

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ошторма – Юмьинская средняя школа»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей
гуманитарного цикла
Руководитель МО:

А. П. Семенова
Протокол № 1
от «25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
школы по УР:
О. М. Ромазанова

Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы:
В. Г. Семенов

Приказ № 110
от «29» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»
по АООП для обучающихся 5 – 9 классов с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» составлена на основании нормативно-правовых документов:

- Федерального закона РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Примерной АООП образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Положения об адаптированной рабочей программе учебных предметов, коррекционных курсов для 1-4, 5-9 классов в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
- Учебного плана МБОУ «Ошторма – Юмьинская средняя школа» Кукморского муниципального района РТ

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

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

Общая характеристика учебного предмета

Курс «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышения уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма 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 знакомиться с предприятиями, организациями и 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, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. «Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты: приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс.

На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыкам обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д.

Курс «Основы социальной жизни» тесно связан с уроками русского языка (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ), математики (математический расчет по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных средств и т.п.), географии (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий), биологии (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления), трудового обучения (выполнение практических заданий по уходу за одеждой). Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

Обучение носит коррекционную и практическую направленность, что определяется содержанием и структурой учебного предмета.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);

- репродуктивные (работа по образцам);

- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);

- предметно – практические методы (экскурсии, практические пробы и т.д.);

- система специальных коррекционно – развивающих методов;

- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);

- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и

средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Современные технологии, элементы которых возможно применять при изучении курса «Основы социальной жизни»:

- технология разно уровневого обучения;
- коррекционно - развивающие технологии
- технология проблемного обучения;
- метод проектов;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- нравственная технология;
- здоровьесберегающие технологии
- технология дистанционного обучения (вводится временно в период карантинных мероприятий).

Описание места учебного предмета

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек»

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

	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	Всего
Предметная область	Человек					
количество учебных недель	34	34	34	34	34	170
количество часов в неделю	1	1	2	2	2	8
количество часов за год	34	34	68	68	68	272

Результаты освоения учебного предмета.

Изучение «Основ социальной жизни» в 5-9 классах направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Планируемые личностные результаты:

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
3. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
5. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение,

речь).

1. Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.)
2. Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.
3. Представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец, водитель и др.; социальные роли – пассажир, покупатель, пешеход и др.
4. Умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.
5. Развитие межличностных и групповых отношений.
6. Представления о правах, обязанностях и др.

Планируемые 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 учителя;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов);

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; пользование различными средствами связи, включая Интернет-средства;

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 основных правил ухода за больным;

знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания; составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

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

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

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

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

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

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

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

Базовые учебные действия Личностные учебные

испытывать чувство гордости за свою страну;

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих

товарищей;
уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность; **Коммуникативные учебные действия:**

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия(учебных, трудовых, бытовых и др.);
слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, 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:

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

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет следующие разделы

№ раздела	Названия раздела	класс
1	«Личная гигиена и здоровье»	5-8
2	«Одежда и обувь»	5-9
3	«Питание»	5-9
4	«Семья»	5-9
5	«Охрана здоровья»	6-9
6	«Жилище»	5-9
7	«Транспорт»	5-9
8	«Средства связи»	5-9
9	«Предприятия, организации, учреждения»	7-9

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

5 класс

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.

6 класс

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы

закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений;

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения — контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач, работы с конструктором: освещенность, расстояние между глазом и объектом, упражнения и время отдыха глаз.

7 класс

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами.

8 класс.

Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы.

Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих.

Раздел «Одежда и обувь»

5 класс.

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.

Материал для изготовления обуви.

6 класс

Уход за одеждой.

Уход за обувью в зависимости от материала.

Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями.

7 класс

Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Символы и условия стирки белья из хлопчатобумажной ткани

Ручная и машинная стирка изделий.

Устройство утюга. Правила пользования с утюгом.

8 класс

Уход за одеждой из синтетических и шерстяных тканей Символы и условия правильного ухода за одеждой.

Стирка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Прачечная. Виды услуг.

Химчистка.

9 класс.

Стиль одежды. Мода.

Выбор одежды, обуви, перчаток, шапки по размеру. Выведение мелких пятен в домашних условиях.

Раздел «Питание»

5 класс

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

6 класс

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

Хранение продуктов и готовой пищи. Холодильник, назначение, устройство, уход.

