

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей с.Долгоруково**

Приложение 8
к адаптированной основной
общеобразовательной программе,
утвержденной приказом
от 31.08.2023г. № 148

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ
ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Основы социальной жизни»
5-9 класс**

1. Пояснительная записка

Программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), а также авторской программы по СБО для 5-9 классов (Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, сборник №1, под редакцией В.В.Воронковой.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

- овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи

Основные направления коррекционной работы:

- коррекционно-обучающая;
- коррекционно-развивающая;
- коррекционно-воспитательная;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за выполнением работы).
- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие основных мыслительных операций;
- развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы;
- обогащение словаря;
- коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках.

2. Общая характеристика учебного предмета

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. 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, ведение 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.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;

- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Межпредметные связи:

ОСЖ – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;

ОСЖ – математика /математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п./;

ОСЖ – география /знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий/;

ОСЖ – биология /знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления/;

ОСЖ – трудовое обучение /выполнение практических заданий по уходу за одеждой/.

3. Описание учебного предмета в учебном плане.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью. Программа предмета реализуется через урочную деятельность в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

На реализацию программы по основам социальной жизни в учебном плане МБОУ Лицея с.Долгоруково предусмотрено: 5 класс – 34 ч (1 ч. в неделю),

6 класс – 34 ч (1 ч. в неделю),

7 класс – 68 ч (2 ч. в неделю),

8 класс – 68 ч (2 ч. в неделю),

9 класс – 68 ч (2 ч. в неделю).

4. Личностные и предметные результаты освоению учебного предмета.

Личностные результаты:

- Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов
- Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- Владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- Владение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
- Владение навыками трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

Предметные результаты

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень овладения предметными результатами не является обязательными для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью.

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 учителя;
- 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 педагога 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 и т.д.;
- 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 и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

5. Содержание учебного предмета.

5класс

Введение

О предмете ОСЖ

Личная гигиена

Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). Гигиена зрения и слуха. Как смотреть телевизор.

Одежда и обувь

Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

Питание

Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т.д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой. Приготовление завтрака, простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.

Культура поведения

Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой и вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.

Жилище

Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений. Виды отопления. Почтовый адрес дома, школы-школы-интерната.

Транспорт

Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта).. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Торговля

Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

Практические работы.

Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Чистка и сушка повседневной одежды, обуви. Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку, чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды. Заполнение почтового адреса на открытках. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

6класс

Личная гигиена

Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

Одежда

Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва). Стирка изделий из цветных х/б и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

Питание

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд макаронных изделий. Сервировка стола к ужину.

Семья

Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.). Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения

Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная).

Транспорт

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах городского транспорта (разовый проездной, единые билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Торговля

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф и телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, заказные, простые). Порядок отправки писем различных видов. Написание адреса и индекса на конвертах.

Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация). Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи.

Учреждения, организации и предприятия

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа). Их назначения.

Практические работы

Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва. Стирка и утюжка изделий из х/б и шелковых тканей. Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и др. продуктов). Оформление готовых блюд. Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов. Уход за комнатными растениями, : полив, опрыскивание, пересадка. Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.

7класс

Личная гигиена

Правила соблюдения личной гигиены подростка (юноши и девушки). Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Правила смены одежды и нательного и постельного белья. Санитарно-гигиенические правила пользования зуб. щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Одежда

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Особенности стирки цветного и белого белья вручную. Устройство стиральной машины и правила пользования ею. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды

Питание

Приготовление пищи. Рациональное питание. Пищевая ценность продуктов. Сервировка стола к обеду.

Семья

Личные взаимоотношения в семье (забота о младших, уважение к старшим).

Культура поведения

Умение приглашать гостей. Правила поведения в гостях

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения Способы и периодичность ухода за окнами.

Транспорт

Междугородный ж/д транспорт, вокзалы. Назначение вокзалов и основные службы

Торговля

Универмаги и универсамы и их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

Средства связи

Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Перечень предметов, посылаемых бандеролью.

Медицинская помощь

Домашняя аптечка, Термометр. Лекарственные растения (отвары, настои, настойки, чай).

Первая мед.помощь при травмах, ранах, вывихах, переломах.

Учреждения, организации и предприятия.

