

Муниципальное образование город Краснодар
(территориальный, административный округ (город, район, поселок))

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 65 имени Героя Советского Союза Кор-
ницкого Михаила Михайловича
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 27.08.2020 протокол № 1
Председатель СОШ № 65 Ж.Нагимulina
подпись руководителя ОУ _____ Ф.И.О.



АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА для детей с УО

по ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Уровень образования (класс) : среднее общее (5-9 классы)

Количество часов: 204 часа

Рабочая программа разработана на основе адаптированной основной образовательной программы школы, утвержденной на педагогическом совете школы. Протокол № 1 от 27.08.2020 года

Пояснительная записка

Программа составлена на основе адаптированной основной образовательной программы школы для детей с ОВЗ.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и адаптацию, на повышение уровня общего развития учащихся.

Программа учитывает возрастные и психологические особенности развития учащихся, уровень их знаний и умений. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Обучение предполагает решение общеобразовательных задач по совершенствованию навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем пространстве, практическому знакомству с организациями; формирование умений пользоваться услугами службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Необходимо помочь осознать учащимся, что главная ценность в жизни здоровье, за которое он отвечает сам. Большое значение имеют занятия по усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развития художественного вкуса детей. Методика работы с детьми строится в направлении, личностно-ориентированного подхода к учащимся акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость, элементов трудовой культуры: организация труда, экономичное и бережное отношение к продуктам, оборудованию.

Коррекционно-развивающие задачи предполагают целенаправленное мышление (памяти, внимания, эмоционально-волевых качеств, трудоспособности) ребенка, исходя из индивидуальной характеристики каждого.

Данная программа отличается от государственной своей близостью к условиям данного региона, необходимой последовательностью изучения тем, а также актуальностью при подготовке учащихся к самостоятельной жизни в современных условиях. Введено изучение новых тем: «Здоровье», «Мир взаимоотношений». Это позволит учащимся активно осуществлять оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье, а также поможет разобраться в сложном мире межличностных взаимоотношений, понять свою роль в них, определить свою способность к дружбе, любви.

Курс интегративный, т.к. содержит сведения целого ряда наук, областей жизни человека и поэтому должен иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы.

Учебный материал разработан в зависимости от конкретных условий школы с учетом психофизических особенностей детей. Он предполагает расширенное и современное рассмотрение тем.

Общее количество часов программы распределено следующим образом: 1 час в неделю в 5, 6 классах; 2 часа в неделю в 7-9 классах.

ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ
(5 класс)

№ п/п	Тематика	Количество часов	
		государственная	рабочая
1.	Вводное занятие		1
2.	Личная гигиена и здоровье		4
3.	Одежда и обувь		4
4.	Жилище		3
5.	Культура поведения		4
6.	Питание		10
7.	Торговля		4
8.	Транспорт		4
	Итого	34	34

ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ
(6 класс)

№ п/п	Тематика	Количество часов	
		государственная	рабочая
1.	Личная гигиена и здоровье		4
2.	Одежда и обувь		3
3.	Культура поведения		2
4.	Питание		7
5.	Жилище		5
6.	Охрана здоровья		3
7.	Средства связи		2
8.	Семья		2
9.	Транспорт		3
10.	Торговля		2
11.	Учреждения и организации		1
	Итого	34	34

ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ
(7 класс)

№ п/п	Тематика	Количество часов	
		государственная	рабочая
1.	Личная гигиена и здоровье		4
2.	Одежда и обувь		6
3.	Жилище		8
4.	Питание		14
5.	Охрана здоровья		6
6.	Культура поведения		4
7.	Средства связи		4
8.	Семья		6
9.	Мир взаимоотношений		2
10.	Экономика домашнего хозяйства		6
11.	Торговля		2
12.	Транспорт		4
13.	Учреждения и организации		2
	Итого	68	68

ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ
(8 класс)

№ п/п	Тематика	Количество часов	
		государственная	рабочая
1.	Личная гигиена и здоровье		4
2.	Питание		10
3.	Жилище		4
4.	Одежда и обувь		6
5.	Семья		8
6.	Культура поведения		4
7.	Охрана здоровья		6
8.	Экономика домашнего хозяйства		10
9.	Средства связи		6
10.	Торговля		4
11.	Транспорт		4
12.	Учреждения и организации		2

