



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа №17
Невского района Санкт-Петербурга
192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1
тел./факс 417-55-60 тел. 417-55-58
ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете

Протокол № 1

от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ школа №17

_____ Сандеева С.В.

Приказ № 222-ш от 02.09.2024 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Предметная область «Человек и общество»

Вид программы: Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

9а класса

Разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1

Составила: Бигуненко О.В.

Санкт-Петербург

2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» для обучающихся 8а класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализует требования в предметной области «Человек и общество» Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 9 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

–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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 9 классе определяет следующие задачи:

–формирование знаний о здоровом образе жизни, его влиянии на организм человека;

–формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

–формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;

–формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;

–формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;

–формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;

–формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;

–формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;

–формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

–формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

–формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений;

–формирование умения рассчитывать бюджет: доходы и расходы.

Цель курса: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи курса:

- 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.

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Направление внеурочной деятельности	Название курса внеурочной деятельности	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Человек и общество	Основы социальной жизни	68	2

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

2. Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

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.

3.Содержание учебного курса

Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

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 для 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 ("зеленки")). 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; 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. Чтение условных обозначений на этикетках.

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 пользовании средствами 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 (одежды). 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, 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 обедов. 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. Приготовление печенья.

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.

Содержание разделов курса ОСЖ 9 класса:

Раздел программы	Кол-во часов	Контрольная работа
Личная гигиена	4	
Медицинская помощь	4	
Жилище	4	
Транспорт	4	Контрольная работа
Одежда и обувь	6	
Средства связи	4	
Торговля	2	

Предприятия, организации, учреждения.	4	Контрольная работа
Питание	14	
Бюджет	8	Контрольная работа
Семья	2	
Культура поведения	2	
Трудоустройство	10	Контрольная работа
Итого:	68	

4. Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса.

1. 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.;
2. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка: Учебное пособие. 9 класс. Для специальной (коррекционной) школы VIII вида. -М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013 – 72 с.
3. 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.
4. Дерябин С.П. Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы. Контрольно- измерительные материалы: вариативные тестовые задания. Издательство «Учитель»;
5. Интерактивная доска;
6. Компьютер.

Календарно-тематическое планирование по основам социальной жизни

№ п/п	Дата план.	Дата корр.	Кол-во часов, отведенных на тему	Тип урока	Тема урока	Содержание видов учебной деятельности	Вид контроля
ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА И ЗДОРОВЬЕ - 4ч.							
1.			1	Урок общеметодологической направленности.	Здоровый образ жизни (ЗОЖ).	Понятие ЗОЖ. Распорядок дня. Правильное питание. Занятия спортом. Словарная работа: Рациональное питание, полноценный отдых, холодное закаливание.	Текущий опрос, ответы на вопросы. Взаимопомощь и взаимопроверка.
2			1	Урок общеметодологической направленности.	Уход за кожей лица и тела. Косметические средства.	Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями. Макияж. Декоративная косметика. Соответствие	Текущий опрос, ответы на вопросы. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						<p>макияжа и ситуации. Удаление макияжа.</p>	
3				Урок общеметодологической направленности.	Вред курения и алкоголя.	<p>Вред курения для курящих и окружающих; Вредное воздействие алкоголя на организм человека; Социальных последствий, к которым приводят дурные привычки.</p>	<p>Текущий опрос. Ответы на вопросы.</p>
4				Урок развивающего контроля.	<p>Повторение и обобщение. Тестирование.</p>	<p>Повторение и обобщение по разделу «Личная гигиена». Тестирование.</p>	<p>Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.</p>
МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ – 4ч.							
5			1	Урок открытия нового знания.	<p>Инфекционные заболевания и их последствия. Меры по их предупреждению.</p>	<p>Телефон экстренной помощи 112. Способы распространения инфекционных заболеваний, в том числе и кишечных. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.</p>	<p>Текущий опрос. Ответы на вопросы. Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.</p>

						Составление памятки по предупреждению инфекционных заболеваний.	
6			1	Урок открытия нового знания.	Листок нетрудоспособности. Электронный больничный лист.	Условие освобождения от работы или учебы: по болезни или для ухода за больным.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Взаимопомощь и взаимопроверка.
7			1	Урок открытия нового знания.	Уход за инфекционным больным.	Измерение температуры и запись; Чтение инструкции показаний и применения лекарства, составление графика приема; Поправка постели; Организации столика у постели больного. Практическая работа: сюжетная игра – больной в доме.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
8			1	Урок развивающего контроля.	Обобщение и повторение. Тестирование.	Обобщение и повторение материала раздела «Медицинская помощь». Тестирование.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

							Тестирование по пройденной теме.
ЖИЛИЩЕ-4ч							
9			1	Урок открытия нового знания.	Рациональная расстановка мебели в квартире.	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сайты для онлайн дизайна. Правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели). Требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
10			1	Урок открытия нового знания.	Стили дизайна интерьера.	Виды стилей дизайна интерьера: Исторический или классический, этнический, современный.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

