10);
10. Положения о рабочих программах учителей по образовательным программам, утвержденного на педсовете, протокол №1 от 29.08.2025г., приказом №637 от 29.08.2025г. и согласованного Управляющим Советом МАОУ Каскариной СОШ 29.08.2025 г. (протокол №10)

Пояснительная записка

Коррекционные занятия по предмету «Основы социальной жизни» направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития обучающихся.

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;

- коррекция личностного развития ребёнка и подготовка его к самостоятельной жизни.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Программа рассчитана на обучающихся с пятого по девятый классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт обучающихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Общая характеристика предмета

Настоящая адаптированная рабочая программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

Занятия по предмету «Основы социальной жизни» целесообразно проводить группами из 4—5 человек. Это позволит каждому ученику, независимо от его интеллектуальных и

физических возможностей, овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания. Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для обучающихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. Проводить занятия по СБО в V- IX классах целесообразно на сдвоенных уроках. Обучающиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.п., изложенные доступным языком четко и лаконично. Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных случаях обучаемым можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателем или дома (например, место работы родителей, их должность и т.д.)

Место курса в базовом учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» изучается в 7 и 8 из расчета 2 часа в неделю. Итого: 68 часов в год.

РАЗДЕЛ I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП

Личностными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;
- уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 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;
- уважительное отношение к чужому мнению;
- 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;
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

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.

Минимальный уровень:

представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

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

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Программа формирования базовых учебных действий

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: Осознанно выполнять обязанности ученика, члена школьного коллектива, пользоваться соответствующими правами; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; осознанно относиться к выбору профессии; понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения, аргументировать свою позицию; дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый-незнакомый и т.п.); использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач.

Регулятивные учебные действия: осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия: дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

РАЗДЕЛ II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ КУРСА

Личная гигиена и здоровье

Здоровый образ жизни — требование современного общества.

Значение здоровья в жизни и деятельности человека. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.

Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).

Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека, последующие поколения.

Здоровье и красота. Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены для девушек (виды, правила пользования).

Гигиенические правила для юношей.

Охрана здоровья

Виды медицинских учреждений: поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.

Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.

Жилище

Общее представление о доме. Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.

Планировка жилища. Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.

Кухня. Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены. Столовые приборы: назначение, правила ухода. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.

Национальные виды кухонной посуды.

История возникновения и развития кухонной утвари.

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

Кухонная мебель. Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.

Ванная комната. 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. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режимы стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты, характеристика машины, цены).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в зависимости от ее назначения. Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.). Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат.

Магазины по продаже различных видов мебели. Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления, соотношения цены и качества).

Интерьер. Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность. Рациональная расстановка мебели в помещении в зависимости от функционального назначения комнаты, площади, наличия мебели. Композиция интерьера: расположение и соотношение составных частей интерьера: мебели, светильников, бытового оборудования, функциональных зон. Соблюдение требований к подбору занавесей, светильников и других деталей декора.

Уход за жилищем. Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.

Ремонтные работы в доме. Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Виды обоев: бумажные, флизелиновые; виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида; самостоятельное изготовление клейстера. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения. Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения и т. д.). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев. Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.

Одежда и обувь

Одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.

Уход за одеждой. Виды 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. Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром. Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой. Уход за шерстяными и трикотажными изделиями. Уход за верхней одеждой из водоотталкивающей ткани, кожи, мехового велюра (дубленки), меха (искусственного и натурального). Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант. Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант. Ателье индивидуального пошива одежды.

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

индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.

Стиль одежды. Определение собственного размера одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры); раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех. Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды). Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни и т.д.

История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.

Национальная одежда.

Обувь. Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером. Соотношение размеров обуви в стандартах разных стран. Факторы, влияющие на выбор обуви: удобство (практичность) и эстетичность. Правила подбора обуви к одежде. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

Национальная обувь.

Уход за обувью. Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.

Ремонт обуви в специализированных мастерских.

История появления обуви. Обувь в разные исторические времена.

Питание

Организация питания семьи. Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.

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.

Завтрак. Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канapé. Приготовление бутербродов.

Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.

Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц.

Напитки для завтрака.

Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.

Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.

Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.

Мясные блюда (виды, способы приготовления). Приготовление котлет из готового фарша. Жарка мяса.

Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная.

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.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. 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 и др. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление оладий и блинов изделий из недрожевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование продуктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Виды питания. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.

Праздничный стол. Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.

Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.

Этикет праздничного застолья.

Блюда национальной кухни.

Транспорт

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

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

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты.

Междугородный автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда.

