

**Адаптированная рабочая программа  
по учебному предмету «Основы социальной жизни»  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
9 класс, вариант 1**

2024

**I. Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 9 класса разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;
- программы формирования базовых учебных действий; с учетом:
- примерной АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл., в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..  
Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:
- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.
- повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

**Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Личностные результаты:**

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами 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 с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических 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 готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<b>Личная гигиена</b>	
Рассказывать о вредном воздействии алкоголя, наркотиков и курения на организм человека. Соблюдать правила здорового образа жизни.	
<b>Одежда</b>	

<p>Определять свой размер одежды и обуви. Определять Подбирать одежду и обувь в соответствии с особенностями и размером обуви, правила возврата. под мелких деталей.</p> <p>Рассказывать о способах обновления Подбирать индивидуальными особенностями и размером.</p> <p>Рассказывать правила выведения пятен. Определять гигиенические Пользоваться журналами мод. требования и правила техники безопасности со средствами для выведению назначение и пятен. Выводить пятна различными способами и средствами.</p>	<p>размеры одежды и обуви .          гарантийные сроки носки одежды и индивидуальными руководством педагога. Обновлять одежду с помощью одежды и обувь в соответствии с одежды.          стиль одежды. Называть санитарно-          Рационально выбирать товары, учитывая их при работе собственные возможности.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведению пятен.</p>
--	---

**Питание**

<p>Рассказывать о способах приготовления национальных блюд, правила сервировки          Готовить отдельные национальные блюда.          Составлять меню праздничного стола.</p>
---

<p>праздничного стола.          Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста, диетические блюда под руководством педагога.          Сервировать праздничный стол.          Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста.          Готовить отдельные диетические блюда.</p>
---

**Семья**

<p>Рассказывать об основах семейного очага. Называть обязанности каждого члена семьи. отношения, Называть семейные традиции. Анализировать</p>	<p>условия для создания семьи, семейные Описывать семейные традиции.          различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.          Называть формы организации досуга и отдыха в семье, морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях.          Распределять хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи.</p>
--	--

**Культура поведения**

<p>Называть нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей.          Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей.          Анализировать поступки людей и давать им правильную оценку.          Соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.</p>
--

**Жилище**

<p>Понимать правила расстановки мебели в квартире.          Подбирать элементы интерьера в жилище под руководством педагога.          Называть правила сохранения жилищного фонда          Расставлять мебель в квартире (на макете).          Подбирать детали интерьера.          Пользоваться правилами сохранения жилищного фонда.</p>
<b>Транспорт</b>
<p>Называть основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.          Различать основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.          Ориентироваться в расписании.</p>
<p>Определять маршруты и выбирать транспортные средства.</p>
<b>Торговля</b>
<p>Называть отделы рынка, цены на некоторые товары.          Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями под руководством педагога.          Обращаться к продавцу.          Различать виды ярмарок и рынков, их отделы.          Отличать цены на ярмарке, рынке и в магазине. Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями.          Вежливо обращаться к продавцу.          Подсчитывать стоимость покупок.</p>
<b>Средства связи</b>
<p>Рассказывать о современных видах связи. Заполнять бланки почтовых переводов под руководством педагога.          Подсчитывать стоимость услуг под руководством педагога.          Классифицировать современные виды связи.          Заполнять бланки почтовых переводов.          Подсчитывать стоимость услуг.</p>
<b>Медицинская помощь</b>
<p>Называть инфекционные заболевания. меры по их предупреждению.          Рассказывать о правилах ухода за больным.          Дифференцировать инфекционные заболевания.          Подбирать способы ухода за больным.          Одевать, умывать, кормить больного.          Измерять температуру.          Ставить горчичники.          Перестилать постель лежащего больного.</p>
<b>Учреждения, организации и предприятия</b>
<p>Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение.          Рассказывать о видах оказываемых ими услуг, правила пользования услугами.          Называть профессии работников предприятий.          Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение, виды оказываемых ими услуг, правила пользования услугами и место нахождения.          Называть профессии работников предприятий. Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятия бытового обслуживания.</p>
<b>Экономика домашнего хозяйства</b>
<p>Называть правила экономии в семье.          Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности.</p>
<p>культурные и текущие потребности под руководством педагога.          Соблюдать правила экономии.          Соблюдать правила экономии.          Планировать бюджет семьи.</p>
<b>Профорентация и трудоустройство</b>

Называть основные виды рабочих специальностей.  
Называть виды документов, необходимых для поступления на работу.  
Называть перечень основных деловых бумаг. Называть адрес Центра занятости населения г. Новокузнецка.

