

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Короткова  
Ивана Никонovichа с. Дмитриевка муниципального района Нефтегорский Самарской  
области

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
Естественно-математического  
цикла

протокол № 1  
от «29» 08 2022г

Руководитель МО  
С. В. Редькина  
С.О.Ю.

ПРОВЕРЕНО  
заместителем директора по УВР

Т. Н. Ведякина  
ФИО  
«29» 08 2022г



УТВЕРЖДАЮ  
директор ГБОУ СОШ  
с. Дмитриевка  
Н. И. Охрименко  
ФИО  
приказ № 127-09  
от «29» 08 2022г.

## Адаптированная рабочая программа

Предмет Основы социальной жизни

Класс 9

Количество часов по учебному плану в 9 классе 34 часа в год, 1 час в неделю

Составлена в соответствии с Примерной программа специальных (коррекционных)  
образовательных учреждений 8 вида по предмету «Основы социальной жизни»

Составитель: учитель биологии

### Учебники:

Автор: В.П. Субчев.

Наименование . Учебник для 9 класса. Социально-бытовая ориентировка для  
специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида

Издательство, год\_ Гуманитар. Центр «ВЛАДОС», 2017 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Преподавание «Основы социальной жизни» ведётся по программе для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, под редакцией Воронковой В.В. М: ВЛАДОС 2001г. Программа утверждена Министерством образования и науки РФ.

Специальные коррекционные занятия направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

По школьному учебному плану на уроки по предмету «Основы социальной жизни» отводится 1 ч. в неделю, 34 часа в год.

В системе предметов предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметных областей учебного плана и реализует познавательную и социокультурную цели: данной программы является формирование и совершенствование у воспитанников необходимых им навыков ориентировки в окружающем: - самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

В системе предметов «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметных областей учебного плана и реализует познавательную и социокультурную цели:

Расширение социального пространства детей с умственной отсталостью на основе реализации программы «Основы социальной жизни» .

Для достижения поставленных целей изучения «Основы социальной жизни» необходимо формирование академических и жизненных компетенций и решение следующих практических задач:

Решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений и возможностей. Материал программы расположен, по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность

систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО – БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

Предметные результаты включают освоенные обучающимися знания и умения по предмету «Основы социальной жизни» готовность их применения.

Планируемыми результатами освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» в 8 классе является:

<b>Учащийся научится</b>	<b>Учащийся получит возможность научиться</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;</li> <li>• понимание их значения для здорового образа жизни человека;</li> <li>• умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;</li> <li>• представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;</li> <li>• соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;</li> <li>• знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;</li> <li>• знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;</li> <li>• знание названий торговых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара;</li> <li>• умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;</li> <li>• умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;</li> <li>• усвоение морально-этических норм поведения; навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);</li> <li>• умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;</li> <li>• умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет- средствами;</li> <li>• знание основных статей семейного бюджета, умение вести его</li> </ul>

организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого.	расчет; <ul style="list-style-type: none"> <li>• составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.</li> </ul>
---	--

### 3. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

1	Личная гигиена	1
2	Одежда и обувь	3
3	Питание	5
4	Семья	3
5	Жилище	3
6	Культура поведения	2
7	Средства связи	4
8	Транспорт	2
9	Торговля	2
10	Бюджет семьи	5
11	Учреждения организации и предприятия	2
12	Медицинская помощь	2
	Итого	34 часов

#### **Личная гигиена**

Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств. Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов». Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.

#### **Одежда и обувь**

Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий в домашних условиях. Практическая работа «Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей». Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков. Химчистка. Экскурсия в химчистку.

#### **Питание**

Виды теста. Запись рецептов приготовления теста. Практическая работа: «Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов». Практическая работа: «Приготовление пресного теста и выпечка из него печенья». Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени. Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок. Практическая работа «Приготовление овощного салата».

## **Семья**

Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании грудного ребенка.

## **Жилище**

Уборка кухни, санузла и ванной комнаты. Моющие средства. Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины». Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.

## **Культура поведения**

Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Внешний вид молодых людей. Виды галстуков и способы их завязывания.

## **Средства связи**

Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Экстренные аварийные службы. Сюжетно-ролевая игра «У меня зазвонил телефон». Междугородняя телефонная связь. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Экскурсия на телеграф. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.

## **Транспорт**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Водный транспорт. Экскурсия на автовокзал.

## **Торговля**

Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Права покупателя на рынке. Отличия рынка от магазина. Экскурсия на рынок.

## **Медицинская помощь**

Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный и тепловой удар. Первая помощь. Меры по предупреждению несчастных случаев.

## **4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Правила личной гигиены в течение дня	1ч
	<b>Одежда и обувь</b>	<b>3 ч.</b>
3	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.	1
4	Стирка изделий в домашних условиях.	1
6	Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков.	1
	<b>Питание</b>	<b>5ч.</b>
9	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	1
10	Кухонные механические приспособления и электрооборудование (мясорубка, овощерезка, миксер) и правила безопасной работы с ними.	1
11	Составление меню на день, на неделю.	1
12	Способы и последовательность приготовления изделий из теста.	1

13	Рецепт бездрожжевых блинов.	1
	<b>Семья</b>	<b>3 ч</b>
19	Правила ухода за грудным ребенком.	1
20	Правила и периодичность кормления грудного ребенка.	1
21	Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка.	1
	<b>Жилище</b>	<b>3 ч.</b>
25	Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.	1
26	Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления.	1
27	Правила и периодичность уборки санузла и ванной комнаты. Моющие средства и приспособления.	1
	<b>Культура поведения</b>	<b>2ч.</b>
31	Культура общения юноши и девушки.	2
	<b>Средства связи</b>	<b>4 ч.</b>
35	Телефон. Виды телефонной связи.	1
36	Правила пользования телефонным справочником.	1
37	Культура разговора по телефону.	1
38	Экстренные аварийные службы.	1
	<b>Транспорт</b>	<b>2 ч.</b>
43	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	1
44	Водный транспорт.	1
	<b>Торговля</b>	<b>2 ч.</b>
47	Рынки. Правила поведения на рынке.	1
48	Виды рынков.	1
	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	<b>5 ч.</b>
51	Бюджет семьи.	1
52	Источники доходов. Помощь подростков родителям.	1
53	Основные статьи расходов. Обязательные платежи. Налоги.	1
54	Коммунальные платежи, как основная статья расходов.	1
55	Расходы на предметы одежды и личной гигиены.	1
	<b>Учреждения, организации и предприятия</b>	<b>2ч.</b>
61	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	2
	<b>Медицинская помощь</b>	<b>2 ч.</b>
63	Первая помощь при несчастном случае.	1
64	Первая помощь утопающему.	1
	Итого	34