	Итого	68	68

ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ
(9 класс)

№ п/п	Тематика	Количество часов	
		государственная	рабочая
1.	Личная гигиена и здоровье		2
2.	Одежда и обувь		6
3.	Питание		10
4.	Семья		6
5.	Культура поведения		6
6.	Учреждения и организации		2
7.	Жилище		6
8.	Охрана здоровья		10
9.	Профорientация и трудоустройство		4
10.	Средства связи		4
11.	Торговля		4
12.	Отдых		6
13.	Транспорт		2
	Итого	68	68

Содержание обучения

Программа

Основы социальной жизни

5 класс.

34 часа 1 час в неделю

I четверть-9 часов

1. Вводное занятие (1 час).

Беседа о содержании и значении кабинета СБО. Соблюдение правил техники безопасности и требования санитарной гигиены.

2. Личная гигиена и здоровье (4 часа)

Правила личной гигиены. Её значение для здоровья и жизни человека.

Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета.

Уход за волосами. Периодичность мытья головы. Гигиена зрения. Правила бережного отношения к зрению при письме, чтении, просмотре передач.

3. Одежда и обувь (4 часа).

Значение одежды, головных уборов, обуви. Их виды и назначение.

Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой и обувью.

Подготовка одежды и обуви к сезонному хранению.

II четверть-7 часов

4. Жилище (3 часа).

Виды жилых помещений.

Почтовый адрес своего дома и школы.

Заполнение почтового адреса на конверте.

5. Культура поведения (4 часа).

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.

Формы обращения к старшим и сверстникам.

Правила поведения за столом.

Приёмы обращения с просьбой, вопросом. Ситуативные диалоги.

III четверть-10 часов

6. Питание (10 часов).

Значение питания в жизни и деятельности людей.

Разнообразие продуктов.

Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.

Место приготовления пищи и его оборудование.

Правила и приёмы ухода за посудой и помещением.

Виды нарезки хлеба, овощей. Приготовление бутербродов.

Яйца. Блюда из яиц. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.

IV четверть-8 часов

8. Транспорт (4 часа).

Виды транспортных средств.

Проезд в школу (маршруты, оплата).

Поведение в транспорте.

Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

9. Торговля (4 часа).

Виды торговых предприятий.

Виды товаров (фасованные, в развес и в розлив). Порядок приобретения товаров. Срок годности. Выбор продуктов с учетом меню завтрака. Экскурсия в продуктовые, специализированные магазины.

Практические работы:

- причесывать волосы, выбирать прическу;
- подбирать одежду и головные уборы по сезону;
- сушка и чистка одежды;
- сушка и чистка обуви;
- подготовить одежду и обувь к сезонному хранению;
- заполнение почтового адреса на конверте;
- выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки;
- ролевая игра - ситуативные диалоги - при встрече, расставании и за столом;
- чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов.
- нарезка хлеба, сырых и варёных овощей;
- строгое соблюдение правил режущими инструментами;
- приготовление бутерброда;
- приготовление блюда из яиц;
- заваривание чая;
- сервировка стола к завтраку;
- мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения;
- составление маршрута от дома до школы;
- определить сумму денег необходимую на проезд;
- определение срока годности продуктов;
- экскурсия в продовольственный магазин;
- знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимостью;
- подбор продуктов с учетом меню завтрака.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к умениям учащихся:

- соблюдать правила поведения в кабинете СБО;
- совершать вечерний туалет в определённой последовательности;
- содержать индивидуальные личные вещи в чистоте;
- беречь зрение;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения;
- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду;
- подготовить одежду и обувь к хранению;
- писать адрес на почтовых конвертах;
- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- следить за своей походкой;
- правильно сидеть за столом, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его приготовления;
- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- нарезать хлеб, сырые и варёные овощи;
- приготовить блюдо из яиц;
- заваривать чай;
- пользоваться электрочайником;
- сервировать стол к завтраку;
- мыть посуду, убирать помещение;
- записать имя, отчество, фамилию членов семьи;
- выполнять правила поведения в семье;
- различать основные транспортные средства;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- соблюдать правила дорожного движения;
- различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы;
- выбирать необходимые продукты питания с учётом срока годности;
- подсчитать сумму за приобретённые продукты;
- культурно вести себя с работниками торговли.

