**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
 «Викуловская средняя общеобразовательная школа №1»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено****на заседании ШМО****учителей -** **предметников****/протокол № 1****от 28.08.2025 года** | **Согласовано****на заседании****методического****совета школы****/протокол № 1****от 29.08.2025 года** | **Утверждено****приказом****№ 212\_-ОД****от 29.08.2025 года** |
|  |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

 **по «Основам социальной жизни»**

**для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

**для 8 класса**

**Семиной Елизаветы Анатольевны**

 **на 2025 – 2026 учебный год**

**с. Викулово**

**2025 год**

Пояснительная записка

Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

 Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

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.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентированана:

-развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

-усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

-понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение»,

«Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

 МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю в 8 классе – 2 час, общее количество часов – 68 ч.

Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

Личностные результаты

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей ,чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

*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 отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

-знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

-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 средств связи;

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

-знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

*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);

-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.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 5 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Формирование базовых учебных действий обучающихся с умственной отсталостью.

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий.

Личностные учебные действия:

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общеполезную и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.
9. Коммуникативные учебные действия:
10. Вступатьвконтактиработатьвколлективе(учитель−ученик,ученик–ученик,ученик–класс, учитель − класс);
11. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
12. Обращаться за помощью и принимать помощь;
13. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
14. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
15. Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
16. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
2. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;
3. Произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
4. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов;
5. Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
6. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
7. Адекватно реагировать н внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность;
8. Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Познавательные учебные действия:

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейших причинно – следственных связей) на наглядном доступном вербальном материале;
3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы.

**Оценка достижения обучающимися** с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) **предметных результатов** осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками:

-оценка «5» - «отлично», если учащимся выполнено, верно и в соответствии с заданием свыше 65% заданий.

-оценка «4» - «хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий.

-оценка «3» - «удовлетворительно» если обучающиеся выполняют от 35% до 50% заданий;

-оценка «2» (неудовлетворительно) не ставится.

В течение учебного года проводится **мониторинг базовых учебных действий**, который будут отражать индивидуальные достижения обучающихся в процессе усвоения программы «Основы социальной жизни».

Мониторинг проводится в 3 этапа (стартовый – сентябрь, промежуточный – по мере изучения отдельных тем, итоговый – май). Базовые учебные действия отслеживаются в результате наблюдений за учащимися, опроса, тематической беседы; при выполнении практических заданий социальной и бытовой направленности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

.Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально- бытовые компетентности:

Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

 Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки"). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

 Жилище. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

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.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

 Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появление вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви, их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

 Питание. Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

 Транспорт. Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

 Средства связи. Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

 Предприятия, организации, учреждения. Образовательные организации. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

 Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

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.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

5 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела** | **Кол-во часов** |
| 1. | Дела семейные | 13 |
| 2. | Забота о себе | 13 |
| 3. | Домоводство  | 13 |
| 4. | О вкусной и здоровой пище | 16 |
| 5. | Техника на службе у человека | 13 |
| Всего 68 |

**ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у учащихся используют специально оборудованный кабинет, с четко определенными и специально оборудованными зонами. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать учащимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученные знания и умения.

Так же используются презентации, видеофрагменты, таблицы, плакаты, дидактический и раздаточный материал по основным темам для формирования наиболее полных и достоверных знаний.

Технические средства обучения

* 1. Мультимедийныйпроектор;
	2. Компьютер.

**Для реализации программного содержания используются следующие учебные пособия:**

Основы социальной жизни: 5 класс: учебник для общебразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы/С.В. Комарова, Е.Л. Александрова.-М.: Просвещение, 2023.-79

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» в 8 классе

С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел/ тема** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| 1. | Вводное занятиеЗнакомство с предметом «Основы социальной жизни»  | Знакомство учащихся с новым предметом, учебными пособиями, учебным кабинетом. / Игры-знакомства; беседа; работа с учебником; экскурсия по предметному кабинету; творческая работа (работа в тетради) |
| 2 | Семья  | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 3 | Семейный бюджет | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 4 | Сбережения | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 5 | Основные статьи расходов. Правила учета расходов | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 6 | Расчет стоимости израсходованной электроэнергии. Обязательные расходы | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 7 | Грудной ребенок в семье.Уход за грудным ребенком | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 8 | Пеленание и одевание грудного ребенка. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 9 | Самостоятельная работа по разделу «Семья» | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 10 |  Магазин. Специализированные магазины. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 11 | Торговые предприятия | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 12 | Правила возврата или обмена купленного товара | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 13 | Самостоятельная работа по разделу  | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 14 | Поговорим о красоте волос | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 15 | Типы волос, уход за волосами | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 16 | Контрольная работа за 1 четверть | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 17 | Вредные привычки, о чем стоит задуматься? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 18 | Влияние вредных привычек на организм человека | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 19 | Когда одежда тебя украшает | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 20 | Особенности ухода за одеждой. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 21 | Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 22 | Правила и приемы глажения. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 23 | Химчистка- знакомство с предприятием | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 24 | Правила безопасности в использовании стирального порошка. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 25 | Самостоятельная работа по разделу «Одежда» | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 26 | Грызуны и насекомые в доме | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 27 | Меры профилактики и борьбы с грызунами, насекомыми | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 28 | Стирка и глажка бюджет берегут | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 29 | Чинить, нельзя, выбрасывать (практическая работа) | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 30 | Плита на пять с плюсом- еда со вкусом | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 31 | Знаю? Понимаю? Умею? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 32 | Контрольная работа за 2 четверть | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 33 | Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 34 | О мясе и мясных продуктах?  | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 35 | Жиры – вред или польза? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 36 | Приготовление мясной запеканки | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 37 | Сокровища с грядке: как сохранить кладезь витаминов | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 38 | Практическая работа приготовление овощного салата | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 39 | Грибы – зона особого внимания | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 40 | Съедобные и несъедобные грибы | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 41 | Виды теста: дрожжевое, пресное. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 42 | Изделия из пресного и дрожжевого теста. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 43 | Приготовление блинов | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 44 | Пора ужинать | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 45 | Приготовление хвороста | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 46 | Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 47 | Что такое диетическое питание? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 48 | Что такое национальное блюдо? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 49 | Приготовление первого блюда (суп) | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 50 | Приготовление первого блюда (суп) | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 51 | Проектная работа «Вечеринка с друзьями». | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 52 | Контрольная работа за 3 четверть | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 53 | Техника на службе человека. На воздухе на земле и в воде | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 54 | Виды воздушного транспорта. Аэропорт | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 55 | В путешествие на самолете | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 56 | Значение водного транспорта | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 57 | По речным просторам и морским волнам | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 58 | Наземный транспорт | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 59 | Железнодорожный транспорт | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 60 | Самостоятельная работа по разделу | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 61 | Медицинская помощь | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 62 | Медицинская помощь при отравлении  | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 63 | Первая помощь при несчастном случае | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 64 | Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 65 | Первая помощь утопающему. | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 66 | Проектная работа «Путешествие по России» | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 67 | Знаю? Понимаю? Умею? | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 68 | Итоговая контрольная работа | - слушание рассказа учителя новой темы-просмотр презентации;-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. |