Магазины по продаже продуктов питания. Отделы. Простые и сложные бутерброды. Канapé.

7 класс

Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Первичная обработка овощей. Приготовление салата. Виды круп. Вредители круп. Срок годности продуктов питания. Виды каш. Составление меню для завтрака.

8 класс

Виды тепловой обработки продуктов. Классификация блюд. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Супы (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда. виды, способы приготовления). Напитки. Виды теста: дрожжевое, слоёное, песочное. Составление меню для обеда. Сервирование стола для обеда.

9 класс

Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование овощей. Варка варенья из ягод и фруктов. Блюда коми кухни. Выпечка коми народа.

Раздел «Семья»

5 класс.

Состав семьи. Родственные отношения в семье. Фамилия, имена, отчества. 6 класс

Права и обязанности членов семьи. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками.

7 класс.

Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Виды игр. Разучивание тихих и подвижных игр.

8 класс

Грудной ребенок в семье. Кормление грудного ребенка. Уборка детской постели, детской кровати. купание грудного ребенка. Пеленание грудного ребенка. Уборка детской постели, детской кровати. Уход за детской посудой, игрушками.

9 класс

Закон о семье и о браке. Условия создания семьи. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи домашней деятельностью.

Раздел «Охрана здоровья»

6 класс.

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений.

7 класс

Виды доврачебной помощи. Домашняя аптечка. Лекарственные растения и препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения лекарственных растений и препаратов. Настои и отвары, способы приготовления. Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги.

8 класс

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

9 класс

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.

Раздел «Жилище»

5 класс

Типы жилых помещений в городе и в сельской местности. Виды жилья. Собственное и государственное жильё. Коммунальные удобства в городе и в сельской местности.

Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим.

6 класс

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

Содержание животных (собак) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Содержание животных (кошек) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности.

7 класс

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 и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. 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 бельё: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное бельё (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань).

8 класс

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). Уход за различными видами напольных покрытий.

9 класс

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.

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.

Раздел

«Транспорт» 5

класс

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

6 класс

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

7 класс

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

8 класс

Виды пассажирских вагонов.

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань.

Порт. 9 класс

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Раздел «Средства связи»

6 класс *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.

7 класс

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. 8 класс

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. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

9 класс

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

6 класс

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

7 класс

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

8 класс

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

9 класс

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

Перечень практической части программы.

5 класс

1	Уход за руками. Мытье рук.
2	Заваривание чая.

3	Мытье посуды
---	--------------

6 класс

1	Приготовление бутербродов.
2	Уход за обувью в зависимости от материала.
3	Пришивание пуговиц со сквозным отверстием.

7 класс

1	Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты.
2	Приготовление салата.
3	Приготовление каши на воде
4	Приготовление каши на молоке
5	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани.
6	Утюжка изделий из хлопчатобумажной ткани

8 класс

1	Купание грудного ребенка (на кукле)
2	Пеленание грудного ребенка (на кукле).
3	Стирка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей.
4	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.
5	Утюжка блузки, рубашки.
6	Приготовление первого блюда.
7	Приготовление напитка.
8	Приготовление выпечки из дрожжевого теста
9	Приготовление блюда из пресного теста

9 класс

1	Выведение пятен в домашних условиях.
2	Варка варенья.
3	Выпечка коми народа.
4	Приготовление драников.
5	Сервировка стола для ужина.
6	Уход за больным. Смена постельного белья.

Распределение тем по классам

	Наименование разделов	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	Всего
	Вводное	1	-	-	-	-	1
1	Личная гигиена и здоровье	7	4	4	4	1	19
2	Одежда и обувь	6	6	12	11	10	46
3	Семья	2	2	4	8	6	22
4	Питание	10	8	16	20	15	66
5	Жилище	5	4	7	6	11	35
6	Транспорт	3	2	8	5	6	25
7	Средства связи	-	3	8	3	2	16
8	Охрана здоровья	-	3	8	9	8	28
9	Учреждения, организации, предприятия	-	2	1	2	9	14
	ВСЕГО	34	34	68	68	68	272