Содержание обучения
Программа
Основы социальной жизни
6 класс.
34 часа 1 час в неделю

I четверть-9 часов

1. Личная гигиена и здоровье (4 часа).

Значение закаливания организма. Способы закаливания.
Уход за кожей рук и ногтями. Подбор косметических средств.
Уход за кожей ног. Профилактика грибковых заболеваний.
Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

2. Одежда и обувь (3 часа).

Значение опрятного вида человека. Пришивание пуговиц, крючков. ТБ.
Продление срока службы одежды. Ремонт распоровшегося шва.
Правила и приёмы ручной стирки. Сушка.

3. Культура поведения (2 часа).

Правила поведения в общественных местах. Театры, музеи, библиотеки, дискотека. Как научиться хорошим манерам? Поведение при посещении массовых мероприятий.

II четверть-7 часов

4. Питание (7 часов).

Гигиена приготовления пищи. Санитарно-гигиенические требования.
Способы выбора продуктов. Хранение продуктов и готовой пищи.
Молочные продукты. Виды блюд. Хлеб. Правила хранения хлебобулочных изделий. Мука и крупы. Правила хранения. Блюда для ужина. Составление меню для ужина. Сервировка стола к ужину.

III четверть-10 часов

5. Жилище (5 часов).

Гигиенические требования к жилому помещению. Меры по их обеспечению.
Ежедневная уборка жилого помещения. Пылесос. Уход за различными видами напольных покрытий. Средства по уходу. Комнатные растения.

6. Охрана здоровья (3 часа).

Виды медицинской помощи. Домашняя аптечка. Виды медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Как победить простуду и грипп?
Предупреждение простудных заболеваний.

7. Средства связи (2 часа).

Основные средства связи. Виды почтовых отправлений.
Виды писем. Порядок отправления.

IV четверть-8 часов

8. Семья (2 часа).

Состав семьи. Родственные отношения.
Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности.

9. Транспорт (3 часа).

Городской транспорт. Оплата проезда. ПДД.
Рациональные маршруты передвижения. Ближайшие населенные пункты.
Пригородные транспорт: автобусы, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

10. Торговля (2 часа).

Продовольственные магазины. Основные отделы. Виды товаров, их стоимость.
Порядок приобретения товаров.

11. Учреждения и организации (1 час).

Виды детских учреждений.
Экскурсия в дом детского творчества. ПДД.

Практические работы:

- выполнение физических упражнений – утренняя зарядка;
- мытье рук, уход за кожей рук;
- пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок;
- подшивание брюк, платья;
- зашивание распоровшегося шва;
- глажение изделий из хлопчатобумажных тканей;
- посещение школьной библиотеки;
- способы ведения разговора со старшими и сверстниками;
- чтение рецептов, подготовка продуктов;
- приготовление каши, омлета, сырников, пюре, отваривание вермишели;
- строгое соблюдение правил безопасной работы при приготовлении пищи;
- мыть посуду с применением моющих средств;
- уход за полом;
- уход за комнатными растениями, уход, полив, опрыскивание, пересадка;
- экскурсия в аптеку, определение стоимости лечебных препаратов;
- запись народных рецептов лечения простуды;
- заполнение адреса на почтовых конвертах;
- составление текста телеграммы;
- беседа с родителями, запись сведений о местах их работы;
- экскурсия на вокзал;
- определение пункта назначения, стоимости проезда на пригородном поезде;
- экскурсия в магазин промышленных товаров, знакомство с отделами магазина,

- видами товаров, их ценой;
- экскурсия в дом детского творчества для ознакомления с видами кружков.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ к умениям учащихся:

