

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Оренбургской области**

**Илекский район**

**МБОУ Красноярская СОШ**

**РАССМОТРЕНО**

**Руководитель ШМО**

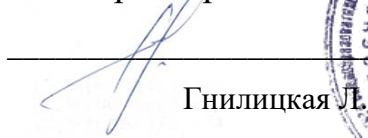


Барабанова Е.А.

Пр №1 от «26» 08 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Зам.директора по УВР**



Гнилицкая Л.Р.

«26» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**



Квасникова Л.А.

Пр №166 от «26» 08 2024 г.

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

**Предметная область** коррекционно - развивающая

**Уровень образования** основное общее образование (ФГОС, базовый уровень)

**Класс** 8 (ОВЗ, умственная отсталость)

**Срок реализации** 1 год (2024-2025 г)

**Составитель** учитель первой квалификационной категории Барабанова Е.А.

## I.

Рабочая программа коррекционного курса «Основы социальной жизни» обеспечивает достижение планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – АООП), определяет содержание, ожидаемые результаты и условия ее реализации.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы коррекционного курса

«Основы социальной жизни» (8 класс) (адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляют:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Проект от 03.04.2015 г.)
- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013 г.,

Программа по предмету «Основы социальной жизни» рассчитана на 68 часов (34 недели по 2 часа).

Рабочая программа по ОСЖ составлена с учетом следующих учебных пособий:

1. В.В. Гладкая. Основы социальной жизни (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, М., 2020 г.
1. В.П. Субчева. Основы социальной жизни Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 8 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2019 г.
1. материал С.А. Львова. Практический к урокам Основы социальной жизни в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, М. 2015 г.

### КРАТКАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ

В процессе обучения ОСЖ учитываются индивидуальные особенности и потенциальные возможности развития неоднородного состава группы обучающихся. Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Категория обучающихся с умственной отсталостью представляет собой неоднородную группу. В соответствии с международной классификацией умственной отсталости (МКБ-10) выделяют четыре степени умственной отсталости: легкую, умеренную, тяжелую, глубокую.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение чтением, письмом и счетом в процессе школьного обучения.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания

– **ощущения и восприятие.** Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения отдельных учебных предметов это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала, в частности смешении графически сходных букв, цифр, отдельных звуков или слов. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у

обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов. В целом мышление ребенка с умственной отсталостью характеризуется конкретностью, некритичностью, ригидностью (плохой переключаемостью с одного вида деятельности на другой). Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений.

Особенности нервной системы школьников с умственной отсталостью проявляются и в особенностях их **внимания**, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые **представления и воображение**. Представлениям детей с умственной отсталостью свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью.

У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии **речевой деятельности**, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической. Трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи обуславливают различные виды нарушений письменной речи. Снижение потребности в речевом общении приводит к тому, что слово не используется в полной мере как средство общения; активный словарь не только ограничен, но и наполнен штампами; фразы однотипны по структуре и бедны по содержанию. Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Следует отметить, что речь школьников с умственной отсталостью в должной мере не выполняет своей регулирующей функции, что приводит к неверному осмысливанию и выполнению задания.

**ЦЕЛЯМИ И ЗАДАЧАМИ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ ЯВЛЯЮТСЯ:**

- практическая подготовка учащихся к самостоятельной жизни;
- формирование у них знаний и умений, способствующих социальной и психологической адаптации;
- повышение общего уровня развития учащихся;
- помощь учащимся в осознании того, что главная ценность жизни есть здоровье человека, за которое он отвечает сам;
- формирование у учащихся полового самосознания как основы культурного поведения;
- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения;
- помощь учащимся в осознанном выборе профессии;
- помощь учащимся в овладении нормами правильного поведения в природной среде.

Формировать умения пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

3. Способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса.

4. Расширять кругозор.

5. Развивать: обоняние, осязание, ловкость, скорость, внимание, наблюдательность, память, находчивость, смекалку, сообразительность, воображение, фантазию, интерес к национальным традициям.

