

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1 п. Пелым**

**РАССМОТРЕНО**  
на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 27 августа 2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МКОУ СОШ №1  
\_\_\_\_\_/СмирноваТ.А./  
Приказ № 93 от 27 августа 2024г.

**Вводится в действие с 01.09.2024г**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

2024-2025 учебный год

**Основы социальной жизни**

основное общее образование (для обучающихся с УО)

9 класс

## **Пояснительная записка**

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.

### **Место учебной дисциплины в учебном плане**

Согласно учебному плану МКОУ СОШ № 1 п. Пелым для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (VIII вид) на изучение основ социальной жизни в 9 классе отводится 34 часа в год – 1 час в неделю.

## Содержание учебной дисциплины

### 1. Личная гигиена. 3 ч.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- меры профилактики курения и алкоголизма.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- тренировать свою силу воли в борьбе с алкоголизмом, курением.

### 2. Одежда и обувь. 4 ч.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- размеры своей одежды и обуви;

- гарантийные сроки носки;

- правила возврата;

- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;

- средства выведения пятен в домашних условиях;

- общие правила выведения чернильных, жирных и фруктовых пятен, пятен от молока, мороженого, шоколада, кофе, крови, масляных красок, следов горячего утюга и др.;

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами выведения пятен;

- правила стирки изделий из тюля, трикотажа.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- пользоваться журналом мод;

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями.

- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;

- выводить пятна на одежде разными средствами;

- стирать изделия из тюля и трикотажа.

### 3. Питание. 6 ч.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- значение диетического питания;

- особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста;

- названия и рецепты 1 — 2 национальных блюд.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- составить меню диетического питания на день;

- приготовить 1—2 диетическое блюдо;

- составить меню на день для ребенка ясельного возраста и приготовить соответственно его блюда;

- приготовить одно национальное блюдо, составить меню праздничного стола;

- выполнить сервировку праздничного стола.

### 4. Семья. 2ч.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье;
- семейные традиции;
- о морально-этических нормах взаимоотношений в семье;
- об обязанностях, связанных с заботой о детях.

***Обучающиеся должны уметь:***

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;
- выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношение к родителям, дедушкам, бабушкам);
- оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи;
- активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье;
- поддерживать и укреплять семейные традиции;
- выполнять обязанности, связанные с заботой о детях.

**5. Культура поведения. 2 ч.**

***Обучающиеся должны знать:***

- правила поведения в обществе
- правила приема гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита).

***Обучающиеся должны уметь:***

- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема их;
- анализировать поступки людей и давать им правильную оценку

**6. Жилище.3 ч.**

***Обучающиеся должны знать:***

- правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, на значения комнат, наличия мебели);
- требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;
- правила сохранения жилищного фонда.

***Обучающиеся должны уметь:***

- расставлять мебель в квартире (на макете);
- подбирать детали интерьера.

**7. Транспорт.2 ч.**

***Обучающиеся должны знать:***

- основные маршруты самолетов;
- службы аэровокзала;
- стоимость проезда;
- порядок приобретения и возврата билетов;
- правила посадки в самолет;
- правила поведения в аэропорту;
- правила безопасности во время полета самолетом, вертолетом.

***Обучающиеся должны уметь:***

- ориентироваться в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства;

- выполнять правила безопасности во время полета и правила поведения в аэропорту.

### **8. Торговля.3 ч.**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- виды ярмарок;
- отличия ярмарки от рынка, магазина;
- время и место проведения ярмарок;
- цены ярмарочных товаров и их отличие от рыночных и магазинных

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- приобретенные умения при покупке товаров в магазинах, на рынке перенести самостоятельно в новые условия — ярмарки.

### **9. Средства связи.3 ч.**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- виды денежных переводов, их стоимость;
- виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их значимость, необходимость;
- стоимость услуг по каждому виду связи.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- заполнить почтовый и телеграфный перевод;
- подсчитать стоимость денежных отправок;
- оформить квитанции по оплате телефонных услуг.

### **10. Медицинская помощь.2 ч.**

#### ***Обучающиеся должны знать***

- способы распространения инфекционных заболеваний, в том числе и кишечных;
- меры по предупреждению инфекционных заболеваний;
- правила и приемы ухода за больным; условие освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания;
- строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умыть, переодеть, кормить больного (взрослого, ребенка);
- ставить горчичники.

### **11. Учреждения, организации, предприятия. 2 ч.**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- местонахождения предприятия бытового обслуживания населения;
- какие виды услуг оно оказывает;
- правила пользования услугами;
- стоимость обслуживания;

- профессии работников этого предприятия.

**Обучающиеся должны уметь:**

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.

## **12.Трудоустройство. 2 ч.**

**Обучающиеся должны знать:**

- учреждения и отделы по трудоустройству;
- местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- правила перехода с одной работы на другую;
- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

**Обучающиеся должны уметь:**

- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу
- написать заявление о принятии на работу, о переходе, с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания, автобиографию;
- заполнить анкету;
- составить заявки на материалы, инструменты;
- написать расписку, докладную записку.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Личностные учебные действия** представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться успехами и достижениями как собственными, так и своих других обучающихся;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

### **Планируемые предметные результаты:**

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.

