



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Бурятия
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Республиканский центр образования"

РАССМОТРЕНО

На заседании МО коррекционных
классов  (Бугланова А.М.)
Протокол №1 от "29"августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель методического
совета 
(Дугаржапова Г.Д.)
Протокол № 1 от "30" августа
2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор 
(Новокрещенных С.П.)
Приказ № 148.
от "2" сентября 2024 г.



**АДАПТИРОВАННАЯ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета «Основы социальной жизни»
для 7- 9 классов
обучающихся с интеллектуальными нарушениями
(вариант 1)
на 2024-2025 учебный год

Улан-Удэ 2024

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Название предмета(курса)	Основы социальной жизни
Класс, уровень	7-9 (вариант 1)
Кол-во часов в год	7 класс- 17ч, 8класс- 17 ч, 9 класс – 17 ч.
Нормативные документы	Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1599 от 19.12.2014 г.) Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 № 1026; Положение о рабочей программе учебного предмета (курса) ГБОУ «Республиканский центр образования».
Цель и задачи изучения предмета (курса)	Цель обучения: - практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. Задачи: - 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; - коррекция личностного развития ребёнка и подготовка его к самостоятельной жизни.
Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации	Аттестация проводится по текущим оценкам соответственно за четверть и учебный год.
Тематическое планирование	Личная гигиена, одежда, питание, семья, жилище, транспорт, торговля, медпомощь, бюджет семьи, учреждения организации
Используемый учебник	Комарова С.В. Александрова Е.Л «Основы социальной жизни» (учебник для обучающихся интеллектуальными нарушениями); М «Просвещение» 7 класс

СОДЕРЖАНИЕ

I ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.....	4-7
III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	7-10
IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	10-11
V. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	12-23
VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.....	24

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, проекта программ ФГНУ «ИКП»

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся 7-9 класса 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 7-9 классах рассчитана на 34 учебные недели и составляет 17 часа в год (0,5 часа 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.

I. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Обучение «Основам социальной жизни» 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 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 третьем году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, применения теоретических знаний на практике и формирование правильных отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения в семье, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

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

Содержание учебного предмета.

7 класс

Личная гигиена и здоровье. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростком. Уход за волосами. Средства для ухода за волосами. Виды шампуней в

зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Охрана здоровья. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи.

Жилище. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Практическая работа по уборке помещений. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Одежда и обувь. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Практическая работа. Пришивание пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва.

Питание. Виды питания. Пищевая ценность продуктов. Мука и крупы. Виды муки и круп. Правила хранения муки и круп. Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Мясные блюда. Рыбные блюда. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда. Праздничный обед. Правила этикета за столом.

Транспорт. Междугородний железнодорожный транспорт. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Правила поведения детей на железной дороге.

Средства связи. Бандероли. Виды бандеролей. Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности. Основные виды выпускаемой продукции. Профессии рабочих и служащих

Семья. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Досуг как источник получения новых знаний. Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование.

8 класс

Личная гигиена и здоровье. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. и др.) Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) Практическая работа: определение своего типа кожи и приобретение практических навыков по уходу за кожей лица. Внешний вид молодых людей. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

Охрана здоровья. Госпитализация. Амбулаторный приём. Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного

Жилище. Электробытовые приборы в ванной комнате. Стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами. Стиральные средства для машин, условные обозначения на упаковках. Техника безопасности. Магазины по продаже электробытовой техники. Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Уход за жилищем. Создание уюта в доме. Убранство жилых комнат.

Одежда и обувь. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. 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. Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды. Значение опрятного вида человека. (самостоятельное изучение)

Питание. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Рецепты несложных салатов и холодных закусок. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении.

Средства связи. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Культура разговора по телефону. Интернет-связь. Особенности, значение в современной жизни. Безопасность в сети. Правила и особенности пользования интернетом.

Транспорт. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта.

Пристань. Порт. Основные маршруты водного транспорта. Порядок приобретения билетов.

Семья. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху. Культура межличностных отношений.

9 класс

Личная гигиена и здоровье. Вредные привычки и способы предотвращения их появления Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека. Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека. Значение физических упражнений: в здоровом теле - здоровый дух. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками.

Охрана здоровья. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Порядок выдачи листков нетрудоспособности. Самолечение и его негативные последствия. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Жилище. 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.

Одежда и обувь. Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Профессия обувщик. Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии. Практическая работа: определение размеров обуви, примерка одежды и обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека Стиль одежды, мода, средства выражения индивидуальности. Выведение пятен в домашних условиях.

Питание. Организация питания семьи. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Приготовление изделий из замороженного теста. Рецепты. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Варенье из ягод и фруктов. Правила рационального питания для подростков. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Рецепты. Виды салатов. Рецепты салатов.

Средства связи. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Личные письма. Практическая работа. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Отправление письма. Экскурсия на почту. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Транспорт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Виды воздушного транспорта. Самолёты. Вертолёты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Безопасность в воздухе. Правила безопасного поведения во время взлёта и посадки

Предприятия, организации, учреждения. Исполнительные органы государственной власти. Муниципальные власти. Структура, назначение. Названия местных предприятий, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Семья. Культура межличностных отношений: выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи. 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. Практическая работа. Составление бюджета семьи

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

7 класс

Личностные:

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

Предметные:

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 названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

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

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).