6. Воспитывать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

7. Воспитывать элементы трудовой культуры: организацию труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, электроэнергии;

строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

## ОСОБЕННОСТИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Программа составлена с учётом специфики обучающихся с **ОВЗ УО**. Для данной категории обучающихся характерны:

1. Незрелость эмоционально-волевой сферы;
2. Сниженный уровень познавательной деятельности;
3. Недостаточная сформированность предпосылок к усвоению новых знаний и предметных понятий;
4. Отсутствие у большинства обучающихся словесно-логической памяти;
5. Совершенство мыслительных операций: мышление, память, внимание, восприятие;
6. Отсутствие умения самостоятельно сравнивать, обобщать, классифицировать новый учебный материал без специальной педагогической поддержки;
7. Трудности при составлении письменных ответов. У многих обучающихся недостаточно развиты навыки чтения, образно-эмоциональная речевая деятельность.

Календарно-тематическое планирование составлено с учётом реализации коррекционных целей урока наряду с образовательными, развивающими и воспитательными задачами.

В программе так же учтены различные приёмы и формы работы на уроке: задания с опорой на несколько анализаторов, дозировка учебного материала, поэтапная информационно-коммуникативных технологий. Данный вид работы является наиболее эффективным при изучении нового материала, а также для восполнения пробелов в знаниях обучающихся с ОВЗ УО.

### Особенности использования педагогических технологий

Психологические особенности школьников классов с задержкой психического развития:

- замедленный темп формирования обобщённых знаний,
- интеллектуальная пассивность детей,
- повышенная утомляемость в процессе интеллектуальной деятельности.

С учётом этих особенностей, в школе намечены пути обучения:

- обучение в несколько замедленном темпе (особенно на начальном этапе изучения нового материала)
- обучение с более широкой наглядной и словесной конкретизацией общих положений
- обучение с большим количеством упражнений, выполнение которых опирается на прямой показ приёмов решения
- постепенное сокращение помощи со стороны
- постепенное повышение трудности заданий
- постоянное уделение внимания мотивационно-занимательной стороне обучения, стимулирующей развитие познавательных интересов

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного подхода к учащимся, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Основными формами и методами обучения на уроках социально-бытовой ориентировки являются практические работы, деловые игры, экскурсии, рейды, беседы, опыты, практикумы ролевого общения и др.

Проводя уроки по теме «Питание», следует обращать внимание учащихся на то, что приготовление ими пищи - искусство, и что от настроения готовящего пищу зависит её вкус, здоровье и настроение человека.

В работе по темам «Личная гигиена», «Здоровье» коррекционные занятия должны быть направлены не только на усвоение учащимися знаний, умений, но и на становление их мотивационной сферы, гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в реальном поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье. На данных уроках должна прослеживаться взаимосвязь поведения, характера, мировоззрения, образа жизни и здоровья человека.

Введение в программу раздела «Мир взаимоотношений» помогает учащимся разобраться в сложном мире межличностных взаимоотношений, понять свою роль в них, определить свою способность к дружбе, любви, учит преодолевать конфликты.

Методика работы с учащимися на этих уроках строится на анализе различных ситуаций, включая практикум ролевого общения, что особенно эффективно для развития диалогической речи учащихся.

Большую образовательно-воспитательную и коррекционную роль играют темы в разделе «Природа и человек», на которых уточняются и расширяются представления о природе, концентрируется внимание на экологических проблемах, истории края. Уроки-экскурсии, уроки-рейды по данной теме направлены на развитие инициативы, умения увидеть проблему, воспитывают ответственность за сохранение природы.

Курс социально-бытовой ориентировки интегративный, т.к. содержит сведения целого ряда наук, областей жизни человека и поэтому должен иметь своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Совместная деятельность учителя и воспитателя позволяет достичь желаемых результатов.

На уроках необходимо найти правильный тон общения с учащимися, говорить доступным языком, но не избегать научной терминологии, необходимой для изучения конкретной темы, проявлять к личности учащегося искренний интерес, сопереживать и радоваться вместе с ним.

При проведении уроков по социально-бытовой ориентировке главный акцент делается на личностное отношение каждого учащегося к изучаемому материалу. Замечено, что полученные знания, подкреплённые эмоцией (радости, значимости собственного мнения), проходят гораздо глубже и закрепляются надолго.

Выставление оценок на уроках разъединяет учителя и ученика, создаёт барьер, обостряет комплексы ребёнка. Поэтому подходить к вопросу оценивания нужно тактично и деликатно.

## **II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Патриотическое воспитание:**

- бережное отношение к культурно-историческому наследию родного края и страны;
- проявление интереса к информации, расширение кругозора.

