

# **Адаптированная рабочая программа**

**индивидуального обучения на дому для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями),  
вариант 1**

**«Основы социальной жизни»**

**7 класс**

**2022-2023 уч.год**

**Российская Федерация  
Республика Адыгея  
Муниципальное образование «Город Майкоп»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная школа №27»**

**Рассмотрено**

Руководитель ШМС  
\_\_\_\_\_ /Н.М.Удычак./

**Согласовано**

Заместитель директора школы по УВР  
\_\_\_\_\_ /М.В. Яловая /

**Утверждено**

Директор школы  
\_\_\_\_\_ /Ю.В.Трипкош/

Протокол № \_\_ от  
«\_\_»\_\_ \_\_2022 г.

«\_\_»\_\_ \_\_2022 г.

Приказ № \_\_ от «\_\_»\_\_ \_\_2022 г.

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
индивидуального обучения на дому для обучающегося с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), вариант 1  
по учебной дисциплине  
«Основы социальной жизни»**

Уровень обучения (класс) **основное общее образование ( 7 класс).**

Количество часов: **35**

Учитель первой категории: **Назарова Ольга Викторовна**

Программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), примерной адаптированной образовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), на основе авторской программы под редакцией В.В. Воронковой, АООП МБОУ «ОШ №27»

г. Майкоп, 2022/2023 уч. год.

## Структура адаптированной рабочей программы

Общая характеристика учебного предмета .....

Место курса в учебном плане. ....

### **1. Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса.....**

Личностные, предметные результаты освоения учебного предмета.....

Оценка достижений планируемых результатов освоения программы ...

### **2. Содержание курса.....**

### **3. Тематический план учебного курса, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....**

#### **Приложение**

Календарно-тематическое планирование .....

Описание учебно-методического обеспечения образовательной деятельности...

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету **«Основы социальной жизни»** разработана в соответствии с требованиями ФГОС образования для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), примерной адаптированной образовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), АООП МБОУ «ОШ №27» и реализует программу для 5-9 классов под редакцией В.В.Воронковой (Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида.)

Рабочая программа по учебному предмету **«Основы социальной жизни»** составлена в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основании следующих нормативно-правовых документов:

- **Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ** (с изменениями и дополнениями). Федеральный закон № 304-ФЗ от 31.07.2020 «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (вступает в силу с 1 сентября 2021 года);
- Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.12.2020 № 712 "О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся". (Зарегистрирован 25.12.2020 № 61828);
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (далее - СП 2.4.3648- 20);
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21);
- Примерные рабочие программы основного общего образования по учебным предметам, опубликованные на сайте ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО» раздел «Примерные рабочие программы по учебным предметам»;
- Примерная программа воспитания (Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 г. № 2/20);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении государственного образовательного стандарта образования с умственной отсталостью (далее – УО) (интеллектуальными нарушениями)»
- Постановление от 10.07.2015. № 26 Об утверждении СанПин 2.4.2. 3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Примерная адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 22.12.2015 № 4/15
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 14.08.2020 № ВБ-1612/07 «О программах основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- Программы для 5-9 классов под редакцией В.В. Воронковой (Программа для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида: Издательство: «ВЛАДОС», 2017)
- Индивидуального базисного учебного плана специальных (коррекционных) учреждений VIII вида.

**1.Закон Республики Адыгея от 27.12.2013 № 264 «Об образовании в Республике Адыгея»;**

2. Постановление Кабинета Министров Республики Адыгея от 24.07.2006 г. № 115 «О национально-региональном компоненте государственного образовательного стандарта»;

3.Приказы, утвержденные Министерством образования и науки Республики Адыгея:

4. Инструктивно-методические письма Министерства образования и науки Республики Адыгея:

- от 04.07.2011 № 3378 «О примерных учебных (образовательных) планах и рекомендациях государственным и муниципальным общеобразовательным учреждениям Республики Адыгея, реализующим основную образовательную программу основного общего образования, по формированию учебных (образовательных) планов при переходе на федеральные государственные образовательные стандарты общего образования»;
  - от 27.02.2012 г. № 859 «О новой редакции примерных учебных (образовательных) планов государственных и муниципальных общеобразовательных учреждений Республики Адыгея, реализующих основную образовательную программу основного общего образования, при переходе на федеральные государственные образовательные стандарты общего образования
  - Методические рекомендации по учебным предметам в части учета региональных, национальных- этнокультурных особенностей в соответствии с ФГОС»
  - от 25.03.2014 № 1536 «О примерных учебных (образовательных) планах и рекомендациях государственным и муниципальным образовательным учреждениям Республики Адыгея, реализующим основную образовательную программу основного общего образования, по формированию учебных (образовательных) планов в соответствии с ФГОС ООО».
- **Данная программа разработана в соответствии с:**
    - Индивидуальным учебным планом МБОУ «ОШ №27» обучения на дому на 2022/2023 учебный год;
    - АООП МБОУ «ОШ №27» на 2022-2023 уч.год;

- Программой воспитания МБОУ «ОШ №27». Календарным планом воспитательной работы.

Рабочая программа предназначена для обучения учащегося 7 класса, который согласно решению областной ЦПМПК обучается по специальной коррекционной программе школы 8 вида на дому. Общая ориентация ребенка в окружающем мире и запас бытовых знаний неудовлетворительны, не соответствуют норме. На контакт идет не всегда. Пишет неаккуратно. Познавательный интерес выражен слабо, уровень учебной мотивации низкий. Внеучебные интересы не выражены. Среднепродуктивное, среднеустойчивое внимание, низкий уровень произвольного внимания.

Преобладающий тип памяти - зрительный. Тип запоминания не выражен. Учащийся 7 класса практически не запоминает тексты, факты, определения. Процесс припоминания происходит при помощи наводящих вопросов.

Рабочая программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности учащегося, уровня его общего и речевого развития, подготовки к усвоению учебного материала, специфических отклонений в развитии, требующих индивидуальной коррекции.

**Цель учебного предмета «Основы социальной жизни»** заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

**Основными задачами** является овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;

развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;

развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;

формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;

формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

#### **Характерные особенности учебного предмета:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;

- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;

- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

#### **Общая характеристика учебного предмета**

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

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, 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 воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, 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 воспитанников и т. д.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов, презентации и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

## **Место курса в учебном плане**

Согласно индивидуальному учебному плану МБОУ «ОШ №27» обучения на дому на 2022 – 2023 учебный год на изучение курса отводится 35 часов

### **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Освоение обучающимися предмета географии предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных.*

***К личностным результатам освоения учебной программы относятся:***

**Патриотического воспитания:**

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе;
- проявление интереса к познанию природы, населения, хозяйства России, регионов и своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — цивилизационному вкладу России;
- ценностное отношение к историческому и природному наследию и объектам природного и культурного наследия человечества, традициям разных народов, проживающих в родной стране;
- уважение к символам России, своего края.

**Гражданского воспитания:**

- осознание российской гражданской идентичности (патриотизма, уважения к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувства ответственности и долга перед Родиной);
- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других

- людей;
- активное участие в жизни семьи;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, готовность к участию в гуманитарной деятельности («экологический патруль», волонтерство).

**Духовно-нравственного воспитания:**

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий для окружающей среды;

**Эстетического воспитания:**

- восприимчивость к разным традициям своего и других народов, понимание роли этнических культурных традиций;
- ценностного отношения к природе и культуре своей страны, своей малой родины;

**Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- соблюдение правил безопасности в природе;
- навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;
- готовность и способность осознанно выполнять и пропагандировать правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;
- бережно относиться к природе и окружающей среде.

**Трудового воспитания:**

- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого.