5 класс

		Наименование разделов, тем	Дата
1	1	Введение 1 час	
		Личная гигиена и здоровье– 7 часов	
2	1	Утренний и вечерний туалет.	
3	2	Предметы личной гигиены.	
4	3	Уход за руками. Мытье рук.	
5	4	Гигиена зрения.	
6	5	Уход за зубами.	
7	6	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя.	
8	7	Практическое занятие. Выполнение физических упражнений для осанки.	
		Семья – 2 часа	
9	1	Семья, родственные отношения в семье.	
10	2	Состав семьи учащихся. Фамилия, имена, отчества.	
		Одежда и обувь – 7 часов	
11	1	Виды одежды по сезону и назначению.	
12	2	Головные уборы: виды и назначение.	
13	3	Виды обуви по сезону и назначению	
14	4	Виды магазинов по продаже одежды	
15	5	Экскурсия в магазин одежды.	
16	6	Самостоятельная работа.	
		Питание – 10 часов	
17	1	Значение питания в жизни и деятельности людей.	
18	2	Влияние правильного питания на здоровье человека	
19	3	Режим питания школьника.	
20	4	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	
21	5	Приготовления пищи. Кухонная мебель и оборудование.	
22	6	Кухонная посуда, приборы и принадлежности.	
23	7	Столовая посуда и столовые приборы.	
24	8	Гигиена приготовления пищи. Этапы мытья посуды.	

25	9	Виды чая. Способы заваривания.	
26	10	Практическая работа. Заваривание чая.	
		Жилище –5 часа	
27	1	Типы жилых помещений в городе и в сельской местности.	
28	2	Виды жилья. Собственное и государственное жильё.	
29	3	Коммунальные удобства в городе и в сельской местности.	
30	4	Комнатные растения. Виды комнатных растений.	
31	5	Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим.	
		Транспорт – 3 часа	
32	1	Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.	
33	2.	Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки города. Экскурсия в районе школы .ПДД	
34	3	Промежуточная аттестация.	

6 класс

		Личная гигиена и здоровье– 4 часов	
1	1	Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания.	
2	2	Уход за ногами. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).	
3	3	Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	
4	4	Здоровье и рациональное (сбалансированное) питание.	
		Семья – 2 часа	
5	1	Права и обязанности членов семьи.	
6	2	Место работы членов семьи, профессии.	
		Предприятия, учреждения, организации –2 часа	
7	1	Детские дошкольные образовательные учреждения.	
8	2	Учебно-образовательные учреждения.	
		Питание –8часов	
10	1	Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.	
11	2	Гигиена приготовления пищи.	
11	3	Хранение продуктов и готовой пищи. Холодильник.	
12	4	Магазины по продаже продуктов питания. Отделы.	
13	5	Хлеб и хлебобулочные изделия. Вторичное использование черствого хлеба.	
14	6	Простые и сложные бутерброды. Канапе.	
15	7	Практическая работа. Приготовление бутербродов.	
16	8	Самостоятельная работа.	
		Одежда и обувь – 6 часов	
17	1	Значение опрятного вида человека	
18	2	Материалы для изготовления обуви.	
19	3	Уход за обувью в зависимости от материала.	
20	4	Уход за одеждой. Мелкий ремонт одежды. Правила безопасной работы с иглой и с ножницами.	
21	5	Виды пуговиц. Пришивание пуговиц со сквозным отверстием.	
22	6	Практическая работа. Пришивание пуговиц со сквозным отверстием.	
		Жилище – 4 часа	
23	1	Содержание животных (собак) в городской квартире: кормление, выгул,	

		уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	
24	2	Содержание животных (кошек) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	
25	3	Домашние животные и птицы в сельской местности.	
26	4	Виды жилых комнат. Виды нежилых помещений.	
		Средства связи – 3 часа	
27	1	<i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер.	
28	2	Почта. Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	
29	3	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма.	
		Охрана здоровья– 3 часа	
30	1	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	
31	2	Виды медицинских учреждений.	
32	3	Работники медицинских учреждений.	
		Транспорт – 2 часа	
33	1	Пригородный транспорт. Автобусы пригородного сообщения.	
34	2	Промежуточная аттестация.	

