

Аннотация рабочей программы по предмету «Основы социальной жизни»

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1.

Цель учебного предмета Основы социальной жизни - практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни, трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призваны решать этот учебный предмет, состоит в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс

Раздел	Тема
Личная гигиена и здоровье (10 часов)	Правила личной гигиены Значение личной гигиены для здоровья человека Предметы и средства личной гигиены Уход за телом Уход за полостью рта Гигиенические требования к использованию личного белья Гигиена зрения Закаливание организма Вредные привычки В гостях у Мойдодыра.
Жилище (10 часов)	Общее представление о доме Виды жилых помещений Почтовый адрес дома и школы Планировка жилища. Виды жилых комнат. Кухня. Кухонная утварь. Домашние животные и их содержание. Насекомые и грызуны в доме. Уход за жилищем. Основные виды уборки.
Одежда и обувь (8 часов)	Виды одежды . Особенности разных видов одежды. Головные уборы и их значение. Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению. Чтение условных обозначений на этикетках Выбор и покупка одежды. Виды обуви, их назначение. Уход за обувью.
Питание (14 часов)	Значение питания в жизни и деятельности людей Режим питания. Разнообразие продуктов питания. Хлеб и хлебобулочные изделия.

	<p>Мясо и мясопродукты. Мука и крупы Приправы. Сладости. Изделия из теста. Продовольственные магазины. Место приготовления пищи и его оборудование Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки Посуда и уход за ней. Сервировка стола.</p>
<p>Транспорт (10 часов)</p>	<p>Основные виды транспорта. Городской транспорт. Пригородный транспорт. Железнодорожный транспорт. Авиатранспорт. Водный транспорт. Проезд в школу. Правила дорожного движения. Поведение в транспорте. Наш друг-светофор.</p>
<p>Средства связи (8 часов)</p>	<p>Основные средства связи Почта. Виды почтовых отправлений Виды писем Бандероли. Посылки. Телефонная связь. Номера экстренных служб. Интернет-связь.</p>
<p>Семья (6 часов)</p>	<p>Какие бывают семьи. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Профессии родителей. Семейный досуг. Моя семья.</p>
<p>Предприятия и учреждения (2 часа)</p>	<p>Виды учреждений. Предприятия нашего города.</p>

**Планируемые результаты освоения программы
по предмету «Основы социальной жизни» на конец 5 класса.**

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;
- представление о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класс

Раздел	Тема
Личная гигиена и здоровье (10 часов)	<p>Правила личной гигиены. Средства и предметы личной гигиены. Гигиена тела. Уход за волосами. Закаливание организма. Гигиена зрения . Режим дня. Вредные привычки. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная . Оказание первой помощи при травмах.</p>
Жилище (12 часов)	<p>Виды жилых помещений. Домашний почтовый адрес. Комнатные растения . Домашние животные . Виды жилых комнат. Виды нежилых помещений. Кухня. Электроприборы и правила обращения с ними. Виды мебели в жилых помещениях. Убранство жилых комнат. Виды уборки. Средства и предметы для уборки дома.</p>
Одежда и обувь (7 часов)	<p>Виды одежды и головных уборов.. Виды обуви. Выбор одежды по сезону. Уход за одеждой. Уход за обувью. Магазины по продаже различных видов одежды и обуви. Выбор одежды и обуви в магазине.</p>
Питание (14 часов)	<p>Основные виды питания. Режим питания. Место приготовления пищи. Правила ухода за посудой и кухонными приборами . Виды продуктов питания. Полезные и вредные продукты. Приготовление холодных бутербродов. Хлеб и хлебобулочные изделия. Овощи, плоды,грибы,ягоды. Правила хранения. Мучные изделия и изделия из крупы. Завтрак,обед,ужин. Основные блюда. Изделия из теста. Домашние заготовки. Мои любимые блюда.</p>
Транспорт (6 часов)	<p>Основные виды транспорта. Городской транспорт.</p>

	Междугородный транспорт. Специальный транспорт. Правила поведения в общественном транспорте. Правила поведения на улицах города.
Предприятия и учреждения (6 часов)	Дошкольные учреждения. Школы. Музеи нашего города. Библиотеки. Спортивные учреждения. Культурные учреждения.
Семья (6 часов)	Родственные отношения. Профессия моих родителей. Мои обязанности. Семейные традиции. Семейный досуг. Обобщающий урок.