- соблюдать правила личной гигиены;
- закаливать свой организм;
- мыть руки, стричь ногти;
- подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за ногами;
- пришивать пуговицы, петли, крючки, вешалки;
- зашивать одежду по распоровшемуся шву;
- подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажной ткани;
- гладить их;
- культурно вести себя в театре, библиотеке, музее;
- правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора;
- пользоваться нагревательными приборами, соблюдать правила безопасности;
- приготовить кашу, пюре, сырники, омлет, отварить вермишель;
- производить сухую и влажную уборку помещения;
- пользоваться электропылесосом;
- ухаживать за полом в зависимости от покрытия используя бытовые химические средства;
- ухаживать за комнатными растениями;
- вызвать врача на дом;
- приобрести лекарства в аптеке;
- применять народные рецепты в лечении простуды;
- находить индекс почтового отделения;
- записать адрес на конверте;
- составить текст телеграммы;
- рассказать о составе семьи, месте работы родителей, занимаемой должности;
- выполнять свои обязанности в семье;
- выбирать наиболее рациональный маршрут движения по городу;
- ориентироваться в расписании движения пригородных поездов;
- выбрать нужный товар;
- подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;
- выяснить срок гарантии на его использование;
- соблюдать правила поведения в общественных местах.

Содержание обучения
Программа
Основы социальной жизни
7 класс.
68 часов 2 часа в неделю

I четверть-18 часов

1. Личная гигиена и здоровье (4 часа).

Особенности личной гигиены подростка. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

2. Одежда и обувь (6 часов).

Ремонт одежды. Поднятие петель. Использование бытовой техники при стирке белья. Стирка изделий из шёлка вручную. Приёмы глажения белья, брюк. Соблюдение техники безопасности. Правила пользования химчисткой. Виды ус луг. Экскурсия.

3. Жилище (8 часов).

Сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.

Виды покрытия мебели. Правила ухода за мебелью. Животные в доме.

Правила содержания собак, кошек, попугаев. Болезни животных. Ветеринарная служба.

II четверть-14 часов

4. Питание (14 часов).

Виды питания. Режим питания. Овощные салаты. Значение первых блюд.

Супы (виды, способы приготовления). Значение вторых блюд. Блюда из овощей.

Вторые блюда из рыбы. Разделка селедки. Вторые блюда из мясных продуктов.

Котлеты. Гарниры. Фруктовые напитки. Меню обеда. Сервировка стола к обеду.

III четверть-20 часов

5. Охрана здоровья (6 часов).

Виды доврачебной помощи. Обработка ран. Чем лечит народная медицина?

Аптека в лесу, в саду. ПМП при травмах: вывих, перлом. Наложение повязки на раны.

6. Культура поведения (4 часа).

Правила приёма приглашения в гости. Изготовление сувениров.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки. Поведение в гостях.

7. Средства связи (4 часа).

Виды почтовых отправлений. Упаковка, пересылка.

Посылки. Виды упаковок. Правила отправления, стоимость.

8. Семья (6 часов).

Поиграем с малышами. Разучивание игр. Рациональная организация досуга. Занятия в свободное время. Организация семейных праздников. Наши увлечения.

IV четверть-16 часов

9. Мир взаимоотношений (2 часа).

Взаимоотношения с родителями.

Самооценка. Ответственность за себя.

10. Экономика домашнего хозяйства (6 часов).

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в жизни.

Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи.

Мелкие расходы. Определение стоимости покупки.

11. Торговля (2 часа).

Промтоварные магазины. Стоимость товаров.

Порядок приобретения товаров. Экскурсия. ПДД.

12. Транспорт (4 часа).

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Порядок приобретения билетов.

Экскурсия. ПДД.

13. Учреждения и организации (2 часа).

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Их назначение для жителей города.

Практические работы:

- подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учётом их состояния;
- ремонт одежды;
- стирка изделий из шёлка вручную;
- экскурсия в химчистку, знакомство со стоимостью услуг;
- знакомство с правилами пользования механическими электробытовыми приборами;
- чтение рецептов и подбор продуктов;
- приготовление блюда из овощей;
- разделка селёдки;
- приготовление блюда из мясных продуктов;
- приготовление киселя;
- сервировать стол к обеду;
- накладывать повязку;
- уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал;
- приготовить настой, отвар;
- изготовление несложных сувениров;
- сюжетная игра «В гости к...»;
- заполнение бланков на отправку посылки;
- экскурсия на почту;
- разучивание тихих и подвижных игр;

