

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области  
«Матвеево - Курганская специальная школа-интернат»  
(ГКОУ РО Матвеево - Курганская школа-интернат)

Рассмотрено на заседании МО  
коррекционного цикла  
«30» августа 2023 г.

Согласовано с методическим советом  
школы-интерната  
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы-интерната  
В.В. Зинченко

**Адаптированная образовательная  
программа  
(Основная школа)  
ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ  
8-А класс**

**Разработала: Ткаченко Людмила Анатольевна**

**2023-2024 учебный год**  
**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для учащихся 8 классов с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Учебный план образовательной организации.

## Тематическое планирование

№	Тема/ раздел	Кол-во часов, отводимых на изучение темы	Электронные учебно-методические материалы
<b>1</b>	<b>Личная гигиена и здоровье.</b>	<b>2</b>	<a href="https://disk.yandex.ru/d/AiBu_RpTQxkwug">https://disk.yandex.ru/d/AiBu_RpTQxkwug</a>
	Гигиена тела. Уход за телом.	1	
	Гигиенические требования к использованию личного белья.	1	
<b>2</b>	<b>Питание.</b>	<b>13</b>	
	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	1	
	Составление меню на день, на неделю.	1	
	Стоимость и расчёт продуктов для обеда.	1	
	Мясо и мясопродукты.	1	
	Виды домашних заготовок.	1	
	Замораживание овощей, фруктов, ягод.	1	
	Приготовление изделий из дрожжевого теста.	2	
	Выпечка блинов.	2	
	Приготовление песочного печенья.	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>3.</b>	<b>Охрана здоровья.</b>	<b>6</b>	
	Профилактические средства для предупреждения вирусных заболеваний.	1	
	Виды врачебной помощи на дому.	1	
	Медицинские показания для вызова врача на дом.	1	
	Первая помощь при ожогах, обморожениях.	1	
	Первая помощь при солнечном ударе,	1	

	отравлениях.		
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>4.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>5</b>	
	Автовокзал, его назначение.	1	
	Расписание, порядок приобретения билетов.	1	
	Культура общения пассажиров.	1	
	Водный транспорт.	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>5.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>2</b>	
	Влияние на здоровье излучения мобильного телефона	1	
	Интернет-связь.	1	
<b>6.</b>	<b>Одежда и обувь.</b>	<b>7</b>	
	Чтение условных обозначений на этикетках.	1	
	Правила сушки белья из различных тканей.	1	
	Глажение фасонного белья.	2	
	Прачечная. Виды услуг.	1	
	Правила пользования прачечной.	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>7.</b>	<b>Жилище</b>	<b>7</b>	
	Кухня. Нагревательные приборы. Правила техники безопасности.	1	
	Убранство жилых комнат.	1	
	Санузел и ванная комната.	1	
	Правила безопасного поведения в ванной комнате.	1	
	Насекомые и грызуны в доме.	1	
	Виды химических средств для борьбы с ними.	1	

	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>8.</b>	<b>Семья</b>	<b>5</b>	
	Правила ухода за грудным ребёнком.	1	
	Правила и периодичность кормления грудного ребёнка.	1	
	Правила и последовательность пеленания грудного ребёнка.	1	
	Правила и последовательность одевания грудного ребёнка.	1	
	Правила и последовательность купания грудного ребёнка.	1	
<b>9.</b>	<b>Бюджет</b>	<b>8</b>	
	Бюджет семьи. Источники дохода.	1	
	Статьи расходов.	1	
	Оплата коммунальных услуг.	2	
	Расчёт электроэнергии и газа.	2	
	Расходы на питание.	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>10.</b>	<b>Предприятия, организации, учреждения.</b>	<b>2</b>	
	Исполнительные органы государственной власти.	2	
<b>11.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>5</b>	
	Культура общения юноши и девушки.	1	
	Значение тона разговора в установлении межличностного контакта.	1	
	Внешний вид молодых людей	2	
	Ролевая игра «Ты идёшь в гости»	1	
<b>12.</b>	<b>Диагностика знаний и умений</b>	<b>4</b>	
	Контрольно-методический срез	4	
	<b>ВСЕГО</b>	<b>66</b>	