7 класс

		Личная гигиена – 4 часа	
1	1	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами.	
2	2	Экскурсия в магазин. Виды моющих средств по уходу за волосами и телом.	
3	3	Личная гигиена подростка.(для девочек и мальчиков).	
4	4	Уход за кожей лица.	
		Семья – 4 часа	
5	1	Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач.	
6	2	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.	
7	3	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	
8	4	Виды игр. Разучивание тихих и подвижных игр.	
		Предприятия ,учреждения, организации – 1 час	
9	1	Промышленное предприятие города АО «Монди» СЛПК. Продукция.	
		Жилище – 7 часов	
10	1	Кухонная мебель и оборудование.	
11	2	Нагревательные приборы. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.	
12	3	Электробытовые приборы на кухне.	
13	4	<i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье.	
14	5	<i>Кухонная утварь.</i> Правила гигиены и хранения.	
15	6	Гигиенические требования к жилому помещению. Периодическая уборка помещения.	
16	7	Регулярная уборка и сезонная уборка помещения.	
		Питание-16 часов	
17	1	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока	
18	2	Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты.	
19	3	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.	

20	4	Первичная обработка овощей. Тепловая обработка овощей.	
21	5	Тепловая обработка овощей.	
22	6	Правила приготовления салатов.	
23	7	Практическая работа. Приготовление салата.	
24	8	Виды круп. Вредители круп.	
25	9	Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на развес и в разлив	
26	10	Срок годности продуктов питания(условные обозначения на этикетках).	
27	11	Экскурсия в специализированные продуктовые магазины	
28	12	Горячий завтрак. Блюда для завтрака. Виды каш.	
29	13	Практическая работа. Приготовление каши на воде	
30	14	Практическая работа. Приготовление каши на молоке	
31	15	Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Составление меню для завтрака.	
32	16	Самостоятельная работа.	
		Одежда и обувь –12 часов	
33	1	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	
34	2	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	
35	3	Ручная и машинная стирка изделий.	
36	4	Этапы ручной стирки.	
37	5	Правила сушки и утюжки изделий из хлопчатобумажной ткани.	
38	6	Практическая работа. Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани.	
39	7	Устройство утюга. Правила пользования утюгом.	
40	8	Практическая работа. Утюжка изделий из хлопчатобумажной ткани	
41	9	Прачечная. Виды услуг.	
42	10	Чтение условных обозначений на этикетках	
43	11	Мелкий ремонт одежды. Штопка.	
44	12	Мелкий ремонт одежды. Заплата.	
		Транспорт - 8 часов	
45	1	Междугородний железнодорожный транспорт.	
46	2	Вокзалы, назначение, основные службы.	
47	3	Платформа, перрон, путь. Расписание поездов.	
48	4	Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	
49	5	Виды пассажирских поездов, виды вагонов.	
50	6	Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты	
51	7	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	
52	8	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	
		Охрана здоровья - 8 часов	
53	1	Виды доврачебной помощи.	
54	2	Домашняя аптечка.	
55	3	Лекарственные растения и препараты первой необходимости в домашней аптечке.	
56	4	Виды, названия, способы хранения лекарственных растений и препаратов.	
57	5	Настои и отвары, способы приготовления.	

58	6	Первая помощь при травмах.	
59	7	Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная.	
60	8	Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги.	
		Средства связи- 8 часов	
61	1	Бандероль. Правила и стоимость отправления.	
62	2	Посылка. Правила и стоимость отправления.	
63	3	Экскурсия на почту.	
64	4	Виды телефонной связи.	
65	5	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	
66	6	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.	
67	7	Экскурсия на почту.	
68	8	Промежуточная аттестация.	

8 класс

		Личная гигиена и здоровье– 4 часа	
1	1	Негативное воздействие вредных факторов на организм человека.	
2	2	Вредные привычки. О вреде курения.	
3	3	Вредные привычки. О вреде алкоголя.	
4	4	Просмотр фильма о вреде курения, алкоголя.	
		Семья-8 часов	
5	1	Грудной ребенок в семье.	
6	2	Кормление грудного ребенка.	
7	3	Практическая работа. купание грудного ребенка (на кукле).	
8	4	Практическая работа. Пеленание грудного ребенка (на кукле).	
9	5	Уборка детской постели, детской кровати.	
10	6	Уход за детской посудой, игрушками.	
11	7	Экскурсия в магазин. Предметы и вещи для грудного ребенка.	
12	8	Прогулка с ребенком на свежем воздухе .	
		Жилище – 6 часов	
13	1	Уборка кухни.	
14	2	Уборка санузла, ванной комнаты.	
15	3	Электроприборы ванной комнате.	
16	4	Виды напольных покрытий.	
17	5	Уход за различными видами напольных покрытий	
18	6	Виды пылесосов. Правила пользования пылесосом.	
		Одежда и обувь – 11 часов	
19	1	Уход за одеждой из синтетических и шерстяных тканей.	
20	2	Символы и условия правильного ухода за одеждой.	
21	3	Практическое занятие. Стирка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей.	
22	4	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	
23	5	Практическое занятие. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	
24	6	Правила и приемы глажения блузок и рубашек.	
25	7	Практическая работа .Утюжка блузки, рубашки.	
26	8	Правила пользования химчисткой. Прейскурант.	
27	9	Экскурсия в химчистку	
28	10	Ателье мелкого ремонта одежды.	