#### **Гражданское и духовно-нравственное воспитание:**

- готовность к адекватному обсуждению общественно значимых и этических проблем, связанных с практическим применением услуг предприятий, службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

#### **Эстетическое воспитание:**

- воспроизведение объектов внешнего мира и свои собственные признаки: внимание, наблюдательность, находчивость, воображение, ловкость, интерес к национальным традициям.
- развитие любознательности, интереса к практической деятельности.

#### **Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

- осознание ценности безопасного образа жизни в современном обществе, важности правил безопасного поведения на транспорте, на дорогах, с бытовыми приборами в домашних условиях;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права у другого человека.

#### **Трудовое воспитание:**

- активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, требующих приготовления доброкачественной пищи, творческого отношения к домашнему труду;
- интерес к практическому изучению различных профессий.
- сформированность элементов трудовой культуры: организацию труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, электроэнергии;

#### **Экологическое воспитание:**

- ориентация на применение практических навыков в области окружающей среды,
- осознание поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

—осознание бережного поведения в природе;

#### **Адаптация обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:**

—потребность в социальной адаптации в условиях современного общества;

—повышение уровня развития через практическую деятельность;

—потребность в формировании личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

—формирование и совершенствование необходимых навыков ориентировки в окружающем:

—потребность в самообслуживании, ведении домашнего хозяйства;

—потребность и стремление к приготовлению доброкачественной пищи, творческого отношения к домашнему труду

—оценка своих действий с учётом влияния на окружающую среду, возможных последствий.

#### **Метапредметными результатами освоения данной программы являются:**

- умение работать с разными источниками информации;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, ставить вопросы, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение организовать свою учебную деятельность: определять цель работы, ставить задачи, планировать — определять последовательность действий и прогнозировать результаты работы. Осуществлять контроль и коррекцию в случае обнаружения отклонений и отличий при сличении результатов с заданным эталоном. Оценка результатов работы — выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.

#### **Предметными результатами освоения данной программы являются:**

##### 1. В познавательной (интеллектуальной) сфере:

- Проследить роль и значения таких предметов, как: биология, история, технология, на социально-бытовое ориентирование человека.

##### 2. В ценностно-ориентационной сфере:

- знание основных правил поведения в быту и жизни;
- анализ и оценка последствий деятельности человека в бытовой сфере жизни.

##### 3. В сфере трудовой деятельности:

- знание и соблюдение правил работы в школьных кабинетах;
- соблюдение правил работы со школьными приборами и инструментами на различных уроках.

##### 4. В сфере физической деятельности:

- освоение приемов выращивания и размножения культурных растений, ухода за ними.

##### 5. В эстетической сфере:

овладение умением оценивать с эстетической точки зрения объекты живой и неживой природы

#### **Межпредметные связи**

Занятия по социально-бытовой ориентировке тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

На занятиях по социально-бытовой ориентировке уделяется внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка.

Социально-бытовая ориентировка учащихся имеет логическое продолжение в системе внеклассной работы.

Программа служит ориентиром для воспитателя при отборе материала, определении его тематики, объема и последовательности изучения.

Связь учителя с воспитателем осуществляется при совместном проведении отдельных экскурсий и некоторых итоговых практических занятий, которые можно объединять с внеклассными мероприятиями. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Базисный учебный план по программе составляет 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Тематика и последовательность занятий по социально-бытовой ориентировке отражаются в классном журнале. Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем учитель определяет по своему усмотрению.

Содержание таких тем, как «Транспорт», «Торговля», и количество часов, отведенных на них, могут несколько изменяться в зависимости от местных условий. При тематическом планировании учитывается время года и потребности школы.

Получаемые знания и умения оцениваются по результатам индивидуального и фронтального опроса учащихся, текущих и итоговых практических работ.

Контрольные и итоговые самостоятельные работы исходной программой под редакцией В.В. Воронковой не предусмотрены, поэтому тестирование выполняется после изучения каждой темы, в рамках последнего урока по теме, занимая не более четверти урока.

Знания и умения оцениваются по пятибалльной системе.

## **III СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **I. Личная гигиена (4 часа)**

Уход за кожей лица. Типы кожи и правила ухода за кожей лица. Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими. Протирание кожи лица лосьоном, нанесение крема. Пр. р.

