МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»
(МОУ СШ № 3)

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МОУ СШ №3
от 12.08.2026 № 208

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ"
Дата: 2026.09.08 16:57:53 +03'00'

Рабочая программа
по учебному предмету
«Основы социальной жизни»
5-9 класс
АООП О ИН (вариант 1)

Пояснительная записка

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 интеллектуальными нарушениями; Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с нарушением интеллекта, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 24.11. 2022 г. № 1026; Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15), АООП О ИН (вариант 1) МОУ СШ № 3.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе программ Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 9 класс в объеме 272 учебных часов за 5 лет обучения.

5 класс - 2 час в неделю, итого 68 часа в год,

6 класс - 2 час в неделю, итого 68 часа в год,

7 класс - 2 часа в неделю, итого 68 часов в год,

8 класс - 2 часа в неделю, итого 68 часов в год,

9 класс - 2 часа в неделю, итого 68 часов в год,

Общее число учебных часов за период обучения с 5 по 9 класс составляет 340 часа.

Предметная область	**Учебный предмет**	**Количество часов за год**				
Человек и общество	Основы социальной жизни	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
		68	68	68	68	68
ИТОГО		68	68	68	68	68

Данная рабочая программа по ОСЖ адаптирована для обучающихся с интеллектуальными нарушениями с учётом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Особенности психического развития у детей данной категории, с недостаточной сформированностью мыслительных операций, обуславливают дополнительные задачи, направленные на развитие мыслительной и речевой деятельности, на повышение познавательной активности детей, на создание условий осмысления выполняемой учебной работы. В связи с особенностями поведения и деятельности этих обучающихся необходим контроль над соблюдением правил техники безопасности при проведении практических работ.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт обучающихся с интеллектуальными нарушениями как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Основные содержательные линии выстроены с учётом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав

самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми.

Основы социальной жизни представляет собой специальные коррекционные занятия и направлена на достижение следующих целей и задач.

Цель: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи:

формирование и совершенствование навыков ориентировки в окружающем: самообслуживание, ведение домашнего хозяйства, умение пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи;

формирование знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации выпускников;

повышение уровня общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизнедеятельности;

воспитание художественного вкуса;

повышение качества жизни обучающихся;

усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения с людьми в различных жизненных ситуациях;

воспитание позитивного ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью других людей;

использование приобретённых знаний и умений в повседневной жизни для заботы о собственном здоровье, оказания первой помощи себе и окружающим.

Общая характеристика предмета

Настоящая адаптированная рабочая программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития обучающихся с интеллектуальными нарушениями, 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 ОСЖ тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания. Занятия по ОСЖ 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 ОСЖ в VIII- IX классах целесообразно на сдвоенных уроках. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий.

Общая характеристика учебного процесса

В рабочей программе предусмотрена дифференциация учебных требований к разным категориям детей по их обучаемости знаниям и умениям. Программа определяет оптимальный объем знаний и умений, который доступен большинству школьников.

Приоритетными методами обучения учащихся с интеллектуальной недостаточностью на уроках ОСЖ (классификация методов по характеру познавательной деятельности) являются:

объяснительно-иллюстративный метод, метод при котором учитель объясняет, а дети воспринимают, осознают и фиксируют в памяти;

репродуктивный метод (воспроизведение и применение информации);

метод проблемного изложения (постановка проблемы и показ пути ее решения);

частично - поисковый метод (дети пытаются сами найти путь к решению проблемы);

исследовательский метод (учитель направляет, дети самостоятельно исследуют).

Планируемые результаты освоения обучающимися учебного предмета «Основы социальной жизни»

Освоение учебного предмета Основы социальной жизни обучающимися с нарушением интеллекта предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных.*

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, 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, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты*:*

Для обучающихся с нарушением интеллекта выделяют два уровня овладения предметными результатами: минимальный (обязательный) и достаточный (не обязательный).

Минимальный уровень:

• представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здоро вого 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 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 посуд ы 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;

• формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Базовые учебные действия:

Базовые учебные действия — это элементарные и необходимые единицы учебной деятельности, формирование которых обеспечивает овладение содержанием образования обучающимися с нарушением интеллекта.

БУД обеспечивает успешность (эффективность) изучения содержания учебного предмета и включают в себя личностные, коммуникативные, регулятивные и познавательные учебные действия.

Личностные учебные действия:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общеполезную социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия:

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

Регулятивные учебные действия представлены умениями: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; 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; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

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. Канапе. 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 (68 часа, 2 час в неделю)		
1	Личная гигиена и здоровье	4
2	Одежда и обувь	8
3	Питание	10
4	Культура поведения	6
5	Жилище	10
6	Транспорт	8
7	Торговля	6
8	Семья	5
9	Средства связи.	4
10	Охрана здоровья	7
	Итого:	68
6 класс (68 часа, 2 час в неделю)		
1	Личная гигиена и здоровье	4
2	Одежда и обувь	8
3	Питание	10
4	Культура поведения	6
5	Жилище	10
6	Транспорт	8

