

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

Рассмотрено на заседании МО  
коррекционного цикла  
«26» августа 2024 г.

Согласовано с методическим советом  
школы-интерната  
«28» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы-интерната  
В.В. Зинченко

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

**Разработала: Ткаченко Людмила Анатольевна.**

**2024-2025 учебный год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для учащихся 9 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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

***Структура программы представлена следующими разделами:***

- -Личная гигиена.
- -Одежда и обувь.
- -Питание.
- -Семья.
- -Культура поведения.
- -Жилище.
- -Транспорт.
- -Торговля.

- -Средства связи.
- -Медицинская помощь.
- -Учреждения, организации и предприятия.
- -Экономика домашнего хозяйства.
- -Профориентация и трудоустройство.
- Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

***Формы и методы реализации программных задач:***

- - словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- - наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- - практические: карточки, тесты.
  - Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.
  - Методы и формы позволяют корректировать познавательную деятельность: наблюдательности, воображения, внимания, памяти и устной речи. Способствует развитию самостоятельности учащихся при выполнении заданий, постепенно подготавливает их труду и самостоятельной жизни.
  - Занятия по данной рабочей программе тесно связаны с такими предметами как: "Русский язык", "Чтение", "Математика", "Природоведение", "География", "Биология", "Естествознание" и "Ручной труд".
- На занятиях по "Основам социальной жизни" следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках "Русского языка". На всех этапах занятия в связи с изученным материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умение детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.
- **Описание места учебного предмета в учебном плане**
  - В соответствии с учебным планом ГКОУ РО «Матвеево-Курганская школа-интернат», учебный предмет "Основы социальной жизни" представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 9 классе составляет **66 часов в год (2 часа в неделю)**.

- **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 и здоровье</b>	
Рассказывать о вредном воздействии алкоголя, наркотиков и курения на организм человека.	Соблюдать правила здорового образа жизни.

### Одежда и обувь

Определять свой размер одежды и обуви.

Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером под руководством педагога.

Рассказывать о способах обновления одежды.

Рассказывать правила выведения пятен.

Называть санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

Определять размеры одежды и обуви .

Знать гарантийные сроки носки одежды и обуви, правила возврата.

Обновлять одежду с помощью мелких деталей.

Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером.

Определять стиль одежды.

Пользоваться журналами мод.

Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.

Выводить пятна различными способами и средствами.

Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

### Питание

Рассказывать о способах приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола.

Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста, диетические блюда под руководством педагога.

Готовить отдельные национальные блюда.

Составлять меню праздничного стола.

Сервировать праздничный стол.

Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста.

Готовить отдельные диетические блюда.

### **Семья**

Рассказывать об основах семейного очага.  
Описывать обязанности каждого члена семьи.  
Называть семейные традиции.

Называть условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции.  
Анализировать 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.

### **Культура поведения**

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.

### **Жилище**

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.

### **Транспорт**

Называть основные маршруты самолетов, службы

Различать основные маршруты самолетов, службы аэровокзала,

аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.

порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.

Ориентироваться в расписании.

Определять маршруты и выбирать транспортные средства.

### **Торговля**

Называть отделы рынка, цены на некоторые товары.

Различать виды ярмарок и рынков, их отделы.

Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями под руководством педагога.

Отличать цены на ярмарке, рынке и в магазине.

Обращаться к продавцу.

Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями.

Вежливо обращаться к продавцу.

Подсчитывать стоимость покупок.

### **Средства связи**

Рассказывать о современных видах связи.

Классифицировать современные виды связи.

Заполнять бланки почтовых переводов под руководством педагога.

Заполнять бланки почтовых переводов.

Подсчитывать стоимость услуг под руководством педагога.

Подсчитывать стоимость услуг.

### **Охрана здоровья**

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 лежачего больного.

### **Предприятия, организации, учреждения**

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.

### **Бюджет**

Называть правила экономии в семье.

Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности под руководством педагога.

Соблюдать правила экономии.

Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности.

Соблюдать правила экономии.

Планировать бюджет семьи.

### **Трудоустройство**



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.

## 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>	
	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.	1	<a href="https://disk.yandex.ru/d/VFFN1cWOkBPzQg">https://disk.yandex.ru/d/VFFN1cWOkBPzQg</a>
	Вредные привычки и способы их предотвращения.	1	
<b>2</b>	<b>Охрана здоровья.</b>	<b>4</b>	
	Уход за больным на дому.	1	
	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	1	
	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	2	
<b>3.</b>	<b>Жилище.</b>	<b>4</b>	
	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	1	
	Виды уборки квартиры (повторение)	1	
	Правила пользования стиральными машинами.	1	
	Ручная стирка белья.	1	
<b>4.</b>	<b>Одежда и обувь.</b>	<b>10</b>	
	Мода. Стиль в одежде	1	
	Выбор и покупка одежды.	1	
	Правила возврата и обмена купленного товара (одежды).	1	
	Магазины по продаже одежды и обуви .	1	
	Выведение пятен в домашних условиях.	2	

