

Приложение №7
к адаптированной основной общеобразовательной
программы образования обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
утвержденной приказом МАОУ СШ №3
от 27.08.2018 № №212
в редакции приказа от 27.08.2019 №225

**Рабочая программа
по учебному предмету
«Основы социальной жизни» (8.1)
5-9 класс**



**КОПИЯ
ВЕРНА**

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15), приказом МАОУ СШ №3 «Об утверждении адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 27.08.2018 № 212.

Рабочая программа предусматривает обучению предмету «Основы социальной жизни»:

- 5 класс - 1 час в неделю, итого в год-35 часов
- 6 класс - 1 час в неделю, итого в год-35 часов,
- 7 класс - 2 часа в неделю, в год 70 часов
- 8 класс - 2 часа в неделю, в год 70 часов,
- 9 класс - 2 часа в неделю, в год 68 часов,

Общее число учебных часов за период обучения с 5 по 9 класс составляет 268 часов.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Минимальный уровень:

различение отдельных видов продуктов, относящихся к разным группам по их основным характеристикам;

самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов, вторых блюд);

соблюдение санитарно-гигиенических требований к процессу приготовления пищи и требований техники безопасности при приготовлении пищи;

выполнение (под руководством учителя) мелкого ремонта и обновление одежды;

решение типовых практических задач (под руководством педагога) посредством обращения в торговые предприятия и предприятия бытового обслуживания;

самостоятельное совершение покупок товаров повседневного спроса и знание способов определения правильности отпуска товаров;

пользование различными средствами связи, включая Интернет-средства;

знание и соблюдение санитарно-гигиенических правил для девушек и юношей;

знание основных мер по предупреждению инфекционных заболеваний;

знание основных правил ухода за больным;

коллективное планирование семейного бюджета;

заполнение различных деловых бумаг (с опорой на образец), необходимых для дальнейшего трудоустройства;

соблюдение морально-этических норм и правил современного общества;

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;
составление ежедневного и праздничного меню из предложенных продуктов питания;

составление сметы расходов на продукты питания в соответствии с меню;
самостоятельное приготовление известных блюд (холодных и горячих закусок, первых и вторых блюд);

выбор необходимого товара из ряда предложенных в соответствии с его потребительскими характеристиками;

навыки обращения в различные учреждения и организации; ведение конструктивного диалога с работниками учреждений и организаций медицинской помощи, государственных учреждений и учреждений по трудоустройству для решения практически значимых задач;

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

самостоятельное заполнение документов, необходимых для приема на работу

Достаточный уровень:

культурно вести себя в театре, кино, музее, библиотеке, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками. культурно вести себя в театре, кино, музее, библиотеке, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, чистить мебель, соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами. производить сухую и влажную уборку помещения, соблюдать правила безопасной работы с химическими средствами

выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных автобусов. выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу,

выбирать нужный товар, выяснить срок гарантии, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение гарантийного срока. выбирать нужный товар, выяснить срок гарантии, оплатить, хранить чек в течение гарантийного срока.

находить индекс почтового индекса по телефонному справочнику, записать адрес на конверте, составить текст телеграммы, заполнить телеграммный бланк, подсчитать стоимость. записать адрес на конверте, составить текст телеграммы,

записаться на прием к врачу, вызвать врача на дом, приобрести лекарства в аптеке. вызвать врача на дом.

обращаться к работникам ДК, правильно вести себя в детских учреждениях, соблюдать правила поведения в общественных местах обращаться к работникам ДК, правильно вести себя в детских учреждениях, соблюдать правила поведения в общественных местах.

Минимальный уровень:

культурно вести себя в театре, кино, музее, библиотеке, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

производить сухую и влажную уборку помещения, соблюдать правила безопасной работы с химическими средствами

выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу,

выбирать нужный товар, выяснить срок гарантии, оплатить, хранить чек в течение гарантийного срока.

записать адрес на конверте, составить текст телеграммы,

вызвать врача на дом.

обращаться к работникам ДК, правильно вести себя в детских учреждениях, соблюдать правила поведения в общественных местах.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

1.Личная гигиена и здоровье. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. 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. Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены

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

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

4.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. 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.

5.Питание. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, навес 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.

Завтрак. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канаше. 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.

6.Транспорт Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты.

7.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). Особенности, значение в современной жизни.

8.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.

Тематическое планирование по учебному предмету
«Основы социальной жизни»

№п/п	Название раздела /темы	Кол-во часов
5 класс		
1	Личная гигиена и здоровье	3
2	Одежда и обувь	3
3	Питание	3
4	Культура поведения	4
5	Жилище	4
6	Транспорт	4
7	Торговля	3
8	Семья	4
9	Средства связи.	3
10	Охрана здоровья	4
	Итого:	35
6 класс		
1	Личная гигиена и здоровье	3
2	Одежда и обувь	3
3	Питание	4
4	Культура поведения	4
5	Жилище	4
6	Транспорт	3
7	Торговля	4
8	Семья	3
9	Средства связи	3
10	Охрана здоровья	4
	Итого:	35
7 класс		
1	Личная гигиена	2 час.
2	Одежда и обувь	8час.

3	Жилище	10 час.
4	Питание	12 час.
5	Семья	4 час.
6	Культура поведения	3 час.
7	Транспорт	6 час.
8	Средства связи	4 час.
9	Медицинская помощь	6 час.
10	Торговля	9 час.
11	Экономика домашнего хозяйства	4 час.
12	Учреждения, организации, предприятия	2 час.
	Итого:	70 часов..
8 класс		
1	Личная гигиена	4 час.
2	Одежда и обувь	7 час.
3	Жилище	6 час.
4	Питание	14 час.
5	Семья	6 час.
6	Культура поведения	5 час.
7	Транспорт	4 час.
8	Средства связи	4 час.
9	Медицинская помощь	6 час.
10	Торговля	5 час.
11	Экономика домашнего хозяйства	6 час.
12	Учреждения, организации, предприятия	3 час.
	Итого:	70 часов
9 класс		
1	Личная гигиена	3 час.
2	Одежда и обувь	4 час.
3	Жилище	4час.
4	Питание	10 час.
5	Семья	4 час.
6	Культура поведения	4 час.
7	Транспорт	3 час.

8	Средства связи	3 час.
9	Медицинская помощь	4 час.
10	Торговля	8 час.
11	Экономика домашнего хозяйства	8час.
12	Учреждения, организации, предприятия.	3 час.
13	Профориентация	10 час.
	Итого:	68 часов.

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью

Итого (лист *26*)

№ 3

Е.И. Баташова



КОПИЯ
ВЕРНА



ДИРЕКТОР
БАТАШОВА Е.И.