### **II. Питание (16 часов)**

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Соление огурцов. Запись рецепта. Соление огурцов. Пр. р. Квашение капусты. Запись рецепта. Квашение капусты. Пр. р. Варка варенья из фруктов. Запись рецепта. Варка варенья из фруктов. Пр. р. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день. Упражнение в составлении меню. Пр. р. Приготовление блинов. Запись рецепта. Приготовление блинов. Пр. р. Приготовление печенья. Запись рецепта. Приготовление печенья. Пр. р. Приготовление вафель. Запись рецепта. Приготовление вафель. Пр. р.

### **III. Одежда (6 часов)**

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р. Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Прачечная самообслуживания. Экскурсия в прачечную.

### **IV. Семья (6 часов)**

Уход за грудным ребенком. Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки. Правила и периодичность купания ребенка. Упражнение в купании. Пр. р. Правила и последовательность одевания и пеленания ребенка. Одевание и пеленание куклы. Пр. р.

### **V. Культура поведения (4 часа)**

Культура общения девушки и юноши. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Внешний вид молодых людей. Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия. Пр. р.

### **VI. Жилище (6 часов)**

Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Пр. р. Уборка кухни. Правила и периодичность уборки кухни. Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Мытье кафельных стен, чистка раковин. Пр. р.

## **VII. Экономика домашнего хозяйства – (8 часов)**

Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности). Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Пр. р. Расходы на питание. Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Пр. р. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции. Пр.р. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь). Упражнение в планировании крупных покупок. Пр. р.

## **VIII. Медицинская помощь (6 часов)**

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Упражнение в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении. Первая помощь утопающему. Оказание первой помощи утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. Экскурсия в поликлинику.

## **IX. Учреждения и организации (2 часа)**

Департамент, муниципалитет, префектура, милиции. Их значение. Экскурсия в администрацию Куйбышевского района г. Новокузнецка.

## **X. Транспорт (4 часа)**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Порядок приобретения. Стоимость проезда. Экскурсия на автовокзал.

## **XI. Торговля (4 часа)**

Специализированные магазины. Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах. Стоимость основных промышленных товаров. Экскурсия в специализированный магазин.

## **XII. Средства связи (2 часа)**

Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб. Пр.р.

Основными формами и методами обучения являются беседы, практические работы, экскурсии.

При приобретении практических навыков и повышения уровня знаний на уроках социально-бытовой ориентировке значительное внимание отводится:

- практическими работами по разделам «Личная гигиена», «Одежда», «Питание», «Семья», «Культура поведения», «Жилище», «Экономика домашнего хозяйства», «Медицинская помощь»; «Средства связи»;

- экскурсии по разделам «Одежда», «Медицинская помощь», «Учреждения и организации», «Транспорт», «Торговля».

Изучая разделы курса по социально-бытовой ориентировке, обучающиеся знакомятся:

«Личная гигиена» - с типами кожи и правилами ухода за кожей лица; с видами косметических средств для ухода за кожей лица и правилами пользования ими.

«Одежда» - с правилами стирки и сушки; с правилами и последовательностью утюжки изделий; с правилами пользования прачечной, видами услуг.

«Питание» - со способами и последовательностью приготовления изделий из теста; со способами и последовательностью соления и квашения овощей; со способами варки варенья из фруктов.

«Семья» - с правилами и периодичностью кормления грудного ребенка из соски и с ложки; с правилами и периодичностью купания ребенка; с правилами и последовательностью одевания и пеленания ребенка; с санитарно-гигиеническими требованиями к содержанию детской постели, посуды, игрушек; с правилами ухода за ребенком.

«Культура поведения» - с правилами поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома; с требованиями к внешнему виду молодых людей.



«Жилище» - с правилами и периодичностью уборки кухни, санузла; с санитарно-гигиеническими требованиями и правилами техники безопасности при уборке кухни и санузла; с моющими средствами, используемые при уборке.

«Транспорт» - с междугородним автотранспортом, с основными автобусными маршрутами, с порядком приобретения билетов; с водным транспортом, с основными маршрутами, с расписанием, с порядком приобретения билетов.

«Торговля» - с ассортиментом товаров в различных специализированных магазинах; со стоимостью основных продовольственных и промышленных товаров.

«Средства связи» - с правилами пользования домашним телефоном; с правилами пользования телефонным справочником; с номерами телефонов срочного вызова; с культурой разговора по телефону.

«Медицинская помощь» - с правилами и приемами оказания первой помощи при несчастных случаях; с видами глистных заболеваний и мерами их предупреждения.