Промышленные и с/х предприятия. Их значение для жителей города и села. Виды выпускаемой продукции, основные профессии

Практические работы

Стирка мелких предметов из белой х/б ткани вручную и в стиральной машине. Глажение с соблюдением ТБ. Блюдо из овощей. Приготовление компота из сухофруктов. Приготовление рыбы жареной с гарниром. Разучивание тихих и подвижных игр». Уборка квартиры, мытье зеркал. Заполнение бланков на отправку бандероли. Наложение повязки на рану повязки, и на поврежденную конечность. Заваривание травяного чая.

8класс

Личная гигиена

Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).

Одежда

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Глажение с соблюдением ТБ

Питание

Приготовление изделий из теста. Способы заготовки овощей и фруктов впрок. Составление меню завтрака, обеда, ужина.

Семья

Уход за грудным ребенком. Кормление из соски, с ложечки.

Культура поведения

Культура общения юноши и девушки. Правила поведения при знакомстве в общественных местах и дома. Внешний вид молодых людей. Требования к внешнему виду молодых людей

Жилище

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, ванны.

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда до пункта назначения. Экскурсия на автобусную станцию.

Торговля

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров. Правила поведения в магазине.

Средства связи

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Вызов экстренных служб по телефонам 01; 02; 03; 04.

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастном случае – ожогах, обморожении, при отравлении и тепловом и солнечном ударе. Первая помощь утопающему.

Учреждения, организации и предприятия

Департамент, муниципалитет, префектура, полиция, их назначение.

Экономика домашнего хозяйства

Основные статьи расходов в семье. Расходы на питание, одежду, обувь. Экскурсия в ЖЭК

Практические работы

Протирание кожи лица и нанесение крема в зависимости от типа кожи. Стрижка изделий в дом. условиях с соблюдением ТБ. Приготовление блинов. Приготовление овощного салата. Упражнение в купании, одевании, пеленание куклы, уборка постели. Мытье кафельных стен и раковин. Упр. в подсчете стоимости покупки. Упр. В оказании первой помощи при ожогах, обмороживании. Упр. В оказании первой помощи утопающему. Упр. в планировании расходов на питание на день, на неделю. Заполнение квитанций на уплату электроэнергии. Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии

9класс

Личная гигиена

Вред курения, алкоголя и наркотиков на организм человека. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух

Одежда и обувь

Стиль одежды, мода. Определение собственных размеров одежды и обуви. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях с соблюдением ТБ.

Питание

Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Запись рецепта творожной запеканки.

Семья

Основы семейного очага (условия для создания семьи). Основные семейные отношения, семейные традиции. Закон РФ о браке и семье.

Культура поведения

Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи, нормы поведения с соседями.

Жилище

Рациональная расстановка мебели в квартире.

Транспорт

Авиатранспорт. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда

Торговля

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельхозпродуктов. Отделы рынка. Экскурсия на рынок.

Средства связи

Виды связи: пейджер, мобильная, факс, интернет.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению

Учреждения, организации и предприятия

Предприятия бытового обслуживания. Назначение предприятий бытового обслуживания, профессии работников предприятий

Экономика домашнего хозяйства

Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов.

Профориентация и трудоустройство

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Как получить профессию. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу. Правила составления документов

Практические работы

Выведение пятен. Приготовление плова. Приготовление творожной запеканки. Упражнение в расстановке мебели, подбор деталей интерьера. Уход за больным. Измерение температуры, наложение горчичников (на куклу). Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Написание автобиографии. Написание доверенности, написание расписки. Заполнение анкеты, правила ее заполнения.

6. Тематическое планирование

5 класс

№ урока	Название раздела, темы урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	О предмете ОСЖ	<i>1 час</i>	
2	<i>Личная гигиена</i> Правила личной гигиены в течение дня	<i>6 часов</i> 1	Составить свой режим дня. Комплекс упражнений утренней зарядки. Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач.
3	П/р. «Выполнение утреннего туалета: мытье рук, шеи, лица, ушей, чистка зубов»	1	
4	Уход за волосами (мытьё, причёска).	1	
5	П/р. «Мытьё и сушка головы с помощью фена»	1	
6	Правила охраны зрения (освещение рабочего места, чтение, просмотр телепередач)	1	
7	П/р. «Выполнение вечернего туалета.	1	

