

**Аннотация к рабочей программе  
по предмету «Основы социальной жизни»  
в 5 – 9 классах**

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерством просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026.);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1);
- Учебный план образовательного учреждения.

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

Учебно-методический комплект для реализации программы:

1. Комарова С.В., Александрова Е.Л. Основы социальной жизни. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. 5 класс. Москва. «Просвещение», 2023 г.
2. Комарова С.В., Александрова Е.Л. Основы социальной жизни. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. 6 класс. Москва. «Просвещение», 2023 г.
3. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 г.
4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 г.
5. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 г.
6. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 г.

Учебный план МБОУ ООШ № 45 рассчитан на 34 учебные недели, на изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится 68 часов.

# Рабочая программа по основам социальной жизни в 5 – 9 классах

## 1. Пояснительная записка

### Статус документа

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» предназначена для обучающихся 5 - 9 классов. Нормативно-правовую базу составляют:

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерством просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026.);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1);
- Учебный план образовательного учреждения.

### Характеристика контингента обучающихся

У всех детей имеются нарушения психофизического развития разной степени выраженности, недостаточность познавательных интересов сочетается с незрелостью высших психических функций, с нарушениями памяти, речи, с плохой координацией движений, с функциональной недостаточностью зрительного и слухового восприятия. Мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления. Испытывают трудности с запоминанием, сохранением и воспроизведением полученной информации. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Наблюдается отставание в физическом развитии. Моторные функции развиты не равномерно. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. Для детей данной категории характерны низкие адаптационные возможности, неумение ориентироваться во времени и пространстве, а также нарушения эмоционально-волевой сферы и поведения.

Контингент обучающихся представляет достаточно неоднородный состав. Школьники разные по состоянию здоровья и психофизического развития. Контингент обучающихся представляет достаточно неоднородный состав. Школьники разные по состоянию здоровья и уровню психофизического развития. Детям на разных этапах урока предлагается дифференцированные задания, предлагается индивидуальная помощь учителя.

## ***Цель и задачи программы***

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

***Задачи:***

### **Образовательные**

- Расширять кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- Формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- Ознакомить с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формировать необходимые умения;
- Ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формировать умения пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности.

### **Коррекционно-развивающие:**

- Учить анализировать, обобщать, классифицировать, сравнивать изучаемые объекты и явления, устанавливать причинно-следственные связи и зависимости.
- Развивать наблюдательность, память, воображение.
- Расширять лексический запас. Развивать связную речь.

### **Воспитательные:**

- Развивать навыки здорового образа жизни; положительные качества и свойства личности.
- Способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения;
- Воспитывать социально значимые качества личности.

## ***2. Общая характеристика учебного предмета***

Учебный предмет «Основы социальной жизни» направлен на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивает гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Предмет содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения.

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.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

### ***Описание места учебного предмета в учебном плане***

Настоящая программа рассчитана на учащихся 5– 9 классов. Срок реализации настоящей программы 1 учебный год. Занятия по данной рабочей программе

проводятся в форме урока (40 мин). На курс отведено **68 часа в год** или **2 час в неделю** (согласно расписанию). Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

#### 4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные	Предметные	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Формировать уважительное отношения к иному мнению;</p> <p>Овладеть социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;</p> <p>овладеть навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;</p> <p>способствовать осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p> <p>принять и освоить социальную роль обучающегося;</p> <p>формировать и развивать социально значимые мотивы учебной деятельности;</p> <p>развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p> <p>формировать эстетические потребности, ценности и чувства;</p> <p>развивать этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам</p>	<p>Формирование представлений о разных группах продуктов питания;</p> <p>знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;</p> <p>приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;</p> <p>представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;</p> <p>соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;</p> <p>знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;</p> <p>соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;</p> <p>знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;</p> <p>знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;</p> <p>решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия</p>	<p>Знание способов хранения и переработки продуктов питания;</p> <p>составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;</p> <p>самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;</p> <p>совершение покупок товаров ежедневного назначения;</p> <p>соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;</p> <p>соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;</p> <p>представления о морально-этических нормах поведения;</p> <p>некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);</p> <p>навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);</p> <p>пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;</p>

<p>других людей;  формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>
---	--	--

## *5. Содержание учебного предмета*

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

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

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

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

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

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

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

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

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

**Жилище.** Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей

для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

**Одежда и обувь.** Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распорوشевого шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви, их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.