### Инструмент учителя 8-А класс

№	Содержательная линия. Тема	Срок	Ко-во часов	Планируемые результаты		Электронные учебно-методические материалы
				Минимальный	Достаточный	
<b>1 четверть - 16 часов</b>						
	<b>Личная гигиена и здоровье</b>		<b>2</b>	<p>Называть виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими. Выбирать косметические средства в зависимости цели. Пользоваться косметическими средствами.</p>	<p>Выбирать косметические средства в зависимости цели, состояния кожи, времени года.</p> <p>Правильно пользоваться косметическими средствами.</p>	<a href="https://disk.yandex.ru/d/AiBu_RpTQxkwug">https://disk.yandex.ru/d/AiBu_RpTQxkwug</a>
1.	Гигиена тела. Уход за телом.	04.09	1			
2.	Гигиенические требования к использованию личного белья.	04.09	1			
	<b>Питание.</b>		<b>13</b>			
3.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	11.09	1	<p>Называть изделия из теста. способы приготовления.</p> <p>Перечислять способы заготовки продуктов впрок.</p> <p>Составлять меню завтрака,</p>	<p>Готовить изделия из различных видов теста, оформлять эти изделия.</p>	
4.	Составление меню на день, на неделю.	11.09	1		<p>Солить овощи, варить варенье.</p>	

5.	Стоимость и расчёт продуктов для обеда.	18.09	1	обеда и ужина под руководством педагога.	Самостоятельно составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.				
6.	Мясо и мясопродукты.	18.09	1						
7.	Виды домашних заготовок.	25.09	1						
8.	Замораживание овощей, фруктов, ягод.	25.09	1						
9.	Приготовление изделий из дрожжевого теста.	02.10	2						
10.		02.10							
11.	Выпечка блинов.	09.10	2						
12.		09.10							
13.	Приготовление песочного печенья.	16.10	2						
14.		16.10							
15.	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	23.10	1						
16.	Контрольно-методический срез	23.10	1						
<b>2 четверть - 14 часов</b>									
	<b>Охрана здоровья.</b>		<b>6</b>						
17.	Профилактические средства для предупреждения вирусных заболеваний.	13.11	1				Применять элементарные правила оказания первой помощи при несчастных случаях.	Применять правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях.	
18.	Виды врачебной	13.11	1						

	помощи на дому.			Рассказывать о правилах оказания первой помощи утопающему.	Классифицировать виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.
19	Медицинские показания для вызова врача на дом.	20.11	1	Называть виды глистных заболеваний и меры по их предупреждению.	Оказывать первую помощь при ожогах.обморожении.  Оказывать первую помощь при отравлении, солнечном ударе.
20	Первая помощь при ожогах, обморожениях.	20.11	1		
21	Первая помощь при солнечном ударе, отравлениях.	27.11	1		
22	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	27.11	1		
	<b>Транспорт</b>		<b>5</b>		
23	Автовокзал, его назначение.	04.12	1	Называть основные автобусные маршруты и маршруты водного транспорта.  Пользоваться расписанием под руководством взрослого.  Покупать билет.  Правила безопасного поведения в общественном транспорте.	Определять основные междугородние автобусные маршруты и маршруты водного транспорта.  Пользоваться расписанием.  Определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой.  Правила безопасного поведения в общественном транспорте.
24	Расписание, порядок приобретения билетов.	04.12	1		
25	Культура общения пассажиров.	11.12	1		
26	Водный транспорт.	11.12	1		
27	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	18.12	1		
	<b>Средства связи</b>		<b>2</b>		



28	Влияние на здоровье излучения мобильного телефона	18.12	1	Пользоваться номерами срочного вызова (полиция, пожарная охрана, аварийная служба).	Пользоваться сотовой связью, стационарным городским телефоном.	
29	Интернет-связь.	25.12	1	Культурно разговаривать по телефону	Вызывать экстренные службы (полиция, пожарная охрана, аварийная служба).	
30	Контрольно-методический срез	25.12	1		Объяснять причину звонка по телефону срочного вызова.	
					Пользоваться телефонным справочником.	
					Получать по телефону справки, уточнять время.	
					Культурно разговаривать по телефону.	
<b>3 четверть - 20 часов</b>						
	<b>Одежда и обувь.</b>		<b>7</b>			
31	Чтение условных обозначений на этикетках.	15.01	1	Рассказывать о правилах стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей.	Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей.	
32	Правила сушки белья из различных тканей.	15.01	1			
33	Глажение	22.01	2	Рассказывать о правилах пользования прачечной, виды оказываемых ими услуг	Утюжить блузки, рубашки, платья.	
34	фасонного белья.	22.01				
35	Прачечная. Виды услуг.	29.01	1			
36	Правила	29.01	1	Правила безопасной работы с утюгом.	Рассказывать о правилах пользования прачечной, виды оказываемых ими услуг.	