- оценить свое поведение в отношениях с окружающими, родителями;
- упражнение по определению доходов семьи;
- составление доверенности на получение зарплаты;
- выбрать вид поезда, тип вагона;
- уточнить стоимость проезда с учётом вида поезда и типа вагона;
- экскурсия на железнодорожный вокзал;
- самостоятельное нахождение одеда для покупки нужного товара;
- экскурсия в универмаг;
- экскурсия на ближайшее предприятие для ознакомления с его деятельностью и основными профессиями.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к умениям учащихся:

- знать правильный режим питания для здоровья подростка;
- соблюдать личную гигиену;
- правильно ухаживать за руками, ногами, волосами;
- ремонтировать разорванные места одежды;
- стирать бельё вручную;
- гладить одежду и бельё;
- убирать жилые помещения;
- чистить мебель;
- мыть зеркала, стёкла;
- ухаживать за домашними животными;
- пользоваться механическими и электробытовыми приборами;
- составить меню завтрака, обеда, ужина, на день;
- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи;
- готовить настои, отвары из лекарственных растений;
- обрабатывать раны, накладывать повязки;
- культурно вести себя в гостях;
- выбирать подарки;
- изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки;
- заполнить бланк на отправку посылки;
- составить опись посылаемых предметов;
- ухаживать за младшими детьми;
- объяснять детям правила игры и играть с ними в игры;
- отвечать за свои поступки;
- подсчитывать бюджет семьи;
- составлять доверенность на получение зарплаты;
- ориентироваться в расписании;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала;
- ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом;
- выполнять правила безопасности в железнодорожном транспорте;
- найти нужные товары в отделах универмага или супермаркета;

- приобрести товары с учётом необходимости в потребности и их финансовым возможностям;
- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Содержание обучения
Программа
Основы социальной жизни
8 класс.
68 часов 2 часа в неделю

I четверть-18 часов

1. Личная гигиена и здоровье (4 часа).

Значение косметики. Правила и приёмы ухода за кожей лица.
Значение здоровья и способы его сбережения.

2. Питание (10 часов).

Виды теста: дрожжевое и пресное. Блины. Приготовление изделий из теста.
Консервирование овощей и фруктов. Стерилизация. Правила переработки.
Запись рецептов. Составление меню на день.

3. Жилище (4 часа).

Уборка кухни, сан. узла и ванны. Моющие средства в быту. Цветоводство и садоводство. Цветковые растения в быту.

II четверть-14 часов

4. Одежда и обувь (6 часов).

Одежда из шерстяных и синтетических тканей. Особенности ухода.
Порядок глажения рубашек. Символы на ярлыках.
Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Экскурсия.

5. Семья (8 часов).

Уход за грудным ребенком. Кормление. Купание. Гигиена новорожденного.
Одевание, пеленание. Виды семейного досуга. Правильная организация досуга.
Любимые занятия в свободное время. Прогулки, экскурсии.

III четверть-20 часов

6. Культура поведения (4 часа).

Культура общения юноши и девушки. Знакомство, дружба.
Внешний вид молодых людей.
Косметические средства.

7. Охрана здоровья (6 часов).

ПМП при несчастном случае (обморожение, отравление, солнечный удар).
ПМП утопающему. Помощь на льду.
Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.
Укрепление здоровья.

8. Экономика домашнего хозяйства (10 часов).

Основные статьи расходов. Правила учета расходов.

Сбережения. Виды хранения сбережений. Экскурсия в банк.
Содержание жилища. Расчёт стоимости израсходованной электроэнергии.
Расходы на питание. Крупные покупки. Экскурсия.
Планирование расходов на месяц. Обязательные расходы.

IV четверть-16 часов

9. Средства связи (6 часов).

Виды телефонной связи. Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.
Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы.
Правила оплаты телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

10. Торговля (4 часа).

Специализированные магазины. Правила возврата или обмена купленного товара. Ассортимент товаров, выбор покупки. Расчет стоимости.

11. Транспорт (4 часа).

Междугородний автотранспорт. Маршруты. Стоимость проезда.
Расписание. Порядок приобретения билетов. Экскурсия на автовокзал.