11			1	Урок открытия нового знания.	Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт. Составление сметы.	Бережное отношение к жилищу. Косметический ремонт. Составление сметы.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Практическая работа: составление сметы.
12			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и обобщение материала по разделу «Жилище». Тестирование.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка. Тестирование по пройденной теме.
ТРАНСПОРТ-4ч							
13			1	Урок открытия нового знания .	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал.	Основные маршруты самолетов; Службы аэровокзала; Правила посадки в самолет; Правила поведения в аэропорту; Правила безопасности во время полета самолетом, вертолетом. Стоимость проезда;	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						Порядок приобретения и возврата билетов; Покупка билетов на онлайн сервисах.	
14			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение.	Повторение пройденного материала по разделам «Личная гигиена», «Медицинская помощь», «Жилище» и «Транспорт».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
15			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
16			1	Урок развивающего контроля.	Работа над ошибками.	Повторение пройденного материала по разделам «Личная гигиена», «Медицинская помощь», «Жилище» и «Транспорт».	Контрольная работа.
ОДЕЖДА И ОБУВЬ -6ч.							
17			1	Урок открытия нового знания.	Мода. Стиль в одежде.	Виды одежды по назначению. Стили в одежде. Модные дома.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

18			1	Урок рефлексии.	Выбор одежды и создание модного образа.	Выбор одежды и создание модного образа. Онлайн подбор сочетаний одежды.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
19			1	Урок открытия нового знания.	Покупка обуви и одежды в магазине или онлайн.	Покупка обуви и одежды в магазине или онлайн. Выбор обуви и одежды в зависимости от сезона и цели предназначения.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
20			1	Урок рефлексии.	Определение своего размера одежды и обуви.	Правила выбора размера обуви и одежды. Стоимость обуви и одежды. Словарная работа: онлайн, размерная сетка.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
21			1	Урок рефлексии.	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.	Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях. Строжайшее соблюдение техники безопасности при	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						пользовании средствами для выведения пятен.	
22			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и обобщение по пройденному материалу раздела «Одежда и обувь». Тестирование.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
СРЕДСТВА СВЯЗИ -4ч.							
23			1	Урок открытия нового знания.	Электронная почта.	Электронная почта. Регистрация почтового ящика. Правила оформления электронного письма. Оформление шаблона письма.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
24			1	Урок открытия нового знания.	Функциональное наполнение электронной почты.	Переадресация писем. Ответ на письмо. Переадресация письма. Настройки фильтра.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
25			1	Урок развивающего контроля.	Обобщение и повторение. Тестирование.	Повторение и обобщение по пройденного материала по разделу «Средства связи». Тестирование.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

26			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и обобщение по пройденного материала по разделу «Средства связи».	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
ПРЕДПРИЯТИЯ БЫТОВОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ-4ч.							
27			1	Урок открытия новых знаний.	Предприятия бытового обслуживания.	Служба быта», «Прокат», «Ремонт квартир» и другие предприятия бытового обслуживания населения. Виды оказываемых услуг. Профессии работников предприятия.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
28			1	Урок рефлексии.	Экскурсия на предприятие бытового обслуживания (химчистка).	Правила посещения и получения услуг на предприятии бытового обслуживания.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
29			1	Урок развивающего контроля.	Повторение обобщение.	Повторение материала по пройденным разделам «Одежда и обувь», «Средства связи»,	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						«Предприятия бытового обслуживания».	
30			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Письменная контрольная работа.
ТОРГОВЛЯ-2ч							
31			1	Урок открытия новых знаний.	Ярмарки. Виды ярмарок и их значение.	Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов, онлайн ярмарки. Значение ярмарок: международные, межрегиональные, межгородские, межрайонные, сельские. Время и место проведения ярмарок.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
32			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение материала по пройденным разделам «Одежда и обувь», «Средства связи», «Предприятия бытового обслуживания».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
ПИТАНИЕ -14ч.							

33			1	Повторение ранее изученного.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении пищи.	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
34			1	Урок общеметодологической направленности.	Пищевая ценность продуктов. Белки, жиры, углеводы.	Пищевая ценность продуктов. Значение белков, жиров, углеводов для организма. Рациональный баланс белков, жиров, углеводов в готовом блюде. Словарная работа: Калорийность, жиры, белки, углеводы.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
35			1	Урок открытия нового знания.	ППП рецепты. Завтрак.	Рецепты ППП для приготовления завтрака. Расчет стоимости продуктов. Приготовление блюда «овсяноблин». Подача блюда.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.