«Экономика домашнего хозяйства» - с основными статьями расходов семьи; с правилами учета расходов; с порядком и периодичностью оплаты коммунальных услуг; с порядком планирования крупных покупок; со стоимостью одежды, обуви, мебели.

Изучение этих разделов позволяет практически познакомить обучающихся с окружающим их в социумом, формировать у них навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких.

Особое внимание уделяется изучению правил техники безопасности, формирование умений пользоваться электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком.

На уроках социально-бытовой ориентировки применяются знания по чтению и письму. Это запись рецептов приготовления блюд, составление памяток. Без математики невозможно отмерить необходимое количество жидкости, сосчитать стоимость покупки, приготовить блюдо по рецепту. Тесная связь с уроками трудового обучения состоит в обучении планирования любого вида деятельности, будь то стирка или деловой телефонный разговор, т.е. в определении последовательности действий, подбора рациональных приемов выполнения задания, инструментов, приспособлений, инвентаря.

Контроль и учёт теоретических знаний обучающихся осуществляется учителем путём устного и письменного опросов, тестирования. Проводится отслеживание и контроль за формированием практических умений и навыков.

Изучение курса по социально-бытовой ориентировке способствует подготовке обучающихся к самостоятельной жизни и труду в условиях современного общества.

### Тематический план

№ п/п	Название раздела	Общее количество часов
1	Личная гигиена	4
2	Питание	16
3	Одежда	6
4	Семья	6
5	Культура поведения	4
6	Жилище	6
7	Экономика домашнего хозяйства	8
8	Медицинская помощь	6
9	Учреждения и организации	2
10	Транспорт	4
11	Торговля	4

12	Средства связи	2
	Всего:	68

### Календарно - тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Количество часов	Дата	
	<b>Личная гигиена – 4 ч.</b>			
1	Уход за кожей лица.	1	4.09	
2	Типы кожи и правила ухода за кожей лица.	1	5	
3	Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими.	1	11	
4	Протирание кожи лица лосьоном, нанесение крема. Пр. р.	1	12	
	<b>Питание – 10 ч.</b>			
5	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	1	18	
6	Правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1	19	
7	Соление огурцов. Запись рецепта.	1	25	
8	Соление огурцов. Пр. р.	1	26	
9	Квашение капусты. Запись рецепта.	1	2.10	
10	Квашение капусты. Пр. р.	1	3	
11	Варка варенья из фруктов. Запись рецепта.	1	9	
12	Варка варенья из фруктов. Пр. р.	1	10	
13	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.	1	16	
14	Упражнение в составлении меню. Пр. р.	1	17	
	<b>Одежда – 4 ч.</b>			
15	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условия.	1	23	
16	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р.	1	24	
17	Утюжка блузок, рубашек, платьев.	1	8.11	
18	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р.	1	13	
	<b>Одежда – 2 ч.</b>			
19	Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Прачечная самообслуживания.	1	14	
20	Экскурсия в прачечную.	1	20	

	<b>Семья – 6 ч.</b>			
21	Уход за грудным ребенком.	1	21	
22	Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки.	1	27	
23	Правила и периодичность купания ребенка.	1	28	
24	Упражнение в купании. Пр. р.	1	4	
25	Правила и последовательность одевания и пеленания ребенка.	1	5	
26	Одевание и пеленание куклы. Пр. р.	1	11	
	<b>Культура поведения – 4 ч.</b>			
27	Культура общения девушки и юноши.	1	12	
28	Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.	1	18	
29	Внешний вид молодых людей.	1	19	
30	Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия. Пр. р.	1	25	
	<b>Жилище – 2 ч.</b>			
31	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.	1	26	
32	Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Пр. р.	1	9.01	
	<b>Жилище – 4 ч.</b>			
33	Уборка кухни. Правила и периодичность уборки кухни.	1	15	
34	Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.	1	16	
35	Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.	1	22	
36	Мытье кафельных стен, чистка раковин. Пр. р.	1	23	
	<b>Экономика домашнего хозяйства – 8 ч.</b>			
37	Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности).	1	29	
38	Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Пр. р.	1	30	
39	Расходы на питание.	1	5.02	
40	Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Пр. р.	1	6	
41	Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг.	1	12	
42	Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции. Пр.р.	1	13	