Соотносить выбранную профессию со своими возможностями.  
Называть виды документов, необходимых для поступления на работу.  
Заполнять деловые бумаги (по образцу).  
Обращаться в отделы по трудоустройству.  
Называть адрес Центра занятости населения г. Новокузнецка.  
Уметь составить диалог с работодателем.

## Содержание учебного предмета

<b>1. Личная гигиена - 4 ч.</b>
Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух. Современные спортивные увлечения.
<b>2. Жилище - 4 ч.</b>
Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда. Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р. Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.
<b>3. Одежда и обувь - 6 ч.</b>
Стиль одежды, мода. Обновление одежды (замена мелких деталей). Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке. Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Выведение пятен. Пр.р.
<b>4. Питание - 10 ч.</b>
Приготовление национальных блюд. Приготовление национального блюда. Пр.р. Меню праздничного стола. Составление меню праздничного стола. Пр.р. Сервировка праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Пр.р. Питание детей ясельного возраста.
Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р. Диетическое питание. Приготовление диетического блюда. Пр.р.
<b>5. Семья - 4 ч.</b>
Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье. Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.
<b>6. Культура поведения - 4 ч.</b>
Традиции культуры поведения в современном обществе. Как правильно вести себя в различных общественных местах. Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми. Сюжетно-ролевые игры "Я иду на день рождения", "У меня сегодня день рождения".
<b>7. Транспорт - 4 ч.</b>
Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Экскурсия в кассу Аэрофлота. Сюжетно-ролевая игра "На каникулы летим самолетом".
<b>8. Торговля - 4 ч.</b>
Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка. Экскурсия на рынок. Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения. Экскурсия в комиссионный магазин. Ярмарки. Их виды, время и место проведения. Экскурсия на ярмарку.
<b>9. Средства связи - 4 ч.</b>
Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет). Правила пользования основными средствами связи. Пр.р. Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов. Экскурсия к мультикассе.
<b>10. Медицинская помощь - 4 ч.</b>

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности. Уход за больным. Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.
<b>11. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.</b>
Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы. Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.
Экономия в домашнем хозяйстве. Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р. Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование. Экскурсия в банк.
<b>12. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.</b>
Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг. Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.
<b>13. Профориентация и трудоустройство- 8 ч.</b>
Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги, правила их составления. Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р. Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р. Экскурсия в Центр занятости населения. Экскурсия в Центр занятости населения.

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

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	4	Рассказывают о необходимости соблюдения здорового образа жизни. Перечисляют современные спортивные увлечения. Объясняют вред воздействия алкоголя, наркотиков и табака на организм человека.
2.	Одежда и обувь	6	Определяют стиль в одежде. Рассказывают о способах обновления одежды с помощью мелких деталей. Перечисляют средства для выражения индивидуальности. Объясняют правила рационального выбора одежды и обуви при покупке, учитывая их назначение и собственные возможности. Определяют средства для выведения пятен в
			домашних условиях. Называют общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга. Рассказывают о санитарно-гигиенических требованиях и правилах техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.
3.	Питание	10	Перечисляют способы приготовления национальных блюд. Объясняют правила сервировки праздничного стола. Составляют меню праздничного стола. Называют блюда для детей ясельного возраста. Составляют меню для ребенка ясельного возраста. Перечисляют диетические блюда.
4.	Семья	4	Рассказывают о порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье. Перечисляют морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях. Распределяют обязанности между членами семьи.

5.	Культура поведения	4	Анализируют поступки людей и дают им правильную оценку. Рассказывают о правилах приема гостей. Характеризуют нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями, культуру поведения.
6.	Жилище	4	Перечисляют правила расстановки мебели в квартире. Объясняют требования к подбору интерьера,