**Планируемые результаты освоения программы
по предмету «Основы социальной жизни» на конец 6 класса.**

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; -представление о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 7 класс

Раздел	Тема
Личная гигиена и здоровье (8 часов)	<p>Личная гигиена подростка . Уход за кожей лица и тела. Уход за волосами. Способы закаливания. Вредные привычки. Виды медицинской помощи. Лекарственные растения. Уход за больным на дому.</p>
Жилище (12 часов)	<p>Виды жилых помещений. Комнатные растения. Особенности ухода за комнатными растениями. Домашние животные. Особенности содержания животных в городской квартире. Домашние животные в сельской местности. Особенности содержания и ухода. Назначение жилых комнат и нежилых помещений. Санузел и ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате. Мебель в жилых помещениях. Уход за жилищем.</p>
Одежда и обувь (8 часов)	<p>Особенности разных видов одежды. Повседневный уход за одеждой. Чтение условных обозначений на этикетках. Ручная стирка белого и цветного белья. Стирка белья с помощью стиральной машины. Правила и приемы глаженья белья. Выведение пятен в домашних условиях. Прачечная и химчистка.</p>
Питание (10 часов)	<p>Виды питания. Влияние правильного питания на здоровье людей. Значение первых, вторых блюд и их приготовление. Чтение рецептов и подбор продуктов. Приготовление блюд к завтраку. Приготовление блюд к обеду. Виды хлебной продукции. Виды жиров и растительного масла. Магазины по продаже продуктов питания. Виды рынков.</p>
Транспорт (8 часов)	<p>Железнодорожный транспорт. Вокзал и его служебные подразделения. Типы пассажирских вагонов. Приобретение железнодорожных билетов. Городской транспорт. Проезд в школу. Водный транспорт. Авиатранспорт.</p>

Средства связи (10 часов)	Основные средства связи. Почта Бандероли. Товары, отправляемые бандеролью. Посылки. Товары, отправляемые посылкой. Знакомство с работой почты. Виды телефонной связи. Культура разговоров по телефону. Сотовые компании ,тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь. Денежные переводы.
Предприятия и учреждения (6 часов)	Промышленные предприятия. Культура поведения в общественных местах . Предприятия нашего города. Музеи нашего города. Библиотеки. Спортивные организации нашего города.
Семья (6 часов)	Родственные отношения в семье. Семейный досуг. Виды игр для семейного досуга. Этикет. Правила поведения в гостях. Как встречать гостей. Обобщающий урок.

**Планируемые результаты освоения программы
по предмету «Основы социальной жизни » на конец 7 класса.**

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;
- представление о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.
- представления о домашних животных и их содержании.
- представления о комнатных растениях и способах ухода за ними.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 8 класс

Раздел	Тема
Личная гигиена и здоровье (10 часов)	<p>Личная гигиена подростка.</p> <p>Правила ухода за кожей лица и тела.</p> <p>Уход за волосами.</p> <p>Косметические средства для ухода за лицом и телом.</p> <p>Средства и способы укрепления здоровья.</p> <p>Гигиена зрения.</p> <p>Виды медицинской помощи.</p> <p>Первая помощь при ушибах и травмах.</p> <p>Первая помощь при кровотечениях.</p> <p>Лекарственные растения.</p>
Жилище (12 часов)	<p>Гигиенические требования к жилому помещению.</p> <p>Основные виды уборки.Т/Б при работе с моющими и чистящими средствами.</p> <p>Коммунальные удобства в многоквартирных домах.</p> <p>Комнатные растения, их многообразие и значение.</p> <p>Домашние животные . Особенности содержания в городской квартире.</p> <p>Домашние животные. Особенности содержания в сельской местности.</p> <p>Ветеринарная служба.</p> <p>Планировка жилища.</p> <p>Кухня,кухонная утварь, кухонное белье.</p> <p>Санузел и ванная комната.</p> <p>Мебель в жилых помещениях.</p> <p>Насекомые и грызуны в доме.</p>
Одежда и обувь (10 часов)	<p>Виды одежды в зависимости от пола и возраста.</p> <p>Особенности разных видов одежды.</p> <p>Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.</p> <p>Способы покупки одежды.</p> <p>Хранение одежды и обуви.</p> <p>Ручная и машинная стирка одежды.</p> <p>Чтение условных обозначений на этикетках.</p> <p>Глажение белья. ТБ при обращении с электроприборами.</p> <p>Выведение пятен .</p> <p>Предприятия бытового обслуживания.</p>
Питание (10 часов)	<p>Значение и виды питания.</p> <p>Виды продуктов питания.</p> <p>Заготовка продуктов впрок.</p> <p>Виды хлебной продукции.</p> <p>Изделия из теста.</p> <p>Мясные продукты. Изделия из них.</p> <p>Виды жиров и растительного масла.</p> <p>Мука и крупы. Изделия из них.</p> <p>Приправы. Чай и кофе.</p>