Средства связи

Почта. Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь). Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта и ее преимущества. Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость отправления денежного перевода.

Предприятия, организации, учреждения

Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

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

Организации. Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.

Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу. Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства. Государственная служба занятости населения: назначение, функции. Правила постановки на учет.

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

Семья

Семейный досуг. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

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

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

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. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.

Будущая семья. Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.

Ответственность родителей за будущее ребенка. Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством. Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Беременность, роды. Семейный уклад с появлением новорожденного в семье, распределение обязанностей. Грудной ребенок в семье: уход, питание новорожденного, детский гардероб, необходимое оборудование и приспособления. Развитие ребенка раннего возраста.

РАЗДЕЛ III. УЧЕБНО ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН С УЧЕТОМ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО КОМПОНЕНТА

7 класс

№	Раздел	Воспитательный элемент
1	<i>Личная гигиена – 5 часов</i>	День знаний. Урок науки и технологий.
2	<i>Экономика домашнего хозяйства – 4 часа</i>	День солидарности в борьбе с терроризмом. Международный день распространения грамотности.
3	<i>Одежда и обувь – 10 часов</i>	Неделя безопасности. Международный день мира. День гражданской обороны. Год науки и технологий

4	<i>Питание – 11 часов</i>	Экология и энергосбережение. #ВместеЯрче. Безопасное поведение в сети Интернет 125 лет со дня рождения С.А.Есенина. «День толерантности» Пожарная и электр- безопасность. День народного единства
5	<i>Я и моя будущая семья – 3 часа</i>	Экология и энергосбережение. #ВместеЯрче. Безопасное поведение в сети Интернет 125 лет со дня рождения С.А.Есенина. «День толерантности» Пожарная и электр- безопасность. День народного единства
6	<i>Культура поведения – 6 часов</i>	День памяти политических репрессий. День охраны труда. День земли.
7	<i>Жилище – 10 часов</i>	Всемирный день борьбы со СПИДом День Неизвестного солдата. Международный день инвалидов
8	<i>Транспорт - 6 часов</i>	Международный день добровольца День Героев Отечества. День Конституции РФ.
9	<i>Торговля – 4 часа</i>	День памяти вывод войск из Афганистана. Международный день родного языка
10	<i>Средства связи – 3 часа</i>	День защитника Отечества. Всемирный день гражданской обороны.
11	<i>Медицинская помощь – 5 часов</i>	Всемирный день здоровья. День космонавтики. Международный день культуры. 570 лет со дня рождения Леонардо да Винчи.

8 класс

№	Раздел	Воспитательный элемент
1	<i>Личная гигиена и здоровье – 4 часов</i>	День знаний. Урок науки и технологий.
2	<i>Питание - 10 часов</i>	День солидарности в борьбе с терроризмом. Международный день распространения грамотности.
3	<i>Жилище - 4 часа</i>	Неделя безопасности. Международный день мира. День гражданской обороны Год науки и технологии
4	<i>Одежда и обувь - 6 часов</i>	Экология и энергосбережение. #ВместеЯрче. Безопасное поведение в сети Интернет 125 лет со дня рождения С.А.Есенина. «День толерантности» Пожарная и электр- безопасность. День народного единства
5	<i>Семья – 8 часов</i>	День памяти политических репрессий. День охраны труда. День земли.
6	<i>Культура поведения – 4 часа</i>	Всемирный день борьбы со СПИДом День Неизвестного солдата. Международный день инвалидов
7	<i>Охрана здоровья – 6 часов</i>	Международный день добровольца

		День Героев Отечества. День Конституции РФ.
8	<i>Экономика домашнего хозяйства – 10 часов</i>	День заповедников и национальных парков. День российской печати Неделя науки и технологии День детских изобретений Освобождение Варшавы. День памяти жертв Холокоста.
9	<i>Средства связи (6 часов).</i>	Освобождение Ленинграда от фашистской блокады. День российской науки. 170 лет назад состоялось открытие музея Эрмитаж в Петербурге (1852).
10	<i>Торговля (4 часа).</i>	День памяти вывод войск из Афганистана. Международный день родного языка
11	<i>Транспорт (4 часа).</i>	День защитника Отечества. Всемирный день гражданской обороны.
12	<i>Учреждения и организации (2 часа).</i>	День Победы Всемирный день культурного разнообразия во имя диалога и развития

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальной недостаточностью) планируемых результатов освоения АООП

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности обучающихся положены объективность и единый подход.