	Правила техники безопасности при использовании пятновыводителей.	1	
	Варианты обновления одежды (замена мелких деталей)	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>5</b>	<b>Питание.</b>	<b>12</b>	
	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	1	
	Меню праздничного стола.	1	
	Сервировка праздничного стола.	1	
	Приготовление несложных салатов и холодных закусок.	2	
	Приготовление диетических блюд.	2	
	Приготовление вегетарианского борща.	2	
	Приготовление изделий из теста.	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>6</b>	<b>Транспорт.</b>	<b>2</b>	
	Авиационный транспорт.	1	
	Порядок приобретения билета.	1	
<b>8</b>	<b>Средства связи</b>	<b>2</b>	
	Денежные переводы.	1	
	Виды денежных переводов.	1	
<b>9</b>	<b>Предприятия, организации учреждения.</b>	<b>3</b>	
	Предприятия бытового обслуживания.	2	
	Виды услуг.	1	
<b>10.</b>	<b>Семья</b>	<b>5</b>	
	Взаимоотношения между родственниками	1	
	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1	

	Культура межличностных отношений.	2	
	Досуг как средство укрепления здоровья.	1	
<b>11</b>	<b>Трудоустройство</b>	<b>7</b>	
	Временная и постоянная занятость.	1	
	Охрана труда несовершеннолетних.	1	
	Трудовой договор. Трудовой стаж.	1	
	Государственная служба занятости.	1	
	Оформление на работу. Документы.	1	
	Написание заявления о приеме на работу, об увольнении	1	
	Написание автобиографии, доверенности, расписки	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>12</b>	<b>Торговля</b>	<b>2</b>	
	Рынок. Виды рынков. Отделы рынка.	2	
<b>13</b>	<b>Бюджет</b>	<b>7</b>	
	Сбережения. Виды вкладов.	1	
	Государственное страхование.	1	
	Источники дохода. Среднедушевой доход.	1	
	Экономика домашнего хозяйства.	1	
	Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства.	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
<b>14</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>2</b>	
	Правила поведения в общественных местах.	2	
<b>15</b>	<b>Диагностика знаний и умений</b>		
	Контрольно-методический срез	4	
	<b>ВСЕГО</b>	<b>66</b>	

### Инструмент учителя

№	Содержательная линия. Тема	Срок	Ко-во часов	Планируемые результаты		Электронные учебно-методические материалы
				Минимальный	Достаточный	
<b>1 четверть - 18 часов</b>						
	<b>Личная гигиена и здоровье</b>		<b>2</b>			
1.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.	02.09	1	Рассказывать о вредном воздействии алкоголя, наркотиков и курения на организм человека.	Соблюдать правила здорового образа жизни	
2.	Вредные привычки и способы их предотвращения.	02.09	1			
	<b>Охрана здоровья.</b>		<b>4</b>			
3.	Уход за больным на дому.	09.09	1	Называть инфекционные заболевания. меры по их предупреждению. Рассказывать о правилах ухода за больным.	Дифференцировать инфекционные заболевания. Подбирать способы ухода за больным. Одевать, умыть, кормить больного. Измерять температуру. Ставить горчичники. Перестилать постель лежачего больного.	
4.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	09.09	1			
5. 6.	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	16.09 16.09	2			

	<b>Средства связи</b>		<b>2</b>			
7.	Денежные переводы.	23.09	1	Рассказывать о современных видах связи.	Классифицировать современные виды связи. Заполнять бланки почтовых переводов. Подсчитывать стоимость услуг.	
8.	Виды денежных переводов.	23.09	1	Заполнять бланки почтовых переводов под руководством педагога. Подсчитывать стоимость услуг под руководством педагога		
	<b>Бюджет</b>		<b>7</b>			
9.	Сбережения. Виды вкладов.	30.09	1	Называть правила экономии в семье.	Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности. Соблюдать правила экономии. Планировать бюджет семьи.	
10.	Государственное страхование.	30.09	1	Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности под руководством педагога.		
11.	Источники дохода. Среднедушевой доход.	07.10	1	Соблюдать правила экономии.		
12.	Экономика домашнего хозяйства.	07.10	1			
13.	Упражнения в расчетах	14.10	2			
14.	рационального ведения хозяйства.	14.10				
15.	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	21.10	1			
16.	Контрольно-	21.10	1			