43	Крупные покупки (одежда, мебель, обувь).	1	19	
44	Упражнение в планировании крупных покупок. Пр. р.	1	20	
	<b>Медицинская помощь – 6 ч.</b>			
45	Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).	1	26	
46	Упражнение в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении.	1	27	
47	Первая помощь утопающему.	1	4.03	
48	Оказание первой помощи утопающему.	1	5.03	
49	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	1	11	
50	Экскурсия в поликлинику.	1	12	
	<b>Учреждения и организации- 2 ч.</b>			
51	Департамент, муниципалитет, префектура, полиции. Их значение.	1	18	
52	Экскурсия в администрацию Красночёрского сельского совета.	1	19	
	<b>Транспорт- 4 ч.</b>			
53	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов.	1	3.04	
54	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	1	9	
55	Водный транспорт. Порядок приобретения. Стоимость проезда.	1	10	
56	Экскурсия на автовокзал.	1	16	
	<b>Торговля- 4 ч.</b>			
57	Специализированные магазины.	1	17	
58	Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах.	1	23	
59	Стоимость основных промышленных товаров.	1	24	
60	Экскурсия в специализированный магазин.	1	30	
	<b>Средства связи- 2 ч.</b>			
61	Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону.	1	7	
62	Вызов экстренных служб. Пр.р.	1	8	
	<b>Питание – 6 ч.</b>			
63	Приготовление блинов. Запись рецепта.	1	14	
64	Приготовление блинов. Пр. р.	1	15	
65	Приготовление печенья. Приготовление вафель. Запись рецепта.	1	21	

66	Приготовление печенья. Пр. р.	1	21	
67	Итоговая контрольная работа	1	22	
68	. Приготовление вафель. Пр. р.	1	22	

## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ

### Обучающиеся должны знать:

1. Типы кожи и правила ухода за кожей лица.
2. Виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими.
3. Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей.
4. Правила и последовательность утюжки изделий.
5. Правила пользования прачечной, виды услуг.
6. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку.
7. Правила пришивания меток.
8. Правила пользования прачечной самообслуживания.
9. Способы и последовательность приготовления изделий из теста.
10. Способы и последовательность соления и квашения овощей, варки варенья и фруктов.
11. Правила и периодичность кормления ребенка из соски и ложки.
12. Правила периодичность купания ребенка.
13. Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка.
14. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.
15. Правила ухода за грудным ребёнком.
16. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.
17. Требования к внешнему виду молодых людей.
18. Правила и периодичность уборки кухни, санузла.
19. Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла.
20. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.
21. Основные автобусные маршруты.
22. Основные маршруты водного транспорта.
23. Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах.
24. Стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.
25. Правила пользования стационарным телефоном.
26. Правила пользования телефонным справочником.
27. Номера телефонов срочного вызова.
28. Правила и приёмы оказания первой помощи при несчастных случаях.
29. Виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.
30. Куда обращаться в случае необходимой помощи.
31. Адрес местной префектуры.
32. Функции отдела социального обеспечения, отдела образования, отдела по трудоустройству.
33. Основные статьи расхода в семье.

34. Правила учета расходов.
35. Размер квартплаты.
36. Тариф за электричество.
37. Порядок и периодичность оплаты коммунальных услуг.
38. Порядок планирования крупных покупок.
39. Стоимость одежды, обуви, мебели.

**Обучающиеся должны уметь:**

1. Выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года.
2. Правильно пользоваться косметическими средствами.
3. Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей.
4. Утюжить блузки, рубашки, платья.
5. Заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.
6. Готовить изделия из различных видов теста.
7. Солить овощи, варить варенье.
8. Составлять меню завтрака, обеда, ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.
9. Купать, одевать, пеленать куклу.
10. Кормить куклу с ложки и из соски.
11. Содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.
12. Культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома.
13. Выбирать косметические средства, украшения.
14. Подбирать причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия.
15. Мыть кафельные стены, чистить раковины.
16. Пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла.
17. Пользоваться расписанием.
18. Определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой.
19. Выбирать покупки с учётом различных условий.
20. Подсчитывать стоимость покупок.
21. Культурно вести себя в магазине.
22. Объяснить причину звонка по телефону срочного вызова.
23. Культурно разговаривать по телефону.
24. Оказывать первую помощь при ожогах, обморожении.
25. Оказывать первую помощь утопающему.
26. Подсчитывать расходы.
27. Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи.
28. Снимать показания счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии.
29. Планировать крупные покупки

**Список литературы.**

**Для учителя:**

[illegible]