			святильников и других деталей. Расставляют мебель в квартире (на макете). Подбирают детали интерьера. Называют правила сохранения жилищного фонда.
7.	Транспорт	4	Описывают авиатранспорт, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет, службы аэровокзала. Называют основные маршруты самолетов. Определяют маршруты и выбирают транспортные средства.
8.	Торговля	4	Различают отделы рынка. Определяют цены на отдельные товары. Объясняют правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Рассказывают о способах выбора покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями. Отличают рыночную, ярмарочную торговлю от магазина комиссионной торговли. Подсчитывают стоимость покупок. Соблюдают правила этикета.
9.	Средства связи	4	Рассказывают о современных видах связи. Сравнивают сотовую связь, факс и интернет. Знакомятся с видами денежных переводов. Различают виды денежных переводов. Определяют стоимость денежных переводов.
10.	Медицинская помощь	4	Перечисляют инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Рассказывают о правилах ухода за больным. Объясняют условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).
11.	Экономика домашнего хозяйства	6	Определяют расходы на удовлетворение культурных потребностей. Объясняют правила экономии.
			Рассказывают о порядке помещения денег в банк. Называют виды кредита, порядок его оформления.
12.	Учреждения, организации и предприятия	2	Характеризуют предприятия бытового обслуживания. Определяют назначение предприятий бытового обслуживания. Различают виды оказываемых ими услуг. Объясняют правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания. Перечисляют профессии работников предприятий.
13.	Профорентация и трудоустройство	8	Рассказывают об учреждениях и отделах по трудоустройству. Перечисляют документы, необходимые для поступления на работу. Составляют деловые бумаги. Называют адрес Центра занятости г. Новокузнецка.
14.	Повторение и обобщение	4	

**Всего 68 ч.**

**Календарно- тематическое планирование**

<b>№ урока</b>	<b>Дата</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Дата проведения</b>
		<b>Личная гигиена – 4 ч.</b>	
1		Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека.	
2		Вред курения, алкоголя и наркотиков.	
3		Значение физических упражнений: в здоровом теле здоровый дух.	
4		Современные спортивные увлечения.	
		<b>Жилище – 4 ч.</b>	
5		Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	
6		Сохранение жилищного фонда.	
7		Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р.	
8		Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.	
		<b>Одежда и обувь – 6 ч.</b>	
9		Стиль одежды, мода. Обновление одежды. (замена мелких деталей).	
10		Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.	
11		Выбор одежды и обуви при покупке.	
12		Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р.	
13		Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.	
14		Выведение пятен. Пр.р.	
		<b>Питание– 4 ч.</b>	
15		Приготовление национальных блюд.	
16		Приготовление национального блюда. Пр.р.	
17		Меню праздничного стола.	
18		Составление меню праздничного стола. Пр.р.	
		<b>Питание– 6 ч.</b>	
19		Сервировка праздничного стола.	
20		Сервировка праздничного стола. Пр.р.	
21		Питание детей ясельного возраста.	
22		Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р.	
23		Диетическое питание.	
24		Приготовление диетического блюда. Пр.р.	
		<b>Семья – 4 ч.</b>	
25		Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).	
26		Закон Российской Федерации о браке и семье.	
27		Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.	
28		Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.	
		<b>Культура поведения – 4 ч.</b>	
29		Традиции культуры поведения в современном обществе.	
30		Как правильно вести себя в различных общественных местах.	
31		Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.	

32		Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».	
		<b>Транспорт- 4 ч.</b>	
33		Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты.	
34		Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	
35		Экскурсия в кассу Аэрофлота.	
36		Сюжетно-ролевая игра «На каникулы летим самолетом».	
		<b>Торговля- 6 ч.</b>	
37		Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка.	
38		Экскурсия на рынок.	
39		Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения.	
40		Экскурсия в комиссионный магазин.	
41		Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	
42		Экскурсия на ярмарку.	
		<b>Средства связи- 4 ч.</b>	
43		Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).	
44		Правила пользования основными средствами связи. Пр.р.	
45		Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов.	
46		Экскурсия к мультикассе.	
		<b>Медицинская помощь – 4 ч.</b>	
47		Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	
48		Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности.	
49		Уход за больным.	
50		Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.	
		<b>Экономика домашнего хозяйства – 2 ч.</b>	
51		Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	
52		Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.	
		<b>Экономика домашнего хозяйства – 4 ч.</b>	
53		Экономия в домашнем хозяйстве.	
54		Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства.	
55		Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.	
56		Экскурсия в банк.	
		<b>Учреждения и организации- 2 ч.</b>	
57		Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.	
58		Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.	
		<b>Профориентация и трудоустройство- 8 ч.</b>	
59		Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.	
60		Учреждения и отделы по трудоустройству.	



61		Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.	
62		Деловые бумаги, правила их составления.	
63		Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р.	
64		Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	
65		Экскурсия в Центр занятости населения.	
66		Экскурсия в Центр занятости населения.	
67		Урок обобщения знаний	
68		Итоговое повторение	