29	11	Экскурсия.	
		Средства связи- 3	
30	1	Интернет-связь. Электронная почта.	
31	2	Видео- связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	
32	3	Самостоятельная работа.	
		Питание -20 часов	
33	1	Виды тепловой обработки продуктов.	
34	2	Классификация блюд. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	
35	3	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	
36	4	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения.	
37	5	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса.	
38	6	Супы (виды, способы приготовления).	
39	7	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.	
40	8	Практическая работа. Приготовление первого блюда.	
41	9	Мясные блюда (виды, способы приготовления).	
42	10	Рыбные блюда. виды, способы приготовления).	
43	11	Напитки. Приготовление напитка.	
44	12	Виды теста: дрожжевое, слоёное, песочное.	
45	13	Мука, виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.)	
46	14	Приготовление изделий из дрожжевого теста. Виды изделий из теста.	
47	15	Практическая работа. Приготовление выпечки из дрожжевого теста.	
48	16	Приготовление выпечки из пресного теста.	
49	17	Практическая работа. Приготовление блюда из пресного теста.	
50	18	Меню. Меню в школьной столовой.	
51	19	Составление меню для обеда.	
52	20	Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.	
		Предприятия, учреждения, организации-2 часа	
53	1	АО Комитекс основные виды выпускаемой продукции.	
54	2	Профессии рабочих и служащих.	
		Охрана здоровья-9 часов	
55	1	Первая помощь при ушибах и травмах.	
56	2	Первая помощь при обмороживании.	
57	3	Первая помощь при отравлении.	
58	4	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.	
59	5	Первая помощь утопающему.	
60	6	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	
61	7	Виды врачебной помощи на дому.	
62	8	Вызов врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи.	
63	9	Госпитализация. Амбулаторный прием.	
		Транспорт -5 часов	
64	1	Междугородний автотранспорт. Автовокзал и его назначение.	
65	2	Расписание, порядок приобретения билетов.	
66	3	Значение водного транспорта.	
67	4	Пристань. Порт.	
68	5	Промежуточная аттестация.	

9 класс

		Личная гигиена и здоровье- 1 час	
1	1	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	

		Жилище-11 часов	
2	1	Интерьер квартиры.	
3	2	Виды мебели. Уход за мебелью	
4	3	Рациональная расстановка мебели в квартире .	
5	4	Экскурсия в мебельный магазин. Виды мебельных гарнитуров.	
6	5	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники.	
7	6	Экскурсия магазин светильников.	
8	7	Ремонтные работы в доме. Виды ремонта: косметический, текущий.	
9	8	Ремонт стен. Материалы для ремонта стен.	
10	9	Виды обоев.	
11	10	Экскурсии в магазин обоев и напольные покрытия.	
12	11	Насекомые и грызуны в доме.	
		Семья – 6 часов	
13	1	Закон о семье и о браке. Условия создания семьи.	
14	2	ЗАГС. Отделы загса.	
15	3	Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха.	
16	4	Летний отдых. Виды проведения.	
17	5	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	
18	6	Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов.	
		Учреждения, предприятия и организации – 4 часа	
19	1	Виды публичной власти в РФ (государственная власть и местная (муниципальная) власть).	
20	2	Исполнительные органы государственной власти города.	
21	3	Полиция. Структура, назначение.	
22	4	Экскурсия.	
		Одежда и обувь-10 часов	
23	1	Предприятия бытового обслуживания: ателье по пошиву одежды, обуви, парикмахерская.	
24	2	Экскурсия на предприятия бытового обслуживания.	
25	3	Прокат. Назначение, виды услуг.	
26	4	Стиль одежды. Мода.	
27	5	Выбор одежды, обуви, перчаток, шапки по размеру.	
28	6	Экскурсия в магазин. Выбор одежды и обуви по размеру.	
29	7	Выведение пятен в домашних условиях.	
30	8	Средства для выведения пятен в домашних условиях. Правила и техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	
31	9	Экскурсия в магазин. Выбор средств для выведения пятен.	
32	10	Самостоятельная работа за полугодие	
		Питание – 15 часов	
33	1	Виды продовольственных рынков.	
34	2	Основное отличие рынка от магазина.	
35	3	Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста.	
36	4	Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление.	
37	5	Глубокая заморозка овощей и фруктов.	
38	6	Варка варенья из ягод и фруктов	
39	7	Практическая работа. Варка варенья.	