	Специализированные магазины.
Средства связи (10 часов)	Основные виды связи. Почта. Виды почтовых отправлений. Почтовый адрес. Виды телефонной связи. Культура разговора по телефону. Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Номера экстренных служб. Сотовые компании и тарифы. Интернет-связь. Денежные переводы.
Предприятия и учреждения (8 часов)	Учреждения нашего города. Комиссия по трудоустройству молодежи . Полиция, ее назначение. ГИБДД. Музеи нашего города. Образовательные учреждения. Спортивные организации. Учреждения культуры.
Семья (8 часов)	Внешний вид молодых людей. Косметика, парфюмерия Правила и предметы ухода за грудным ребенком Бюджет семьи. Планировании расходов на день, на неделю, на месяц. Банки. Знакомство с видами деятельности. Семейный досуг. Досуг как средство укрепления здоровья. Обобщающий урок.

**Планируемые результаты освоения программы
по предмету «Основы социальной жизни» на конец 8 класса.**

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;
- представление о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.
- представления о домашних животных и их содержании.
- представления о комнатных растениях и способах ухода за ними.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 9 класс

Раздел	Тема
Личная гигиена и здоровье (10 часов)	<p>Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека.</p> <p>Личная гигиена подростка.</p> <p>Вред курения</p> <p>Вред алкоголя</p> <p>Вред наркотиков.</p> <p>Организация охраны здоровья населения</p> <p>Виды медицинской помощи.</p> <p>Виды врачебной помощи на дому. Листок нетрудоспособности.</p> <p>Первая помощь при травмах.</p> <p>Первая помощь при отравлениях.</p>
Жилище (10 часов)	<p>Типы жилы помещений.</p> <p>Общие коммунальные удобства в многоквартирных дома.</p> <p>Назначение и виды жилых помещений.</p> <p>Интерьер жилых помещений.</p> <p>Комнатные растения.</p> <p>Мебель, белье, утварь, посуда для кухни</p> <p>Домашние электроприборы и ТБ .</p> <p>Магазины по продаже мебели и электробытовой техники.</p> <p>Содержание домашних животных в городской квартире.</p> <p>Ветслужба.</p> <p>Насекомые и грызуны в доме. Методы борьбы с ними.</p>
Одежда и обувь (6 часов)	<p>Стиль одежды, вкус, мода.</p> <p>Выбор одежды и обуви в магазине.</p> <p>Предприятия бытового обслуживания.</p> <p>Обувь и здоровье человека.</p> <p>Уход за одеждой и обувью.</p> <p>Электроприборы для ухода за одеждой и ТБ при работе с ними.</p>
Питание (10 часов)	<p>Рациональное питание.</p> <p>Виды продуктов питания.</p> <p>Место приготовления пищи.</p> <p>Приготовление завтрака.</p> <p>Приготовление обеда.</p> <p>Приготовление ужина.</p>

	<p>Составление меню на неделю. Изделия из теста. Заготовка продуктов. Консервирование овощей и фруктов</p>
<p>Транспорт (8 часов)</p>	<p>Назначение авиатранспорта. Маршруты. Назначение городского транспорта. Назначение железнодорожного транспорта. Приобретение и возврат билетов Культура поведения в общественных местах Значение водного транспорта. Авиационный транспорт. Терроризм.</p>
<p>Средства связи (6 часов)</p>	<p>Виды связи. Особенности каждого вида связи их значение Виды телефонной связи. Влияние на здоровье мобильного телефона. Сотовые компании. Тарифы. Виды денежных переводов Интернет-связь. Значение связи в жизни человека.</p>
<p>Предприятия и учреждения (6 часов)</p>	<p>Предприятия нашего города. Образовательные организации нашего города. Культурно-досуговые организации. Полиция, ее назначение. Предприятие «Наше время» . Выбор профессии.</p>
<p>Семья (12 часов)</p>	<p>Российская семья. Условия создания семьи. Родственные отношения в семье. Основы семейных отношений. Распределение обязанностей в семье. Семейный досуг. Отдых и его разновидности. Здоровый образ жизни семьи. Поведение в общественных местах. Семейный бюджет. Планирование покупок. Моя будущая семья. Обобщающий урок.</p>

**Планируемые результаты освоения программы
по предмету «Основы социальной жизни » на конец 9 класса.**

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- представления о различных видах средств связи;

– знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

– знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

– знание способов хранения и переработки продуктов питания;

– составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

– самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

– самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

– соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;

– соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;

-представление о морально-этических нормах поведения;

– некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);

– навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

– пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

– знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

– составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

-представления о домашних животных и их содержании.

-представления о комнатных растениях и способах ухода за ними.