**Экологического воспитания:**

- ориентация на применение географических знаний для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;
- осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

**Предметные результаты**

***Минимальный уровень***

<b>Умеют</b>	<b>Знают</b>



<b>Транспорт</b>	
Оплачивать проезд, приобретать билеты	Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Ухаживать за телом, руками и ногами. Выполнять утреннюю гимнастику, принимать водные процедуры	Основные правила ухода за телом, руками и ногами. Основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики
<b>Одежда и обувь</b>	
Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых	Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой
<b>Питание</b>	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
<b>Жилище</b>	
Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем	Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними. Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола. Кухонную мебель, название и назначение
<b>Семья</b>	
Выполнять свои обязанности в семье	Ближних родственников, свои обязанности в семье
<b>Охрана здоровья</b>	
Измерять температуру тела, обрабатывать раны, порезы и ссадины.	Виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран, порезов и ссадин. Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
<b>Средства связи</b>	
Отправлять письма различного вида	Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем

***Достаточный уровень***

<b>Транспорт</b>	
Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты	Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов

<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Ухаживать за телом, руками и ногами, подбирать косметические средства. Выбирать способы закаливания и выполнять их	Основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования. Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения
<b>Одежда и обувь</b>	
Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их	Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке
<b>Питание</b>	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения. Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения. Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
<b>Жилище</b>	
Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь. Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню	Виды комнатных растений. Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений. Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели. Кухонную и столовую посуду
<b>Семья</b>	
Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности	Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье
<b>Охрана здоровья</b>	
Обрабатывать раны, порезы и ссадины, применять профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	Виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
<b>Средства связи</b>	
Составлять и отправлять письма различного вида	Основные средства связи, их назначение и особенности использования. Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида

**Базовые учебные действия** формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

#### **КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

#### **РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом

предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

#### **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

#### **Оценка достижений планируемых результатов освоения программы**

Критерии оценки при опросе:

«5» ставится, если обучающийся: правильно понимает сущность вопроса, может с помощью учителя или самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки.

«4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

«3» ставится в том случае, если обучающийся правильно понимает сущность рассматриваемых понятий, но при ответе: обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; испытывает затруднения в определении основных понятий, определений, правил; отвечает неполно на вопросы учителя, недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение, нуждается в постоянной помощи учителя; не может применить знания в новой ситуации и связать с ранее изученным материалом.

«2» ставится в том случае, если обучающийся: не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов; имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов; не умеет использовать средства наглядности; при ответе допускает ошибки, которые не может исправить даже при помощи учителя; допустил больше ошибок, чем необходимо для оценки 3.

«1» обучающимся не ставится.

При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объеме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%-50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

Оценка «2» ставится, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере (незнание основного программного материала).

Оценка «1» обучающимся не ставится.

При оценке письменных работ грубой ошибкой считается: неверное выполнение заданий вследствие неточного применения правил, неправильное решение задачи (неправильный выбор, пропуск действий, искажение смысла вопроса, привлечение посторонних или потеря необходимых информационных данных).

Примечание: при спорной оценке решение принимается в пользу обучающегося.

В силу особенностей психофизического развития и имеющих нарушениях лишь отдельные обучающиеся способны усвоить программный материал качественно, в полном объеме. Остальные обучающиеся могут знакомиться с программой в целом, а успешно усваивать только часть знаний и умений. Поэтому нормы оценок обучающихся носят условный характер. В этом вопросе требуется разумный компромисс между понятиями «оценка знаний» и «возможности ребёнка». При проверке работ следует учитывать не только уровень знаний, умений и владений обучающегося, но и академические и жизненные компетенции, достижения обучающегося в зоне ближайшего развития.

Результаты достижений жизненных компетенций отражаются в портфолио обучающихся.

## 2. Содержание курса

### Транспорт

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

### Личная гигиена и здоровье

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

*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Вредные привычки и способы предотвращения их появления.

### Одежда и обувь

*Значение опрятного вида человека.* Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.

### **Питание**

*Мясо и мясопродукты;* первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

*Яйца, жиры.* Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

*Овощи, плоды, ягоды и грибы.* Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

*Мука и крупы.* Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

### **Жилище**

*Комнатные растения.* Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

*Кухонная утварь.* Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

### **Семья**

Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

### **Охрана здоровья**

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная. *Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

### **Средства связи**

*Основные средства связи:* почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

*Письма.* Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

**3. Тематический план учебного курса,  
в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов,  
отводимых на освоение каждой темы**