	методический срез					
			<b>2 четверть - 14 часов</b>			
	<b>Одежда и обувь.</b>		<b>10</b>			
17.	Мода. Стиль в одежде	11.11	1	<p>Определять свой размер одежды и обуви.</p> <p>Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером под руководством педагога.</p> <p>Рассказывать о способах обновления одежды.</p> <p>Рассказывать правила выведения пятен.</p> <p>Называть санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p>	<p>Определять размеры одежды и обуви .</p> <p>Знать гарантийные сроки носки одежды и обуви, правила возврата.</p> <p>Обновлять одежду с помощью мелких деталей.</p> <p>Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером.</p> <p>Определять стиль одежды.</p> <p>Пользоваться журналами мод.</p> <p>Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.</p> <p>Выводить пятна различными способами и средствами.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p>	
18.	Выбор и покупка одежды.	11.11	1			
19	Правила возврата и обмена купленного товара (одежды).	18.11	1			
20	Магазины по продаже одежды и обуви .	18.11	1			
21	Выведение пятен в домашних условиях.	25.11	2			
22		25.11				
23	Правила техники безопасности при использовании пятновыводителей.	02.12	1			
24 25	Варианты обновления одежды (замена мелких деталей)	02.12 09.12	2			
26	Обобщение пройденной темы.	09.12	1			

	Проверочная работа.					
	<b>Предприятия, организации учреждения.</b>		<b>3</b>			
27	Предприятия бытового обслуживания.	16.12	2	Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение.	Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение, виды	
28		16.12			оказываемых ими услуг, правила пользования услугами и место нахождения.	
29	Виды услуг.	23.12	1	Рассказывать о видах оказываемых ими услуг, правила пользования услугами. Называть профессии работников предприятий.	Называть профессии работников предприятий. Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятия бытового обслуживания.	
30	Контрольно-методический срез	23.12	1			
<b>3 четверть – 20 часов</b>						
	<b>Транспорт.</b>		<b>2</b>			
31	Авиационный транспорт.	13.01	1	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.	
32	Порядок приобретения билета.	13.01	1		Ориентироваться в расписании. Определять маршруты и	



					выбирать транспортные средства	
	<b>Питание.</b>		<b>12</b>			
33	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	20.01	1	<p>Рассказывать о способах приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола.</p> <p>Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста, диетические блюда под руководством педагога</p>	<p>Готовить отдельные национальные блюда.</p> <p>Составлять меню праздничного стола.</p> <p>Сервировать праздничный стол.</p> <p>Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста.</p> <p>Готовить отдельные диетические блюда.</p>	
34	Меню праздничного стола.	20.01	1			
35	Сервировка праздничного стола.	27.01	2			
36		27.01				
37	Приготовление несложных салатов и холодных закусок.	03.02	2			
38		03.02				
39	Приготовление диетических блюд.	10.02	2			
40		10.02				
41	Приготовление вегетарианского борща.	17.02	2			
42		17.02				
43	Приготовление изделий из теста.	24.02	2			
44		24.02				
	<b>Семья</b>		<b>5</b>			
45	Взаимоотношения между родственниками	03.03	1	<p>Рассказывать об основах семейного очага.</p> <p>Описывать обязанности каждого члена семьи.</p>	<p>Называть условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции.</p>	
46	Помощь старших	03.03	1			

	младшим: домашние обязанности.			Называть семейные традиции.	Анализировать 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.	
47	Культура межличностных отношений.	10.03	1			
48	Досуг как средство укрепления здоровья.	10.03	1			
49	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	17.03	1			
50	Контрольно-методический срез	17.07	1			
<b>4 четверть – 16 часов</b>						
	<b>Торговля</b>		<b>2</b>			
51 52	Рынок. Виды рынков. Отделы рынка.	31.03 31.03	2	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.	
	<b>Трудоустройство</b>		<b>8</b>			
53	Временная и постоянная занятость.	07.04	1	<p>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</p>	<p>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.</p>	
54	Охрана труда несовершеннолетних.	07.04	1			
55	Трудовой договор. Трудовой стаж.	14.04	1			
56	Государственная служба занятости.	14.04	1			
57	Оформление на работу. Документы.	21.04	1			
58	Написание заявления о приеме на работу, об увольнении	21.04	1			
59	Написание автобиографии, доверенности, расписки	28.04	1			
	<b>Жилище.</b>		<b>4</b>			
60	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	28.04	1	<p>Понимать правила расстановки мебели в квартире.  Подбирать элементы интерьера в жилище под</p>	<p>Расставлять мебель в квартире (на макете).  Подбирать детали интерьера.  Пользоваться правилами сохранения жилищного</p>	

61	Виды уборки квартиры (повторение)	05.05	1	руководством педагога. Называть правила сохранения жилищного фонда	фонда.	
62	Правила пользования стиральными машинами.	05.05	1			
63	Ручная стирка белья.	12.05	1			
	<b>Культура поведения</b>		<b>2</b>			
64 65	Правила поведения в общественных местах	12.05 19.05	1	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.	
66	Контрольно- методический срез	19.05	1			