36			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Приготовление блюда «овсяноблин».	Практическая работа: Приготовление блюда «овсяноблин».	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
37			1	Урок открытия нового знания.	ППП рецепты. Обед.	Рецепты ППП для приготовления обеда. Расчет стоимости продуктов. Приготовление блюда «Щавелевый суп с курицей и яйцом». Подача блюда.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
38			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Приготовление блюда «Щавелевый суп с курицей и яйцом».	Практическая работа: Приготовление блюда «Щавелевый суп с курицей и яйцом». Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
39			1	Урок открытия нового знания.	ППП рецепты. Ужин.	Рецепты ППП для приготовления ужина. Расчет стоимости продуктов. Приготовление блюда «Шаурма». Подача блюда.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.

40			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Приготовление блюда «Шаурма».	Практическая работа: Приготовление блюда «Шаурма». Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
41			1	Урок открытия нового знания.	ПП рецепты. Полдник.	Рецепты ПП для приготовления полдника. Расчет стоимости продуктов. Приготовление блюда «Сырники». Подача блюда.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
42			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Приготовление блюда «Сырники».	Практическая работа: Приготовление блюда «Сырники». Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
43			1	Урок открытия нового знания.	ПП рецепты. Десерт.	Рецепты ПП для приготовления десерта. Расчет стоимости продуктов. Приготовление блюда «Шарлотка». Подача блюда.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

44			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Приготовление блюда «Шарлотка».	Практическая работа: Приготовление блюда «Шарлотка». Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
45			1	Урок развивающего контроля.	Тестирование по разделу «Питание».	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Питание».	Письменная проверочная работа.
46			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по разделу «Питание».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
БЮДЖЕТ-8ч.							
47			1	Урок открытия нового знания.	Семейный бюджет. Экономия в домашнем хозяйстве.	Понятие о бюджете. Бюджет семьи, источники дохода и расхода семьи. Экономия в домашнем хозяйстве. Анализ цен в магазине. Покупки впрок. Распродажи и скидки.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
48			1	Урок открытия нового знания.	Переводы денежных средств.	Переводы денежных средств. (СБП, оплата по реквизитам, оплата по QR-	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						коду, перевод между своими счетами, «MIR Pay»).	
49			1	Урок открытия нового знания.	Банки. Хранение денег (ФГ).	Как выбрать надежный банк для размещения вкладов. Страхование вкладов.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
50			1	Урок открытия нового знания .	Кредит. Оформление кредита. (ФГ)	Кредит. Оформление кредита. Виды кредитов, основные характеристики кредитов. Страхование при кредитовании.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
51			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по разделу «Бюджет». Тестирование.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
52			1	Урок рефлексии.	Экскурсия в Сбербанк.		Экскурсия. Наблюдения за действиями учащихся.
53			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Контрольная работа по разделам «Питание» и «Бюджет».

54			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по разделам «Бюджет» и «Питание».	Текущий опрос. ответы на вопросы. Взаимопомощь и взаимопроверка.
СЕМЬЯ -2ч							
55			1	Урок открытия новых знаний.	Основы семейных отношений.	Российская семья. Условия создания семьи, основы семейных отношений.	Практическая работа: упражнения в планировании бюджета семьи.
56			1	Урок рефлексии.	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга, отдыха в семье. Семейные традиции.	Практическая работа: распределении обязанностей в семье. Тестирование по пройденной теме.
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ-2ч							
57			1	Урок рефлексии.	Правила общежития.	Адекватность поведения в обществе. Сюжетно-ролевые игры.	Практическая работа: сюжетно-ролевая игра «Вечеринка».
58			1	Урок рефлексии.	Прием гостей. Сюжетно-ролевые игры.	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.	Практическая работа: сюжетно-ролевая игра «Чашка чаю».

ТРУДОУСТРОЙСТВО-10ч

59			1	Урок открытия новых знаний.	Мир профессий.	Мир профессий. Мотивы выбора профессии.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
60			1	Урок открытия новых знаний.	Профориентационное тестирование.	Профориентационное тестирование.	Наблюдения за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
61			1	Урок открытия новых знаний.	Ситуация выбора после окончания 9 класса.	Выбор профессии. Профессиональное обучение. Выбор образовательного учреждения.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
62			1	Урок открытия новых знаний.	Профессии, которые не требуют ПО.	Обучение профессии на курсах. Выбор образовательного учреждения или онлайн-курса дистанционного обучения.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
63			1	Урок открытия новых знаний.	Как выбрать курсы профессиональной подготовки.	Алгоритм выбора курсов профессиональной подготовки.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

64			1	Урок открытия новых знаний.	Профессиональное образование или курсы.	Плюсы и минусы обучения на курсах.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
65			1	Урок открытия новых знаний.	Документы для поступления в учреждение профессионального образования.	Необходимые документы для поступления в учреждение профессионального образования. Подача документов дистанционно.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
66			1	Урок развивающего контроля.	Повторение пройденного материала.	Повторение и обобщение пройденного материала за год. Подготовка к годовой контрольной работе.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
67			1	Урок развивающего контроля.	Итоговая контрольная работа.		Контрольная работа.
68			1	Урок развивающего контроля.	Повторение пройденного материала.	Повторение пройденного материала.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

