

Приложение к  
АООП ООО МБОУ ООШ  
с. Марьино-Николаевка

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного предмета «Основы социальной жизни» по адаптированной**  
**основной общеобразовательной программе основного общего образования**  
**обучающихся с лёгкой умственной отсталостью**  
**(интеллектуальными нарушениями)**  
**для 9 класса**

**на 2024-2025 учебный год**

**с. Марьино-Николаевка**

**2024 г**

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 9 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю). 1 час на ОСЖ добавлен из части, формируемой участниками образовательных отношений. ( 3ч в неделю)

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

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

Задачи обучения:

– 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 9 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о здоровом образе жизни, его влиянии на организм человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;
- формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;

- формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений;
- формирование умения рассчитывать бюджет: доходы и расходы.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Основам социальной жизни» в 9 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 9 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На пятом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, соблюдения правил здорового образа жизни и бережного отношения к собственному здоровью, применения теоретических знаний на практике, формирование знаний об основах семейного бюджета и рациональном распределении бюджета. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли, транспорта и бытовых предприятий. Большое значение имеют разделы, направленные на получение практических навыков по приготовлению простых и знакомых блюд, соблюдению правил поведения в быту, распределению бюджета для покупок определённых товаров и расчет стоимости продуктов питания, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия,

аккуратности, терпении, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

### **III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Личностные:**

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

#### **Предметные:**

##### Минимальный уровень:

- 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 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 средствах связи;

– знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

– составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

– самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

– самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

– 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.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№/п/п	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1.	Вредные привычки и способы предотвращения их появления.	1	
2.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	1	
3.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	1	
4.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека	1	
5.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека	1	
6.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	1	
7.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	1	
8.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1	
9.	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.	1	
10.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.	1	1

11.	Санузел и ванная комната.	1	
12.	Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение.	1	
13.	Правила безопасного поведения в ванной комнате.	1	
14.	Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос.	1	
15.	Правила пользования стиральными машинами. стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках.	1	
16.	Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности.	1	
17.	Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности.	1	
18.	Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).	1	
19.	Предприятия бытового обслуживания.	1	
20.	Прачечная. Виды услуг.	1	
21.	Правила пользования прачечной. Прейскурант.	1	
22.	Правила пользования прачечной. Прейскурант.	1	

23.	Химчистка. Услуги химчистки.	1	
24.	Правила приема изделий и выдачи изделий.	1	
25.	Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.	1	1
26.	Выбор и покупка одежды.	1	
27.	Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.	1	
28.	Выбор и покупка одежды.	1	
29.	Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.	1	
30.	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	1	
31.	Магазины по продаже одежды.	1	
32.	Специализированные магазины по продаже одежды.	1	
33.	Правила возврата или обмена купленного товара (одежды).	1	
34.	Хранение чека. Гарантийные сроки носки.	1	1
35.	Изделия из теста.	1	

36.	Изделия из теста.	1	
37.	Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное.	1	
38.	Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье.	1	
39.	Приготовление изделий из теста.	1	
40.	Составление и запись рецептов.	1	
41.	Приготовление изделий из теста.	1	
42.	Составление и запись рецептов.	1	
43.	Приготовление изделий из замороженного теста.	1	
44.	Ужин.	1	
45.	Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	1	
46.	Составление меню для холодного ужина.	1	
47.	Отбор продуктов для холодного ужина.	1	
48.	Отбор продуктов для холодного ужина.	1	
49.	Приготовление несложных салатов и холодных закусок.	1	

50.	Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.	1	1
51.	Основное отличие рынка от магазина.	1	
52.	Основное отличие рынка от магазина.	1	
53.	Составление меню для горячего ужина.	1	
54.	Отбор продуктов для горячего ужина.	1	
55.	Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина.	1	
56.	Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.	1	
57.	Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.	1	1
58.	<i>Домашние заготовки.</i>	1	
59.	<i>Домашние заготовки.</i>	1	
60.	Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.	1	
61.	Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.	1	
62.	Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.	1	

63.	Глубокая заморозка овощей и фруктов.	1	
64.	Глубокая заморозка овощей и фруктов.	1	
65.	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.	1	
66.	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.	1	
67.	Варенье из ягод и фруктов.	1	
68.	Варенье из ягод и фруктов.	1	1
69.	Рынки.	1	
70.	Рынки.	1	
71.	Виды продовольственных рынков: открытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные	1	
72.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.	1	
73.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.	1	
74.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.	1	1
75.	Правила оплаты различных видов телефонной связи.	1	

76.	Правила оплаты различных видов телефонной связи.	1	
77.	Сотовые компании, тарифы.	1	
78.	Сотовые компании, тарифы.	1	
79.	Интернет-связь. Электронная почта.	1	
80.	Интернет-связь. Электронная почта.	1	
81.	Видеосвязь (скайп).	1	
82.	Видеосвязь (скайп).	1	
83.	Особенности, значение в современной жизни.	1	
84.	Особенности, значение в современной жизни.	1	1
85.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	
86.	Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	
87.	Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	
88.	Муниципальные власти. Структура, назначение	1	
89.	Муниципальные власти. Структура, назначение	1	

90.	Экономика домашнего хозяйства.	1	
91.	Экономика домашнего хозяйства.	1	
92.	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	1	
93.	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	1	
94.	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	1	
95.	Определение суммы доходов семьи на месяц.	1	
96.	Определение суммы доходов семьи на месяц.	1	1
97.	Основные статьи расходов.	1	
98.	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	1	
99.	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	1	
100	Годовая контрольная работа	1	1
101	Планирование дорогостоящих покупок.	1	
102	Планирование дорогостоящих покупок	1	



## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### Основной список литературы

- 1 Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.
- 2 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, 2023 год – 136 с.

### Дополнительный список литературы

- 1 Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2020 год.
- 2 Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В.

Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2016 год – 247 с.

### Технические средства обучения

- 1 Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.
- 2 Мультимедийный проектор.

### Интернет-ресурсы

- 1 <http://www.uroki.net/>.