	пользования прачечной.				
37	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	05.02	1	Правила культурного общения на предприятиях бытового обслуживания	Объяснять правила подготовки вещей к сдаче в стирку, правила пришивания меток, правила пользования прачечной самообслуживания.  Заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.  Правила безопасной работы с утюгом.  Правила культурного общения на предприятиях бытового обслуживания
	<b>Жилище</b>		<b>7</b>		
38	Кухня. Нагревательные приборы. Правила техники безопасности.	05.02	1	Совершать уборку санузла, кухни под руководством взрослого.	Соблюдать правила и периодичность уборки кухни и санузла.
39	Убранство жилых комнат.	12.02	1	Называть моющие средства, используемые при уборке кухни.санузла.	Подбирать и применять моющие средства, используемые при уборке кухни.санузла.
40	Санузел и ванная комната.	12.02	1	Мыть кафельные стены, чистить раковины.	
41	Правила безопасного поведения в	19.02	1	Читать печатные инструкции	Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники

	ванной комнате.			к моющим средствам.используемым при уборке  Правила безопасной работы с электроприборами.  Правила безопасной работы с химическими средствами.	безопасности при уборке кухни и санузла.  Мыть кафельные стены, чистить раковины.  Пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.используемым при уборке.  Правила безопасной работы с химическими средствами.
42	Насекомые и грызуны в доме.	19.02	1		
43	Виды химических средств для борьбы с ними.	26.02	1		
44	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	26.02	1		
	<b>Семья</b>		<b>5</b>		
45	Правила ухода за грудным ребёнком.	04.03	1	Называть правила и периодичность ухода за грудным ребёнком  Правила культурного общения в семье	Владеть навыками ухода за грудным ребёнком.  Правила ухода за детскими вещами и принадлежностями.  Правила культурного общения в семье
46	Правила и периодичность кормления грудного ребёнка.	04.03	1		
47	Правила и последовательность пеленания грудного ребёнка.	11.03	1		
48	Правила и последовательность одевания грудного ребёнка.	11.03	1		
49	Правила и последовательность купания грудного ребёнка.	18.03	1		

50	Контрольно-методический срез	18.03	1			
<b>4 четверть - 16 часов</b>						
	<b>Бюджет</b>		<b>8</b>			
51	Бюджет семьи. Источники дохода.	01.04	1	<p>Называть основные статьи расходов в семье.</p> <p>Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи под руководством педагога.</p> <p>Снимать показатели счетчиков, подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии под руководством педагога.</p>	<p>Называть основные статьи расходов в семье.</p> <p>Учитывать расходы: размер квартплаты, тарифы на электричество, порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг.</p> <p>Подсчитывать расходы.</p> <p>Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи.</p> <p>Снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии.</p> <p>Планировать крупные покупки.</p>	
52	Статьи расходов.	01.04	1			
53	Оплата коммунальных услуг.	08.04	2			
54		08.04				
55	Расчёт электроэнергии и газа.	15.04	2			
56		15.04				
57	Расходы на питание.	22.04	1			
58	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	22.04	1			
	<b>Культура поведения</b>		<b>5</b>			
59	Внешний вид молодых людей	29.04	2	<p>Рассказывать правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в</p>	<p>Объяснять правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в</p>	
60		29.04				
61	Культура	06.05	1			

	общения юноши и девушки.			общественных местах, дома.	общественных местах, дома.	
62	Значение тона разговора в установлении межличностного контакта.	06.05	1	Подбирать одежду, причёску, косметические средства, украшения, учитывая свой возраст, индивидуальные способности.а так же характер предстоящего мероприятия под руководством педагога.	Подбирать одежду, причёску, учитывая свой возраст, индивидуальные способности.а так же характер предстоящего мероприятия.	
63	Ролевая игра «Ты идёшь в гости»	13.05	1		Выбирать косметические средства, украшения.	
	<b>Предприятия, организации, учреждения.</b>		<b>2</b>			
64 65	Исполнительные органы государственной власти.	13.05 20.05	2	Называть организации управления города	Называть и понимать функции организаций управления города.знать адреса.	
66	Контрольно-методический срез	20.05	1			