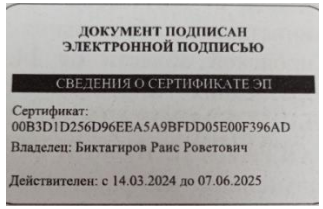
Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
« Школа с ограниченными возможностями здоровья г. Вятские Поляны»

ПРИНЯТО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании методического	Заместитель директора по	Директор КОГОБУ ШО г. Вятские Поляны
совета	учебно – воспитательной работе	_____Р.Р.Биктагиров
Протокол №_3__	_____Г.Н. Гайнуллина	Приказ №__88_____
от «29_»___08__2024 г.	«_30_»_08_2 0 24 г.	от «_30___»___08_____2024 г.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основ социальной жизни
для обучающихся 9 класса

Автор-составитель: Хабибрахманова Анна Александровна
учитель математики, высшей
квалификационной категории

г. Вятские Поляны

2024-2025 уч. г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 6

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 10

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 15

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).

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.

Содержание разделов

	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
	Личная гигиена и здоровье	5	1
	Охрана здоровья	5	1
	Жилище	8	1
	Одежда и обувь	11	1
	Питание	18	1
	Транспорт	5	1

	Средства связи	6	1
	Предприятия, организации, учреждения	4	1
	Семья	5	1
0	Итоговое занятие	1	1
	Итого:	**68**	10

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.

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» ставиться 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» ставиться, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;
- отвечает на наводящие вопросы.

Оценка «3» ставиться, 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**

№	Тема урока	Кол-во часов	Домашнее задание	По плану	По факту	Контрольные работы
	Личная гигиена и здоровье – 5 часов					
1	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека	1				
	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека	1				
3	Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека	**1**				
4	Значение физических упражнений: в здоровом теле - здоровый дух	1				
5	Правила и приемы соблюдения личной гигиены	1				

	подростками					
	Охрана здоровья – 5 часа					
6	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1				
7	Порядок выдачи листков нетрудоспособности	1				
38	Самолечение и его негативные последствия	1				
9	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1				
10	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	1				
11	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме	1				
12	Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми	1				

13	Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами	1				
14	Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми	1				
15	Интерьер жилых помещений. Способы расстановки мебели	1				
16	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели	1				

17	Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин, условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности	1				
18	Практическая работа: стирка с помощью стиральной машины	1				
Одежда и обувь – 11 часов						
19	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант	1				
20	Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви	1				
21	Профессия обувщик	1				
22	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии	1				
23	Практическая работа: определение размеров обуви, примерка одежды и обуви	1				
24	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека	1				
25	Стиль одежды, мода, средства выражения индивидуальности	1				
26	Выведение пятен в домашних условиях	1				
27	Практическая работа: выведение пятен в домашних условиях	1				
28	Правила и приемы глажения одежды из различных тканей	1				
29	Практическая работа: глажение одежды из различных видов тканей	1				
Питание – 18 часов						
30	Организация питания семьи	1				
31	Режим питания. Разнообразие продуктов,	1				

	составляющих рацион питания					
32	Приготовление изделий из замороженного теста. Рецепты	1				
33	Приготовление изделий из замороженного теста	1				
34	Приготовление изделий из замороженного теста	1				
35	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок	1				
36	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок.	1				
37	Глубокая заморозка овощей и фруктов	1				

38	Варенье из ягод и фруктов	1				
39	Правила рационального питания для подростков	1				
40	Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные	1				
41	Экскурсия на рынок	1				
42	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Рецепты	1				
43	Практическая работа – приготовление гарнира	1				
44	Приготовление традиционных блюд. Рецепты	1				
45	Приготовление традиционных блюд – практическая работа	1				
46	Виды салатов. Рецепты	1				
47	Приготовление салатов	1				
Транспорт – 5 часа						
48	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы	1				
49	Виды воздушного транспорта. Самолёты. Вертолёты	1				
50	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда	1				
51	Практическая работа: «Выбор пункта назначения»	1				
52	Безопасность в воздухе. Правила безопасного поведения во время взлёта и посадки	1				
53	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением	1				

54	Личные письма	1				
55	Личные письма. Практическая работа	1				
56	Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки	1				
57	Отправление письма. Экскурсия на почту	1				
58	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления	1				
Предприятия, организации, учреждения – 4 часа						
59	Исполнительные органы государственной власти	1				
60	Муниципальные власти. Структура, назначение	1				

61	Названия местных предприятий, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих	1					
62	Экскурсия на предприятие	1					
63	Культура межличностных отношений: выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи	1					
64	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода	1					
65	Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов	1					
66	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок	1					
67	Практическая работа. Составление бюджета семьи	1					
68	Итоговое занятие	1					

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

1. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классов. Сборник 1. Под редакцией В.В. Воронковой – М., ВЛАДОС, 2011г.
2. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование /авт.-сост. С.А. Львова. – Волгоград: 2011.
3. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIIIвида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. – 304 с.: ил. – (Коррекционная педагогика)
4. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А. Львова. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).
5. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. – 192 с. – (Коррекционная школа).

Дополнительная литература.

1. Медико-санитарная подготовка учащихся: В. Н. Завьялов, М.И. Гоголев, В.С. Мордвинов и др.; под ред. П.А. Курцева, М.: Просвещение, 1988. - 112 с.
2. Коструб А.А.- медицинский справочник туриста. - М.: Проф-издат, 1986. - 240 с.
3. Книга для девочек: Сборник/ Н. Сухова, В. Ярцев- Новосибирск: «Мангазея», 1996. - 352 с

Наглядный материал.

1. Плакаты по основным темам.
2. Дидактический материал для индивидуальной работы.

Тематические планы.

1. Календарно-тематическое планирование по СБО для 9 класса.

Экранно-звуковые пособия.

1. Видеофрагменты, отражающие темы уроков.
2. Мультимедийные образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.