8 класс

Личностные:

- осознание себя как гражданина России;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной 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 отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о различных видах средств 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.

9 класс

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.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

Критерии оценки предметных результатов

Оценка «5» ставится если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

Оценка «4» ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;

– отвечает на наводящие вопросы.

Оценка «3» ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

Оценка «2» не ставится.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

7 КЛАСС

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/работы	Практ. работы	
1	Личная гигиена и здоровье	2			https://resh.edu.ru/subject/ https://mob-edu.ru/ui https://edu.skysmart.ru/homework/new
2	Охрана здоровья	1			
3	Жилище	3			
4	Одежда и обувь	2			
5	Питание	3			
6	Транспорт	1			
7	Средства связи	1			
8	Предприятия, организации, учреждения	1			
9	Семья	2			
10	Итоговое занятие	1	1		
	Итого	17	1		

8 КЛАСС

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/работы	Практ. работы	
1	Личная гигиена и здоровье	2			https://resh.edu.ru/subject/ https://mob-edu.ru/ui https://edu.skysmart.ru/homework/new
2	Охрана здоровья	1			
3	Жилище	1			
4	Одежда и обувь	3			
5	Питание	2			
6	Транспорт	1			
7	Средства связи	2			
8	Предприятия, организации, учреждения	1			

9	Семья	1			
10	Итоговое занятие	1	1		
	Итого	17	1		

9 КЛАСС

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/работы	Практ. работы	
1	Личная гигиена и здоровье	2			https://resh.edu.ru/subject/ https://mob-edu.ru/ui https://edu.skysmart.ru/homework/new
2	Охрана здоровья	1			
3	Жилище	3			
4	Одежда и обувь	2		1	
5	Питание	3			
6	Транспорт	1			
7	Средства связи	1		1	
8	Предприятия, организации, учреждения	1			
9	Семья	2			
10	Итоговое занятие	1	1		
	Итого	17	1		

V ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные образовательные ресурсы
		Всего	к/работы	п/работы		
	Личная гигиена и здоровье-2ч					
1	Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками. Гигиенические требования к использованию личного белья.	1			02.09-06.09	https://www.youtube.com/watch?v=UXpYviQCucc
2	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами. _Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.	1			16.09-20.09	https://resh.edu.ru/
	Охрана здоровья -1ч					
3	Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи.	1			30.09-04.10	https://resh.edu.ru/

	Жилище -3ч					
4	Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты.	1			14.10-18.10	https://infourok.ru/
5	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.	1			04.11-08.11	
	Ручная стирка белья. Практическая работа (самостоятельное изучение)					
6	Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения Уход за различными видами напольных покрытий.	1			18.11-22.11	https://infourok.ru/
	Ежедневная уборка. Практическая работа по уборке помещений. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. (самостоятельное изучение)				02.12-06.12	

	Одежда и обувь -2ч					
7	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1			02.12-06.12	https://mob-edu.ru/ui
	Практическая работа: глажение изделий(самостоятельное изучение)					
8	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Практическая работа.	1			16.12-20.12	https://infourok.ru/
	Продление срока службы одежды. Прачечная. Виды услуг	1				
	Практическая работа. Пришивание пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва.(самостоятельное изучение)					
	Питание-3ч					
9	Виды питания. Пищевая ценность продуктов. Мука и крупы. Виды муки и круп. Правила хранения муки и круп.	1			13.01-17.01	https://edu.skysmart.ru/homework/new

	Вредители круп и муки. Просеивание муки.					
10	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Мясные блюда.	1			27.01-31.01	https://mob-edu.ru/ui
11	Рыбные блюда. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.	1			10.02-14.02	https://mob-edu.ru/ui
	Практическая работа – приготовление гарнира. Экскурсия в магазин. Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда . Праздничный обед. Правила этикета за столом. (самостоятельное изучение)					
	Транспорт-1ч					
12	Междугородний железнодорожный транспорт. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Правила поведения детей на железной дороге	1			24.02-28.02	https://edu.skysmart.ru/homework/new
	Средства связи – 1ч					

13	Бандероли. Виды бандеролей. Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	1			10.03-14.03	https://edu.skysmart.ru/homework/new
	Экскурсия на почту. Ознакомление с работой почты.(самостоятельное изучение)					
	Предприятия, организации, учреждения -1ч					
14	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности. Основные виды выпускаемой продукции. Профессии рабочих и служащих.	1			17.03-21.03	https://resh.edu.ru/
	Семья -2ч					
15	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1			07.04-11.04	https://mob-edu.ru/ui
16	Досуг как источник получения новых знаний. Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний	1			28.04-02.05	https://resh.edu.ru/

	отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование.					
	Итоговое занятие – 1 ч					
17	Итоговое занятие	1	1		12.05-16.05	

8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата Изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<i>Личная гигиена и здоровье - 3 ч.</i>						
1	Правила и приемы ухода за кожей лица с помощью косметических средств.	1		1	09-14.09	http://www.rsl.ru
2	Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.	1			23-28.09	http://www.gnpbu.ru
3	Вредные привычки и способы предотвращения их появления				07.10-11.10	
<i>Одежда и обувь - 3 часа.</i>						
4	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в	1	1		21-25.10	http://www.pedlib.ru

	домашних условиях. Утюжка . Чистка обуви					
	Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания.	1			04.11-08.11	http://www.int-edu.ru
5	Практическая работа. Выведение мелких пятен	1			18-22.11	
<i>Питание –2 часа.</i>						
6	Приготовление изделий из теста.	1	1		02.12-06.12	http://www.gnpbu.ru
7	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.	1		1	16-26.12	http://www.ed.gov.ru
<i>Семья-1 час.</i>						
8	Пражнения в купании, вании, пеленании куклы. стье детской посуды, ушек.	1		1	13.01-18.01	http://www.rsl.ru
<i>Культура поведения-1 час.</i>						
9	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей	1			27- 30.01	http://www.rsl.ru
<i>Жилище - 1 час.</i>						
10	Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.	1	1		10.02-14.02	http://www.rsl.ru

<i>Транспорт - 1 час.</i>						
11	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	1			24-28.02	http://www.rfh.ru
<i>Торговля – 1 час.</i>						
12	Стоимость основных товаров. Ролевая игра «Покупатель и продавец»	1		1	10.03-22.03	http://www.rsl.ru
<i>Средства связи – 1 час.</i>						
13	Телефон. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону.	1			07.04-18.04	http://www.rfh.ru
<i>Медицинская помощь – 2 часа.</i>						
14	Первая помощь при	1			21-25.04	http://www.rfh.ru

	несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).					
15	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1				http://www.rsl.ru
<i>Учреждения, организации, предприятия – 1 час.</i>						
16	Государственные учреждения: департамент, муниципалитет, их назначение.	1			05.05-08.05	http://www.pedlib.ru
<i>Бюджет семьи – 1 час.</i>						
17	Основные статьи расходов. Планирование расходов с учетом бюджета и состава семьи Тест	1	1		19-23.05	http://www.ed.gov.ru
	Итого:	17				

9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	контрольные работы	практические работы		
1	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	1			02.09-13.09	https://mob-edu.ru/ui
2	Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками	1			16.09-27.09	https://resh.edu.ru/
3	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1			30.09-11.10	https://edu.skysmart.ru/homework/new
4	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	1			14.10-25.10	https://infourok.ru/
5	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика	1	1		05.11-15.11	https://mob-edu.ru/ui

	появления грызунов и насекомых в доме					
6	Интерьер жилых помещений. Способы расстановки мебели	1			18.11-29.11	https://infourok.ru/
7	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели	1			02.12-13.12	https://resh.edu.ru/
8	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант	1			16.12-27.12	https://mob-edu.ru/ui
9	Стиль одежды, мода, средства выражения индивидуальности	1	1		13.01-24.01	https://edu.skysmart.ru/homework/new
10	Правила и приемы глажения одежды из различных тканей	1			03.02-14.02	https://infourok.ru/
11	Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания	1			17.02-28.02	https://resh.edu.ru/
12	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок	1			03.03-14.03	https://edu.skysmart.ru/homework/new

13	Правила рационального питания для подростков. Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Рецепты	1	1		17.03-04.04	https://mob-edu.ru/ui
14	Виды воздушного транспорта. Самолёты. Вертолёты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда	1			07.04-18.04	https://resh.edu.ru/
15	Исполнительные органы государственной власти. Муниципальные власти. Структура, назначение	1			21.04-02.02	https://infourok.ru/
16	Культура межличностных отношений: выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи	1			05.05-16.06	https://edu.skysmart.ru/homework/new
17	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода	1			19.05-26.05	https://mob-edu.ru/ui

У I.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

- 1.С.В. Комарова, Е.Л. Александрова Основы социальной жизни :6 класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. М.: Просвещение,2023
- 2.О.Б. Жестовская . Уроки СБО: учеб. Пособие для 6 кл. общеобразовательных организаций реализующих ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) М.: издательство Владос, 2018
- 3.Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (2коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С. А. Львова/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.
- 4.Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000
5. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет

Видео уроки

<https://www.youtube.com/watch?v=UXpYviQCucc>

<https://www.youtube.com/watch?v=7BYLufVo7-U>

<https://www.youtube.com/watch?v=QlnW57bSpfc>

<https://www.youtube.com/watch?v=JLqZaV1P8Rs>

<https://www.youtube.com/watch?v=7BYLufVo7-U>

V I. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

- 1.С.В. Комарова, Е.Л.Александрова Основы социальной жизни :7 класс : учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. М.: Просвещение,2023
- 2.О.Б. Жестовская . Уроки СБО: учеб. Пособие для 7 кл. общеобразовательных организаций реализующих ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) М.: издательство Владос, 2018
3. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 год.
4. 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, 2006 год – 247 с.
5. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003
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 год – 136 с.