12. Учреждения и организации (2 часа).

Департамент, муниципалитет. Их назначение. Экскурсия.

Практические работы:

- упражнения в протирании кожи лица;
- подбор крема с учётом состояния кожи;
- чтение рецептов, самостоятельный подбор продуктов;
- приготовление изделий из пресного теста;
- запись рецептов для консервирования овощей и фруктов;
- мытьё стен, чистка раковины;
- уход за комнатными цветами;
- стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей;
- игра-домино: «Определи символы на ярлыках»;
- экскурсия в химчистку, знакомство с правилами приёма изделий;
- упражнение в одевании и пеленании куклы;
- сюжетная игра «Встреча молодых людей»;
- игра - оказание помощи при несчастном случае;
- определение суммы доходов, расходов семьи за месяц;
- расчёт стоимости электроэнергии;
- планирование крупных дорогостоящих покупок;
- планирование расходов на питание в школе;
- сравнение рыночных цен и магазинных на одно и то же название товара;
- экскурсия на рынок;
- нахождение более низких цен на одноимённую продукцию;
- расчёт стоимости проезда в направлениях «туда и обратно»;
- экскурсия на автобусную станцию;
- упражнения в подсчете стоимости покупок;

- упражнение в планировании крупных покупок;
- знакомство с учреждениями и организациями города, определение их назначения;

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ к умениям учащихся:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи;
- в меру пользоваться косметикой;
- приготовить пресное тесто и изделия из него;
- записать рецепт консервирования;
- мыть стены, чистить раковины;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам;
- ухаживать за комнатными растениями;
- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- читать символы на ярлыках изделий;
- пользоваться химчисткой;
- подобрать предметы для ребёнка соответственно возрасту;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве;
- выбирать косметические средства, украшения, причёску и т.д.;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;
- оказать первую помощь утопающему;
- подсчитать бюджет семьи;
- подсчитать расходы на месяц;
- подсчитать стоимость израсходованной электроэнергии;
- снимать показания счётчика;
- планировать и подсчитывать расходы на крупные покупки;
- соблюдать правила экономии в семье, в школе;
- кратко объяснять причину звонка по телефону;
- культурно разговаривать по телефону;
- выбрать место расположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством и цены;
- пользоваться расписанием;
- определить стоимость проезда;
- выполнять правила безопасности в поездке;
- выбирать покупку с учетом различных условий, подсчитывать стоимость покупок;
- культурно вести себя в магазине;
- уметь учитывать расходы;
- знать месторасположение муниципалитета и его назначение.

Содержание обучения
Программа
Основы социальной жизни
9 класс.
68 часов 2 часа в неделю

I четверть-18 часов

1. Личная гигиена и здоровье (2 часа).

Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений.

2. Питание (10 часов).

Диетическое питание, питание детей ясельного возраста, приготовление национальных блюд, составление меню и сервировка праздничного стола. Работа с литературой.

3. Одежда и обувь (6 часов).

Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением. Средства и выведение мелких пятен на одежде из различных видов тканей в домашних условиях. Строжайшее соблюдение техники безопасности. Экскурсия.

II четверть-14 часов

4. Семья (6 часов).

Российская семья, условия создания семьи, основы семейных отношений, распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета, формы организации досуга, отдыха в семье. Семейные традиции.

5. Культура поведения (6 часа).

Адекватность поведения в обществе. Как научиться хорошим манерам?

Соседи. Морально-этические нормы поведения.

Прием гостей. Правила хорошего тона в общении.

6. Учреждения и организации (2 часа).

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт в быту. Экскурсия. ПДД.

III четверть-20 часов

7. Жилище (6 часов).

Мебель в жилых помещениях. Интерьер. Магазины по продаже мебели.

Правила ухода за убранством жилых комнат. Виды ремонта. Насекомые и грызуны в доме. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

8. Охрана здоровья (10 часов).

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Создание собственной системы оздоровления. Рациональное питание. Очищение организма. Укрепление нервной системы.

9. Профорентация и трудоустройство (4 часа).

Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка. Правила их составления. Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

IV четверть-16 часов

10. Средства связи (4 часа).