7	Торговля	6
8	Семья	5
9	Средства связи	4
10	Охрана здоровья	7
	Итого:	68
7 класс (68 часов, 2 часа в неделю)		
1	Личная гигиена	2
2	Одежда и обувь	8
3	Жилище	10
4	Питание	12
5	Семья	4
6	Культура поведения	3
7	Транспорт	6
8	Средства связи	4
9	Медицинская помощь	6
10	Торговля	7
11	Экономика домашнего хозяйства	4
12	Учреждения, организации, предприятия	2
	Итого:	68
	8 класс (68 часов, 2 часа в неделю)	
1	Личная гигиена	4
2	Одежда и обувь	7
3	Жилище	6
4	Питание	14
5	Семья	6
6	Культура поведения	5
7	Транспорт	4
8	Средства связи	4
9	Медицинская помощь	6
10	Торговля	3
11	Экономика домашнего хозяйства	6
12	Учреждения, организации, предприятия	3
	Итого:	68
	9 класс (68 часов, 2 часа в неделю)	
1	Личная гигиена	3
2	Одежда и обувь	4
3	Жилище	4
4	Питание	10
5	Семья	4
6	Культура поведения	4
7	Транспорт	3
8	Средства связи	3
9	Медицинская помощь	4

10	Торговля	8
11	Экономика домашнего хозяйства	8
12	Учреждения, организации, предприятия.	3
13	Профориентация	10
	Итого:	68

Требования к уровню подготовки обучающихся по классам

В результате изучения предмета «Основы социальной жизни»:

В 5 классе:

Обучающиеся должны знать:

Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).

Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.

Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.

Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

Обучающиеся должны уметь:

Прочитать рецепт блюда, знать правила безопасной работы с острыми предметами.

Совершать вечерний и утренний туалет в определённой последовательности, выбирать причёску и причёсывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,

Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.

Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

Выбирать необходимые продукты питания, округлённо подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

В 6 классе:

Обучающиеся должны знать:

Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.

Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно - бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.

Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.

Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.

Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.

Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.

Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.

Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

Обучающиеся должны уметь:

Знать технику безопасности при использовании нагревательных приборов.

Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.

Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.

Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.

Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определённые обязанности в семье.

Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.

Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.

Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.

Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.

Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.

Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

В 7 классе:

Обучающиеся должны знать:

Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.

Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.

Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.

Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.

Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.

Назначение и различие универмага и универсама.

Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

Обучающиеся должны уметь:

Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.

Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.

Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

Приобретать товары с учётом их необходимости и своих финансовых возможностей.

Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

В 8 классе:

Обучающиеся должны знать:

Знать виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.

Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки

Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.

Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.

Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.

Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно - гигиенические требования к данным помещениям.

Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.

Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.

Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления

Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи

Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

Обучающиеся должны уметь:

Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.

Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки иблузки.

Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.

Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.

Мыть кафельные стены, чистить раковины.

Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.

Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.

Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.

Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счётчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

В 9 классе:

Обучающиеся должны знать:

Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.

Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.

Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.

Правила поведения в обществе - правила приёма гостей.

Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.

Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.

Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.

Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.

Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.

Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.

Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребёнка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.

Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.

Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.

Определять маршрут и выбирать транспортное средство.

Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.

Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.

Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.

Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Обучающиеся должны использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

рациональной организации труда и отдыха;

безопасного обращения с веществами и материалами;

ремонта изделий из различных материалов; создания изделий или получения продукта с использованием ручных инструментов, машин, оборудования и приспособлений;

приготовления и повышения качества, сокращения временных и энергетических затрат при обработке пищевых продуктов; консервирования и заготовки пищевых продуктов домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, включая блюда национальной кухни; выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий; сервировки стола и оформления приготовленных блюд;

выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;

построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;

обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

пользования бытовыми приборами и инструментами;

обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Промежуточная аттестация учащихся по основам социальной жизни за триместр, полугодие, учебный год проводится путем тестового контроля с помощью тестовых карт, разрабатываемых учителем.

Тестовые задания в картах должны учитывать индивидуальные особенности познавательной деятельности и восприимчивости к усвоению знаний в процессе учебного процесса. При затруднениях ученика в чтении и понимании смысла прочитанного текста в карте, учитель сам читает задание, а ученик выбирает правильный ответ и называет его.

Оценка за предмет выставляется в зависимости от числа правильных ответов, предложенных педагогом в тестовой карте, процентном отношении:

«отлично», если выполнено от 90 до 100% заданий;

«хорошо», если выполнено от 60 до 90% заданий;

«удовлетворительно», если выполнено от 40 до 60% заданий.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Для учителя

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений: 5-9 кл.: сборник 1 ./ Под ред. В.В. Воронковой. Гуманитар. изд. центр «ВЛАДОС».

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе программ Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС;

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

Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательный учреждений. ВЛАДОС.

Для обучающихся

Рабочая тетрадь "Разговор о правильном питании", Москва "Олма-пресс".

В.В.Иванова Энциклопедия для девушек «Девчоночьи секреты» Москва «Лабиринт - К» Меню на каждый день. Москва «Аст - Пресс СКД»

Материально-техническое обеспечение

- Индивидуальные карточки - задания.
- Демонстрационные пособия по темам.
- Раздаточный материал. Плакаты, наглядные пособия

Интернет-ресурс.