	Чистка ушей»		
8	II Одежда и обувь Виды одежды, головных уборов, их назначение.	2 часа 1	Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
9	Обувь, уход за обувью	1	
10	III Питание Значение продуктов питания для здоровья человека	10 часов 1	
11	Кухонная посуда, приборы и приспособления – назначение. Столовая посуда, приборы – назначение.	1	
12	Сервировка стола к завтраку	1	
13	Чайная посуда. Правила заваривания чая. П/р. «Заваривание чая» . ТБ в обращении с кипятком.	1	
14	П/р. «Приготовление открытых и закрытых бутербродов». ТБ в обращении с ножом.	1	
15	П/р. «Приготовление салата картофельного». ТБ в обращении с ножом.	1	
16	П/р.. «Приготовление винегрета». ТБ в обращении с ножом.	1	
17	П/р. «Приготовление яичницы». ТБ в обращении с огнем.	1	
18	Правила мытья и чистки посуды. П/р. «Мытье кухонной посуды»	1	Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды. Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами
19	П/р. «Сервировка стола к завтраку, мытье посуды». ТБ в обращении с колющимися предметами.	1	
20	IV Культура поведения Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	5 часов 1	
21	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании	1	
22	Приемы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстника.	1	
23	Разговор со старшими и сверстниками	1	
24	Правила поведения за столом	1	
25	V Жилище Виды жилых помещений в городе и деревне	4 часа 1	
26	Жилой дом. Интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления	1	Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым. Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
27	Почтовый адрес школы-интерната, дома.	1	
28	П/р.. «Заполнение почтового адреса на открытках».	1	
29	VI Транспорт Наземный городской транспорт. Поведение в транспорте, на улице.	3 часа 1	
30	Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Правила дорожного движения.	1	Различать основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку. Знать знаки дорожного движения.

31	Знаки дорожного движения. П/р. «Изготовление знаков дорожного движения».	1	
32	VII Торговля Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение.	3 часа 1	Знать правила поведения в магазине. Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.
33	Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.	1	
34	Экскурсия в продовольственный магазин	1	
	Итого: 34 часа		

6 класс

№ урока	Название раздела, темы урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	I Личная гигиена Закаливание организма. (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физ.упр.)	4 часа 1	Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены.
2	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы)	1	
3	Уход за ногами. Профилактика грибковых заболеваний.	1	
4	П/р. «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук».	1	
5	II Одежда Мелкий ремонт одежды.	6 часов 1	Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки. Зашивать одежду по распороченному шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.
6	П/р. « Пришивание вешалок, крючков, петель, пуговиц ».	1	
7	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1	
8	П/р. «Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную»	1	
9	Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.	1	
10	П/р. « Утюжка изделий со строгим соблюдением безопасной работы»	1	
11	III Питание Режим питания	6 часов 1	
12	Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности.	1	
13	Меню ужина, сервировка стола.	1	
14	Правила пользования электрической и газовой плитой.		
15	П/р. «Приготовление отварных макарон»	1	
16	П/р. «Генеральная уборка кухни».	1	
17	IV Семья Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.)	2 часа 1	Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.

18	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.	1	
19	V Культура поведения Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).	2 часа 1	Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми
20	Поведение при посещении массовых мероприятий	1	
21	VI Жилище Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению	3 часа 1	
22	Повседневная уборка (сухая и влажная)		Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом
23	П/р. «Правила и последовательность сухой уборки и влажной уборки».		
24	VII Транспорт Основные транспортные средства города и села.	2 часа 1	
25	Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Проездные билеты: разовый, единый	1	Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов
26	VIII Торговля Продовольственные и специализированные продовольственные магазины	2 часа 1	
27	Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.	1	Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
28	IX Средства связи Основные средства связи. Почта, телеграф, телефон. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы)	1	
29	П/р. «Написание адреса и индекса на почтовых конвертах, заполнение бланков»	1	Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку.
30	X Медицинская помощь Медицинские учреждения: поликлиника, диспансер, аптека, больница. Их назначение	4 часа 1	
31	Виды медицинской помощи	1	
32	Использование различных видов медицинской помощи, вызов врача на дом и «скорой помощи»	1	Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.
33	Приобретение лекарств	1	
34	XI Учреждения, организации и предприятия Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа. ДДТ). Их назначения.	1 час 1	Обращаться с вопросами к работникам ДЮЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.
	Итого: 34 часа		

8 класс

68 часов (2 часа в неделю).

