

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

АМР МО «Нижнеудинский район»

МКОУ «СОШ №12 г. Нижнеудинск»

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Бельская А.И.  
от «30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Астина Н.А.  
от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом

47-од

от «30» августа 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Учебного предмета «Основы социальной жизни»**

9 класса

(вариант 1)

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

г. Нижнеудинск 2024 год



## **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе требований к планируемым результатам освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ФАОП МКОУ «СОШ №12 г. Нижнеудинск»

### **Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана.

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.

### **Описание места учебного предмета**

Учебный предмет включен в обязательную часть учебного плана. Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока. Учебный предмет изучается в течение учебного года в объеме 68 часов (2 часа в неделю).

### **Описание ценностных ориентиров содержания предмета содержания учебного предмета**

Даная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- умение самостоятельно и мотивировано организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях в том числе при угрозе совершения террористического акта; вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообразования;
- умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и пути продолжения своего образования.

### **Личностные, предметные результаты освоения конкретного учебного предмета**

#### **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.

## **Содержание учебного предмета**

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.

#### **Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Контр-ные раб.</b>	<b>Виды учебной деятельности обучающихся</b>
	Личная гигиена и здоровье	5	<b>1</b>	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
	Охрана здоровья	5	<b>1</b>	
	Жилище	8	<b>1</b>	
	Одежда и обувь	11	<b>1</b>	
	Питание	18	<b>1</b>	
	Транспорт	5	<b>1</b>	
	Средства связи	6	<b>1</b>	
	Предприятия, организации, Учреждения	4	<b>1</b>	
	Семья	5	<b>1</b>	
	Итоговое занятие	1	<b>1</b>	

				ЖИЗНИ, ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ И СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ.
		68	10	

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

- раздаточные индивидуальные карточки;
- занимательный и развивающий материал по предмету;
- материал для коррекции психических процессов: речи, внимания, памяти, зрительного и слухового восприятия;
- занимательный материал: загадки, ребусы, кроссворды; Дидактические и методические пособия для учителя:
- Т.А.Девяткова «Социально-бытовая ориентировка в СКО(У) VIII вида М.: «ВЛАДОС» 2003 г.
- В.В.Гладкая «Социально-бытовая подготовка воспитанников С (К) ОУ VIII вида. М.: 2006 г.
- Ноутбук
- Телевизор

## Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата	
			План.	Факт.
<b>Личная гигиена и здоровье – 5 часов</b>				
1	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека	1	Сентябрь 04	
2	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека	1	06	
3	Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека	1	11	
4	Значение физических упражнений: в здоровом теле - здоровый дух	1	13	
5	Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками	1	18	
<b>Охрана здоровья – 5 часа</b>				
6	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1	20	
7	Порядок выдачи листков нетрудоспособности	1	25	
8	Самолечение и его негативные последствия	1	27	
9	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1	Октябрь 02	
10	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	1	04	
<b>Жилище – 8 часов</b>				
11	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме	1	09	
12	Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми	1	11	
13	Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами	1	16	

14	Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми	1	18	
15	Интерьер жилых помещений. Способы расстановки мебели	1	23	
16	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели	1	25	
17	Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин, условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами Техника безопасности	1	Ноябрь 06	
18	Практическая работа: стирка с помощью стиральной машины	1	08	
<b>Одежда и обувь – 11 часов</b>				
19	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант	1	13	
20	Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви	1	15	
21	Профессия обувщик	1	20	
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	22	
23	Практическая работа: определение размеров обуви, примерка одежды и обуви.	1	27	
24	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека	1	29	
25	Стиль одежды, мода, средства выражения индивидуальности	1	Декабрь 04	
26	Выведение пятен в домашних условиях	1	06	
27	Практическая работа: выведение пятен в домашних условиях	1	11	
28	Правила и приемы глажения одежды из различных тканей	1	13	
29	Практическая работа: глажение одежды из различных видов тканей	1	18	
<b>Питание – 18 часов</b>				
30	Организация питания семьи	1	20	
31	Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион	1	25	

	питания			
32	Приготовление изделий из замороженного теста. Рецепты	1	27	
33	Приготовление изделий из замороженного теста	1	Январь 10	
34	Приготовление изделий из замороженного теста	1	15	
35	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок	1	17	
36	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок.	1	22	
37	Глубокая заморозка овощей и фруктов	1	24	
38	Варенье из ягод и фруктов	1		
39	Правила рационального питания для подростков	1	29	
40	Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные	1	31	
41	Экскурсия на рынок	1	Февраль 05	
42	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Рецепты	1	07	
43	Практическая работа - приготовление гарнира	1	12	
44	Приготовление традиционных блюд. Рецепты	1	14	
45	Приготовление традиционных блюд – практическая работа	1	19	
46	Виды салатов. Рецепты	1	21	
47	Приготовление салатов	1	26	
<b>Транспорт – 5 часа</b>				
48	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы	1	28	
49	Виды воздушного транспорта. Самолёты. Вертолёты	1	Март 05	
50	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда	1	07	
51	Практическая работа: «Выбор пункта назначения»	1	12	
52	Безопасность в воздухе. Правила безопасного поведения во время взлёта и посадки	1	14	
<b>Средства связи – 6 часа</b>				
53	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением	1	19	
54	Личные письма	1	21	
55	Личные письма. Практическая работа	1	Апрель 02	
56	Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки	1	04	
57	Отправление письма. Экскурсия на почту	1	09	

58	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления	1	11	
<b>Предприятия, организации, учреждения – 4 часа</b>				
59	Исполнительные органы государственной власти	1	16	
60	Муниципальные власти. Структура, назначение	1	18	
61	Названия местных предприятий, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочие и служащих	1	23	
62	Экскурсия на предприятие	1	25	
<b>Семья – 5 часа</b>				
63	Культура межличностных отношений: выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи	1	30	
64	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода	1	Май 07	
65	Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов	1	14	
66	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок	1	16	
67	Практическая работа. Составление бюджета семьи	1	21	
<b>Итоговое занятие – 1 час</b>				
68	Итоговое занятие	1	23	