При 5-балльной системе для всех установлены следующие обще дидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей обучающихся, необходимо учитывать:

правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий,

правильность выполнения практических работ;

самостоятельность ответа;

умение переносить полученные знания на практику;

степень сформированности интеллектуальных, обще учебных, специфических умений.

Оценка «5»при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

Отметка «4»при выполнении от 60 до 90% заданий – ответ полный, правильный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

Отметка «3»если верно выполнено от 40 до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

Отметка «2»– ответ неправильный, основное содержание не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

Выставление отметки за четверть выставляется как среднеарифметическое отметок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

Годовая отметка выставляется, как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики индивидуальных учебных достижений обучающихся на конец года.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА

7 класс (68 часов, 2 часа в неделю)

№ урока	Тема	Количество часов
<i>Личная гигиена – 5 часов</i>		
1	Личная гигиена подростка.	1
2	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1
3	Уход за кожей лица.	1
4	Уход за волосами.	1
5	Повторение. Личная гигиена	1
<i>Экономика домашнего хозяйства – 4 часа</i>		

6	Назначение и значение денег в нашей жизни.	1
7	Бюджет семьи. Источники дохода семьи: заработная плата её членов, пенсия.	1
8	Мелкие расходы.	1
9	Повторение. Экономика домашнего хозяйства	1
Одежда и обувь – 10 часов		
10	Как продлить срок службы одежды?	1
11	Виды штопки.	1
12	Наложение заплат.	1
13	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.	1
14	Стирка изделий из шелка вручную.	1
15	Правила и приемы глажения белья.	1
16	Утюжка брюк.	1
17	Глажение спортивной одежды.	1
18	Виды услуг прачечной. Правила пользования прачечной.	1
19	Повторение. Одежда и обувь	1
Питание – 11 часов		
20	О рациональном питании	1
21	Виды питания.	1
22	Пищевая ценность продуктов	1
23	Значение первых и вторых блюд.	1
24	Супы	1
25	Санитарно – гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд Правила безопасной работы при приготовлении пищи	1
26	Сладкие блюда	1
27	Использование механических приборов при приготовлении пищи.	1
28	Использование электрических приборов при приготовлении пищи.	1
29	Практическая работа: «Сервировка стола к обеду»	1
30	Повторение. Питание	1
Я и моя будущая семья – 3 часа		
31	Сюжетно – ролевая игра «Семья за обедом»	1
32	Практическая работа «Играем вместе с малышом на улице и дома»	1
33	Повторение. Я и моя будущая семья	1
Культура поведения – 6 часов		
34	Умение приглашать гостей. Гости в доме	1
35	В вашем доме поселились гости	1
36	Вы собираетесь в гости.	1
37	Искусство делать подарки.	1
38	Цветы в подарок	1
39	Повторение. Культура поведения	1
Жилище – 10 часов		
40	Уборка квартиры.	1
41	Практическая работа «Уход за полом»	1
42	Практическая работа «Уход за мебелью»	1
43	Санитарная обработка квартиры в случае	1

	необходимости.	
44	Практикум «Подготовка квартиры к зиме»	1
45	Практическая работа «Чистка и мытье оконных стекол и зеркал»	1
46	Уборка квартиры с использованием пылесоса	1
47	О технике безопасности и мерах предосторожности при уборке квартиры	1
48	Правила заготовки топлива и топки печей	1
49	Повторение. Жилище	1
Транспорт - 6 часов		
50	Междугородный железнодорожный транспорт	1
51	Железнодорожный вокзал	1
52	Приобретение билетов. Виды вагонов. Камеры хранения	1
53	Сюжетно-ролевая игра «Покупка ж/д билетов»	1
54	Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов. Виды вагонов. Камеры хранения	1
55	Повторение. Транспорт	1
Торговля – 4 часа		
56	Универмаги и супермаркеты	1
57	Распродажа товаров по сниженным ценам. Магазины «Second hand»	1
58	Сюжетно-ролевая игра «В магазине»	1
59	Повторение. Торговля	1
Средства связи – 3 часа		
60	Почта. Посылки и бандероли.	1
61	Сюжетно-ролевая игра «Отправка бандероли»	1
62	Экскурсия на почту	1
Медицинская помощь – 5 часов		
63	Первая помощь при порезах, ссадинах, ушибах. Практическая работа «Наложение повязок»	1
64	Первая помощь при вывихах и переломах костей	
65	Доврачебная помощь при ранениях	1
66	Как измерить температуру тела. Практическая работа «Измерение температуры тела»	1
67	Лекарственные растения. Отвары, настои, настойки, чай.	1
68	Итоговое повторение	1