Виды денежных переводов. Стоимость отправления. Интернет-связь. Особенности, значение связи.

11. Торговля (4 часа).

Рынок. Отделы рынка. Отличие цен на рынке и в магазинах. Виды ярмарок. Назначение ярмарок. Время и место проведения ярмарок.

12. Отдых (6 часов).

Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Виды проведения летнего отдыха. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху. Правила безопасности на отдыхе.

13. Транспорт (2 часа).

Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Экскурсия.

Практические работы:

- определение размеров и обуви, примерка одежды и обуви;
- выведение пятен;
- украшение праздничного стола;
- упражнение в рациональной обстановке мебели, подборе деталей интерьера;
- заполнение бланков денежных переводов;
- заполнение квитанций по оплате телефонных услуг;
- уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), сменить постель лежачего больного;
- подбор методов здорового образа жизни;
- определение качеств личности для выбранной профессии;
- составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, расписки, докладной записки;
- заполнение анкеты;
- определение правил общения в коллективе;
- упражнение в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ к умениям учащихся:

- пользоваться журналами мод;
- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями;
- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.
- выводить пятна на одежде;
- готовить национальные, диетические блюда;
- сервировать праздничный стол;
- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;
- встречать гостей, вежливо вести себя вовремя приема их;
- анализировать поступки людей;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания;
- расставлять мебель в квартире;
- подбирать предметы интерьера;
- рассчитать материал для ремонта квартиры;
- строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания;
- строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умывать, переодевать, кормить больного (взрослого, ребенка);
- правильно определить методы оздоровления организма.
- написать заявление о принятии на работу, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания, автобиографию;
- заполнить анкету;
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу;
- приобрести навыки общения;
- заполнить почтовый перевод;
- оформить квитанции по оплате телефонных услуг;
- рассчитать экономическую выгоду приобретения товара на ярмарках;
- приобретать товары в период сезонных распродаж;
- ориентировать в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства;
- выполнять правила поведения в общественных местах;
- планировать и рассчитывать расходы на текущие потребности;
- соблюдать правила экономии;
- соотносить выбранную профессию со своими возможностями.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ваш ребёнок/ Авт. И.И. Гребешева Н.А. Ананьева, С.Г. Грибакин и др./ Под ред. И.И. Гребешевой. – М.: Медицина, 1990г
2. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. Москва: «Владос», 2006г
3. Девяткова Т.А., Кочеткова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербанова А.М. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. Москва: «Владос», 2003г
4. Искусство быть здоровым. М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1990г.
5. Краткая Энциклопедия домашнего хозяйства. /Под редакцией Терехова И.М./ Москва: «Советская энциклопедия», 1990г
6. Кузина Т.А. Программа по социально-бытовой ориентировке для учащихся 5-10 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида // Коррекционная педагогика – 2006.-№2(14)
7. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. Москва: Аркти, 2008г
8. Поскребышева Г. Энциклопедия домашних заготовок: Ароматы лета на зимнем столе. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001г
9. Советы по домоводству/ Сост. Ю.Н.Данилкин – Петрозаводск., 1991г
10. 3000 советов / Сост. Н.П. Кугук. – Краснодар: Кн. изд.- во, 1990 г
11. Усанин А.Е. Пропуск в третье тысячелетие / Усанин А.Е. – Ростов н/Д: ООО Издательство «ФриДом», 2009 г
12. Хозяюшка. Популярная энциклопедия по кулинарии, рукоделию, домашний лечебник / Сост. В. Некрасова, С. Русанов, Л. Струцюк.- Днепропетровск: ОТИП «Днепркнига», 1994г
13. Энциклопедия этикета. – Москва: ОЛМА-ПРЕСС, 2003г
14. Энциклопедия этикета /Сост. О.И. Максименко; Худож. В.И. Сидоренко. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ» 2000г
15. программа для специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида, 5-9 классы, Москва, «Просвещение» 2011 г., под редакцией В.В. Воронковой.

«Согласовано»
Протокол заседания
методического объединения

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
_____/Г.В. Плетнева /

от 28.08.17 № 1
_____ М. Б. Черновская

«30» августа 2017 г.