40	8	Блюда коми кухни. Рецепты. НРК	
41	9	Выпечка коми народа. НРК	
42	10	Блюда национальных кухонь	
43	11	Приготовление драников из картофеля.	
44	12	Консервирование овощей.	
45	13	Экскурсия в магазин. Виды консервированных овощей. Сроки годности	
46	14	Стоимость и расчёт продуктов для ужина	
47	15	Сервировка стола для ужина.	
		Учреждения, предприятия и организации – 5 часов	
48	1	Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда.	
49	2	Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.	
50	3	Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление).	
51	4	Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу.	
52	5	Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства.	
		Средства связи – 2 часа	
53	1	Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	
54	2	Экскурсия на почту, в банк.	
		Транспорт – 6 часов	
55	1	Назначение авиатранспорта.	
56	2	Аэровокзал. Службы аэровокзала.	
57	3	Направления воздушных линий из Сыктывкара	
58	4	Правила поведения в аэропорту, правила посадки и безопасности во время полёта.	
59	5	Экскурсия на аэровокзал.	
60	6	Экскурсия на аэровокзал	
		Охрана здоровья– 8 часов	
61	1	Инфекционные заболевания.	
62	2	Вирусные и простудные заболевания	
63	3	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	
64	4	Уход за больным.	
65	5	Листок нетрудоспособности. Справка для учащегося.	
66	6	Игровая ситуация: «Больной в доме».	
67	7	Экскурсия в аптеку	
68	8	Промежуточная аттестация.	

I. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение для обучающихся 5-9 классов по предмету «Основы социальной жизни» не предусмотрено в связи с отсутствием учебников и рабочих тетрадей в Федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ основного общего образования.

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Основы социальной жизни» предусматривает:

дидактический материал: комплект плакатов по безопасности обучающегося, комплект таблиц технология, кулинария, изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой

техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы

Оборудование класса: кухонный гарнитур со встроенной техникой, шкаф-купе (с кроватью, гладильной доской), кухонная и столовая посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки, ограничитель для тарелки, рельефный держатель для чашек, столовый, чайный сервиз), весы говорящие электронные кухонные, утюг, пылесос, микроволновая печь, мультиварка с голосовым управлением, уборочный инвентарь (лопаты, грабли), лейки, тазы, ведра и др.

Оценка достижения планируемых результатов

Оценка личностных результатов:

Основой оценки личностных результатов освоения обучающимися с умственной отсталостью АООП служит анализ изменений поведения обучающегося в повседневной жизни в различных социальных средах (школьной и семейной). Результаты анализа должны быть представлены в форме удобных и понятных всем членам группы условных единиц:

0 баллов — нет фиксируемой динамики;

1 балл — минимальная динамика;

2 балла — удовлетворительная динамика;

3 балла — значительная динамика.

Результаты оценки личностных достижений заносятся в индивидуальную карту развития обучающегося

Оценка предметных результатов:

Текущая (за полугодие) и промежуточная аттестация учащихся по основам социальной жизни в конце учебного года, 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:

-оценка 5-«отлично», если выполнено свыше 65% заданий;

-оценка 4-«хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий;

-оценка 3-«удовлетворительно», если выполнено от 35% до 50% заданий.

-оценка «2» и оценка «1» не ставится

Оценка устных ответов.

Оценка «5» - 65% - 100% - ученик обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя обосновать, самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

Оценка «4» - 51% - 65% - ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; делает некоторые ошибки в речи; при работе с текстом или разборе предложения допускает 1-2 ошибки, которые исправляет с помощью учителя.

Оценка «3» - 35% - 50% - ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно; допускает ряд ошибок в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя.

Оценка «2» и оценка «1» не ставятся

Оценка базовых учебных действий:

Для оценки сформированности каждого действия используется следующая система оценки:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