8 класс (68 часов 2 часа в неделю)

№ урока	Тема	Количество часов
Личная гигиена и здоровье – 4 часов		
1	Значение косметики для девушек и юношей.	1
2	Правила ухода за кожей с помощью косметических средств.	1
3	Косметические дезинфицирующие средства (профилактика появления прыщей).	1
4	Значение здоровья и способы его сбережения	1

Питание - 10 часов		
5	Виды теста	1
6	Дрожжевое тесто	1
7	Песочное тесто	1
8	Блины	1
9	Приготовление изделий из теста	1
10	Консервирование овощей и фруктов	1
11	Стерилизация	1
12	Правила переборки	1
13	Запись рецептов	1
14	Составление меню на день	1
Жилище - 4 часа		
15	Уборка кухни сан узла и ванной	1
16	Моющие средства в быту	1
17	Цветоводство и садоводство	1
18	Цветковые растения в быту	1
Одежда и обувь - 6 часов		
19	Ручная стирка и сушка изделий из шерстяных тканей.	1
20	Ручная стирка и сушка изделий из синтетических тканей.	1
21	Правила пользования утюгом	1
22	Глажение фасонного белья	1
23	Глажение рубашек и футболок	1
24	Символы на ярлыках	1
Семья – 8 часов		
25	Уход за грудным ребенком	1
26	Кормление	1
27	Купание	1
28	Гигиена новорожденного	1
29	Одевание, пеленание	1
30	Виды семейного досуга	1
31	Правильная организация досуга	1
32	Любимые занятия в свободное время	1
Культура поведения – 4 часа		
33	Культура общения юношей и девушке	1
34	Знакомство, дружба	1
35	Внешний вид молодых людей	1
36	Правила общения и этикета	1
Охрана здоровья – 6 часов		
37	ПМП при несчастном случае	1
38	Обморожение, отравление, солнечные удары	1
39	ПМП утопающему	1
40	Помощь на льду	1
41	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	1
42	Укрепление здоровья	1
Экономика домашнего хозяйства – 10 часов		
43	Основные статьи расходов	1
44	Правила учета расходов	1
45	Сбережения	1
46	Виды хранения сбережений	1
47	Содержание жилища	1
48	Расчет стоимости израсходованной электроэнергии	1

49	Расходы на питание	1
50	Крупные покупки	1
51	Планирование расходов на месяц	1
52	Обязательные расходы	1
<i>Средства связи (6 часов).</i>		
53	Виды телефонной связи.	1
54	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	1
55	Культура разговора по телефону.	1
56	Номера телефонов экстренной службы.	1
57	Правила оплаты телефонной связи.	1
58	Сотовые компании, тарифы.	1
<i>Торговля (4 часа).</i>		
59	Специализированные магазины.	1
60	Правила возврата или обмена купленного товара.	1
61	Ассортимент товаров, выбор покупки.	1
62	Расчет стоимости.	1
<i>Транспорт (4 часа).</i>		
63	Междугородний автотранспорт.	1
64	Маршруты. Расписание.	1
65	Стоимость проезда.	1
66	Порядок приобретения билетов.	1
<i>Учреждения и организации (2 часа).</i>		
67	Департамент, муниципалитет.	1
68	Их назначение.	1

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Описание материально-технического и учебно - методического обеспечения образовательного процесса

Основной список литературы

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.

2. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.

Дополнительный список литературы

1. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 год.

2. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для

учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/. - М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год – 247 с.

3. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994 год.

4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 год – 92 с.

5. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год.

6. Мусская И.А. Домоводство, - Ижевск: ДОК, Урал-БИ-СИ, 1991 год.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

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

Материально-техническое и информационное оснащение образовательного процесса обеспечивает возможность:

- создания и использования информации;
- физического развития;
- планирования учебной деятельности, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов (выступлений, защиты проектов, творческих работ);
- размещения материалов и работ в информационной среде организации;
- организации отдыха и питания.
- Пространство, в котором осуществляется обучение обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), соответствует общим требованиям, предъявляемым к организациям, в области:
 - соблюдения санитарно-гигиенических норм организации образовательной деятельности;
 - обеспечения санитарно-бытовых и социально-бытовых условий;
 - соблюдения пожарной и электробезопасности;
 - соблюдения требований охраны труда.

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

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

Технические средства обучения

1. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.
2. Карточки с заданиями, перфокарты.
3. Раздаточный материал.
4. Дидактический материал.
5. Презентации.
6. Оборудование кабинета.

Компьютерные технологии

1. Компьютер.
2. Мультимедийный проектор.