*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

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Дата	Кор-ка
<b>1.Личная гигиена – 3 ч.</b>			
1	Значение закаливание организма для общего состояния здоровья человека, способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных, водных, солнечных процедур, физических упражнений. <b>Практическая работа</b> «Выполнение физических упражнений - утренняя зарядка, принятие воздушных и солнечных ванн» /Дома/		
2	Правила и приемы ухода за руками. Косметические средства по уходу за руками. Уход за ногами. Профилактика грибковых заболеваний <b>Практическая работа</b> «Уход за руками. (мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук» / Дома/ <b>Практическая работа</b> «Уход за ногами (мытьё ног, стрижка ногтей, уход за кожей ног)» /Дома/		
3	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения — контактные линзы, линзовые коррекционные очки, хирургическое вмешательство.		
<b>2.Обувь и одежда – 4 ч.</b>			
4	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Определение собственных размеров одежды, головных уборов и обуви и подбирать для себя,		
5	Выбор одежды и обуви при покупке Гарантийные сроки носки, правила возврата		
6	Средства выведения пятен молока, мороженого, шоколада, крови,		

	следов горячего утюга		
7	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при стирке из тюля, трикотажа и выведение пятен. Средства выведения пятен молока, мороженого, шоколада, крови, следов горячего утюга <b>Практическая работа</b> «Выведение пятен в домашних условиях со строжайшим соблюдением техники безопасности»/Дома/		
<b>Питание – 6 ч.</b>			
8	Диетического питание и его значение. Подбор рецептов диетического питания		
9	Питание детей ясельного возраста. Составление меню детей ясельного возраста. <b>Практическая работа</b> «Приготовление киселя для детей ясельного возраста» /Дома/		
10	Приготовление национальных блюд. Запись рецептов национальных блюд. <b>Практическая работа</b> « Приготовление национальных блюд» /Дома/		
11	Составление меню на день. Составление меню на неделю		
12	Сервировка стола на завтрак, обед, ужин		
13	Составление меню праздничного стола. Запись рецептов для праздничного стола. Сервировка праздничного стола.		
<b>4. Семья - 2ч</b>			
14	Основные виды семейных отношений. Морально-этические нормы взаимоотношений в семье. Обязанности, связанные с заботой о детях.		
15	Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.		
<b>5. Культура поведения - 2ч.</b>			
16	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.		

17	Правила приема гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита).		
<b>Жилище – 3 ч.</b>			
18	Рациональная расстановка мебели в квартире. Уход за мебелью в зависимости от покрытия. Интерьер		
19	Интерьер. Подбор занавесей, светильников, картин и других деталей интерьера		
20	Правила сохранения жилищного фонда		
<b>Транспорт - 2ч.</b>			
21	Назначение автотранспорта. Автовокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Разовые и сезонные билеты.		
22	Основные маршруты самолетов. Службы аэровокзала. Правила поведения в аэропорту. Правила безопасности во время полета		
<b>Торговля - 3ч.</b>			
23	Значение ярмарок: международные, межрайонные, сельские		
24	Виды ярмарок: ярмарки-выставки, ярмарки-привозы <b>Практическая работа</b> «Посещение отделов магазина или ярмарки распродажи товаров по сниженным ценам» /Дома/		
25	Время и место проведения ярмарок <b>Практическая работа</b> «Экскурсия на ярмарку» /Дома/		
<b>Средства связи - 3ч.</b>			
26	Основные виды связи. (Почта, телеграф, телефон, компьютер). Их назначение.		
27	Почта. Виды почтовых отправлений. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.		
28	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. <b>Практическая работа</b> «Составить		

	телеграмму»		
<b>Медицинская помощь - 2ч.</b>			
29	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению Уход за больным Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности		
30	<b>Сюжетная игра</b> – «Больной в доме» (измерение температуры, чтение инструкций, показаний и применение лекарств, поправка постели, организация столика у больного, ставить горчичники на кукле.)		
<b>Учреждения, организации, предприятия - 2ч.</b>			
31	Предприятия бытового обслуживания населения. Виды услуг, правила пользования услугами.		
32	Профессии работников предприятий бытового обслуживания.		
<b>Трудоустройство – 3 ч.</b>			
33	Учреждения и отделы по трудоустройству; местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям.		
34	Виды документов, необходимых для поступления на работу Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию Правила перехода с одной работы на другую		

#### **Перечень учебно-методических средств обучения**

Субачева В.П., Социально-бытовая ориентировка. 9 класс: учеб. пособие образоват. организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями—М.: Владос, 2022. - 78 с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236590

Владелец Смирнова Татьяна Александровна

Действителен с 13.08.2024 по 13.08.2025