№ п/п	Темы программы	Основные виды воспитательной деятельности	
1	Введение	Гражданско-патриотическое, Воспитание семейных ценностей Духовно-нравственного воспитания Экологическое воспитание	1 час
2	Личная гигиена		2 часа
3	Одежда и обувь		3 часа
4	Питание		7 часов
5	Семья		2 часа
6	Транспорт		2 часа
7	Культура поведения		2 часа
8	Жилище		4 часа
9	Торговля		2 часа
10	Средства связи		3 часа
11	Учреждения организации и предприятия		3 часа
12	Медицина		3 часа
<b>Итого</b>			<b>35</b>

**Приложение**  
**Календарно-тематическое планирование**  
**«Основы социальной жизни» - 35**

№ П/П	Тема урока	Кол-во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Дата		
				план	факт	
1.	<b>Введение.</b> Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ		урок- беседа			
2.	<b>Личная гигиена.</b> Особенности личной гигиены в жизни подростка		урок изучения нового материала			стр. 5-7 читать, пересказывать.
3.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные		практическая работа			<b>стр. 8-12 читать, пересказывать.</b>
4.	<b>Одежда и обувь.</b> Виды штопки. Ремонт одежды и обуви		комбинированный			стр.13-20 читать, пересказывать.
5.	Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей.		комбинированный			стр.21-29 читать, пересказывать.



6	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной		комбинированный			стр.31 читать, пересказыват ь.
7	<b>Питание.</b> Приготовление первых и вторых блюд		практическая работа			стр.32-34 читать, пересказыват ь.
8	Составление меню к обеду		практическая работа			стр.46 читать, пересказыват ь.
9	Сервировка стола.		комбинированный			стр.42 читать, пересказыват ь.
10	Пользование мясорубкой.		практическая работа			
11	Приготовление щей из свежей капусты		практическая работа			стр.38 читать, пересказыват ь.
12	Приготовление плова		практическая работа			стр.39 читать, пересказыват ь.
13	Приготовление киселя		практическая работа			Стр.40 читать, пересказыват ь.

14	<b>Семья.</b> Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание		урок изучения нового материала			стр.49-51 читать, пересказыват ь.
15	Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты в школе, интернате, дома		практическая работа			стр.52-55 читать, пересказыват ь.
16	<b>Транспорт.</b> Междугородный железнодорожный транспорт		урок изучения нового материала			стр.94-97 читать, пересказыват ь.
17	Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения билетов		комбинированный			стр.98-103 читать, пересказыват ь.
18	<b>Культура поведения.</b> Правила приема приглашения в гости и формы отказа		комбинированный			стр.60-62 читать, пересказыват ь.
19	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки		практическая работа			стр.63-68 читать, пересказыват ь.
20	<b>Жилище.</b> Регулярная и сезонная уборка жилого помещения		практическая работа			стр.70-73 читать, пересказыват ь.

21	Сухая и влажная уборка помещения		практическая работа			стр.74-80 читать, пересказыват ь.
22	Пользование пылесосом и уход за ним		практическая работа			стр.90 читать, пересказыват ь.
23	Мытье полов		практическая работа			стр.81-89 читать, пересказыват ь.
24	<b>Торговля.</b> Универмаги и универсамы, их назначение		комбинированный			стр.104-106 читать, пересказыват ь.
25	Экскурсия в магазин		экскурсия			
26	<b>Средства связи .</b> Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка.		урок изучения нового материала			стр.107 читать, пересказыват ь.
27	Заполнение бланков на упаковку		практическая работа			стр.108 читать, пересказыват ь.
28	Экскурсия на почту		экскурсия			

29-30	<b>Медицинская помощь.</b> Виды доврачебной помощи: уход за больным, измерение температуры		комбинированный			стр.114-118 читать, пересказывать.
31-34	Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны		Практическая работа			стр.109-113 читать, пересказывать.
35	Экскурсия в больницу		экскурсия			

### **Описание учебно-методического обеспечения образовательной деятельности**

1. *В.В. Воронкова* «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДОС – 2000 год.
2. Практический материал к урокам СБО в специальной (коррекционной) школе VIII вида С.А.Львова «Владос»,2010.
3. В. П. Субчева Социально-Бытовая Ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. ВЛАДОС ISBN: 978-5-691-01877-0