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

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

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

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

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

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

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.

Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

**Торговля.** Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товаров. Специализированные магазины и их отделы.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Ярмарки. Виды ярмарок. Значение ярмарок. Покупки онлайн. Онлайн оплата. Безопасность онлайн оплаты.

**Транспорт.** Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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

Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

**Предприятия, организации, учреждения.** Образовательные организации. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

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

**Семья.** Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

**Экономика домашнего хозяйства.** Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Домашние обязанности.

**Культура поведения.** Правила поведения в общественных местах. Приемы обращения с просьбой. Согласие и вежливый отказ. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Культура общения девушки и юноши. Внешний вид молодых людей.

**Трудоустройство.** Учреждения и отделы по трудоустройству. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Собеседование. Зарплата, ее получение. Трудовая дисциплина. Профессии младшего обслуживающего персонала.

**Базовые учебные действия:**

<i>Личностные</i>	<i>Регулятивные</i>
<p>Целостный, ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;</p> <p>Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе на доступном уровне;</p> <p>Гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.</p>	<p>Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;</p> <p>Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.).</p> <p>Работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место;</p> <p>Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;</p> <p>Корректировать в соответствии с внешней оценкой свою деятельность.</p>
<i>Коммуникативные</i>	<i>Познавательные</i>
<p>Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p> <p>Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;</p> <p>Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.</p>	<p>Быть готовым к безопасному и бережному поведению в природе и обществе;</p> <p>Наблюдать; работать с информацией (понимать элементарное изображение, текст, устное высказывание, схематическое изображение таблицы, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях);</p> <p>Делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;</p> <p>Выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов.</p>

**6. Тематическое планирование**

**5 класс**

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Забота о себе	16
2.	Домоводство	16

3.	О вкусной и здоровой пище	9
4.	Мир полезных устройств	13
5.	Семья	14
	<b>Итого:</b>	68

**6 класс**

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Я сам	9
2.	Дела семейные	12
3.	Домоводство	25
4.	О вкусной и здоровой пище.	22
	<b>Итого:</b>	68

**7 класс**

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Личная гигиена и здоровье	4
2.	Одежда и обувь	7
3.	Питание	10
4.	Семья	3
5.	Культура поведения	8
6.	Жилище	10
7.	Транспорт	4
8.	Торговля	4
9.	Охрана здоровья	10
10.	Экономика домашнего хозяйства	8
	<b>Итого:</b>	68

**8 класс**

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Личная гигиена и здоровье	5
2.	Одежда и обувь	14
3.	Питание	6
4.	Семья	7
5.	Охрана здоровья	7
6.	Транспорт	4
7.	Торговля	3
8.	Культура поведения	4
9.	Средства связи	7
10.	Предприятия, организации, учреждения	3
11.	Экономика домашнего хозяйства	8
	<b>Итого:</b>	68

**9 класс**

№	Наименование раздела	Кол-во часов
---	----------------------	--------------

1.	Одежда и обувь	6
2.	Питание	10
3.	Жилище	8
4.	Охрана здоровья	8
5.	Личная гигиена и здоровье	7
6.	Средства связи	2
7.	Учреждения, предприятия, организации	6
8.	Культура поведения	3
9.	Трудоустройство	8
10.	Торговля	2
11.	Транспорт	3
12.	Семья	5
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>

## **7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### **Учебно-методическая литература:**

7. Комарова С.В., Александрова Е.Л. Основы социальной жизни. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. 5 класс. Москва. «Просвещение», 2023 г.
8. Комарова С.В., Александрова Е.Л. Основы социальной жизни. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. 6 класс. Москва. «Просвещение», 2023 г.
9. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 г.
10. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 г.
11. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 г.
12. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 г.

### **Технические средства обучения**

13. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.
14. Карточки с заданиями.
15. Раздаточный материал.
16. Дидактический материал.
17. Презентации.

### **Компьютерные технологии**

18. Компьютер.
19. Мультимедийный проектор (интерактивная доска).