№ урока	Наименование разделов, тем	Количество часов	В том числе:
			практических работ, экскурсий,
	І ЧЕТВЕРТЬ	18	
	Личная гигиена.		
		4	1
1.	Значение косметики для юноши и девушки.	1	
2.	Правила и приёмы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Практическая работа.	1	+
3.	Уход за волосами.	1	
4.	Выбор косметических средств в зависимости от состояния кожи, времени года.	1	
	Одежда и обувь.		
		12	3
5.	Особенности ухода за одеждой из шерстяных тканей.	1	
6.	Особенности ухода за одеждой из синтетических тканей.	1	
7.	Особенности ухода за одеждой из шелковых тканей.	1	
8.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Практическая работа.	1	+
9.	Правила и приёмы глажения блузок, рубашек, платков. Практическая работа.	1	+
10.	Шерсть.	1	
11.	Хлопок.	1	
12.	Лен.	1	
13.	Шелк.	1	
14.	Трикотаж.	1	
15.	Химчистка. Правила пользования услугами химчистки.	1	
16.	Химчистка. Знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами по приведению одежды в надлежащий вид. Экскурсия.	1	+
	Питание.		
		8	4
17.	Виды теста: дрожжевое, пресное.	1	
18.	Виды теста: дрожжевое, пресное. Практическая работа.	1	+
19.	Приготовление изделий из теста.	1	
20.	Приготовление пресного теста, из него лапши и выпечка печенья. Практическая работа.	1	+
21.	Заготовка продуктов впрок: варенье, соленье, квашение, консервирование.	1	
22.	Заготовка продуктов впрок: Сушка ягод, фруктов, овощей, зелени. Практическая работа.	1	+
23.	Запись рецептов заготовки продуктов впрок.	1	
24.	Приготовление овощного салата. Практическая работа.	1	+
	ІІ ЧЕТВЕРТЬ	14	

	Семья.	4	2
25.	Грудной ребёнок в семье. Участие в уходе за ним: кормление из соски, с ложечки.	1	
26.	Купание, одевание, пеленание грудного ребёнка. Уборка постели. Практическая работа.	1	+
27.	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	1	
28.	Мытьё детской посуды, игрушек. Практическая работа.	1	+
	Культура поведения.	4	2
29.	Культура общения юноши и девушки.	1	

29.

45.	Телефон. Виды телефонной связи.	1	
46.	Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном.	1	
47.	Правила пользования телефонным справочником.	1	
48.	Телефонная справочная служба. Практическая работа.	1	+
49.	Культура разговора по телефону.	1	
50.	Вызов полиции-02, пожарной команды-01, газовой службы-04, скорой помощи-03 и других аварийных служб. Практическая работа.	1	+
51.	Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на междугородние телефонные разговоры.	1	
52.	Переговорный пункт. Экскурсия.	1	+
	Медицинская помощь.	6	2
53.	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожение, отравление, тепловой и солнечный удар).	1	
54.	Промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову. Практическая работа.	1	+
55.	Первая помощь утопающему.	1	
56.	Первая помощь утопающему. Практическая работа.	1	+
57.	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	1	
58.	Меры предупреждения несчастных случаев в быту.	1	
	IV ЧЕТВЕРТЬ	16	
	Учреждения, организации и предприятия.	4	1
59.	Департамент, муниципалитет, префектура, администрация города. Их назначение. Адреса.	1	
60.	Администрация города. Отделы. Возможности оказания помощи. Экскурсия.	1	+
61.	Милиция, её назначение.	1	
62.	Милиция. Отделы. Возможности оказания помощи.	1	
	Экономика домашнего хозяйства.	6	2
63.	Бюджет семьи. Виды источников дохода: зарплата членов семьи, пенсия, стипендия, государственные дотации.	1	
64.	Основные статьи расходов: питание, оплата жилья, коммунальных услуг, проезда.	1	
65.	Планирование расходов на месяц, полмесяца, неделю, день по данной статье. Практическая работа.	1	+
66.	Покупка одежды, обуви, головных уборов с учетом времени года.	1	
67.	Сбережение сил, времени при ведении домашнего хозяйства.	1	
68.	Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Экскурсия в сбербанк.	1	+

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Методические пособия:

1. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - 304 с: илл. - (Коррекционная педагогика)

2. Практический материал по урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А.Львова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. -136 с: илл. - (Коррекционная педагогика).

3. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: Пособие для учителя/ В.В.Воронкова, С.А.Казакова.-М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС,2006.- 246с. (Коррекционная педагогика)

Технические средства обучения

Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц и картинок.
Мультимедийный проектор. Компьютер

Экранно-звуковые пособия

Слайды, соответствующие тематике программы по основам социальной жизни (по возможности).

Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы/