

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» с. Усть-Вымь


Согласована

на методическом объединении  
учителей начальных классов  
протокол от 26.08.2022 г. № 1

Утверждаю:



Директор МБОУ «СОШ»  
с. Усть-Вымь

 И.В. Козлова

30 августа 2022 г.

**Адаптированная рабочая программа  
учебного предмета «Основы социальной жизни»  
основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) для 5-9 классов ФГОС (I вариант)**

**Срок реализации программы – 5 лет**

Составитель: Черных Ю.В.

с. Усть-Вымь, 2022

### *Пояснительная записка*

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «**Основы социальной жизни**» разработана

- в соответствии с требованиями ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- с учетом примерной адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена ФУМО, протокол от 22.12. 2015 г. № 4/15);
- на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 класс, сборник 1, под редакцией В.В. Воронковой, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011;
- учебного плана МБОУ «Средняя общеобразовательная школа» с.Усть - Вымь

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Школьный курс «Основы социальной жизни» направлен на решение основных **задач**:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, 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.

Материал учебного предмета расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала, использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Большое внимание отводится эстетическому воспитанию учащихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных фильмов, презентационный материал. «Основы социальной жизни» имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках «Основы социальной жизни» заключается в следующем:

- коррекции познавательной деятельности учащихся путем систематического и целенаправленного воспитания;
- развитие аналитических способностей, умений сравнивать, обобщать; формирование умения ориентироваться в задании, планировать работу, контролировать свои действия;
- коррекции ручной моторики;
- улучшения зрительно-двигательной координации;
- развитие зрительной памяти, внимания, наблюдательности, образного мышления, представления и воображения.

#### **Место предмета в учебном плане.**

Рабочая программа рассчитана на 272 часа. В 5 - 6 классах по 34 часа в год по 1 часу в неделю, в 7 - 9 классах - 68 часов в год по 2 часа в неделю.

## Содержание учебного предмета

### 5 класс

#### Личная гигиена и здоровье

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.*

*Утренний и вечерний туалет:* содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

#### Одежда и обувь

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды, обуви и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

#### Транспорт

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

#### Питание

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

#### Семья

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.

#### Охрана здоровья

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная.

#### Жилище

*Общее представление о доме.* Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

*Комнатные растения.* Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

### 6 класс

#### Личная гигиена и здоровье

*Гигиена тела.* Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для

закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

## **Одежда и обувь**

*Значение опрятного вида человека.*

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.

## **Транспорт**

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

## **Питание**

*Виды продуктов питания.* Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов, канапе.

## **Семья**

*Родственные отношения в семье.* Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

*Семейный досуг.* Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

## **Средства связи**

*Основные средства связи:* почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

*Письма.* Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

## **Жилище**

*Домашние животные.* Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

## **Охрана здоровья**

*Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»)).

## Личная гигиена и здоровье

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.*

*Уход за волосами.* Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

## Одежда и обувь

*Предприятия бытового обслуживания.* Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

*Обувь.* Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

*Магазины по продаже различных видов обуви.* Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

*Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

*Уход за одеждой.* Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

## Питание

*Виды продуктов питания.* Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

*Яйца, жиры.* Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

*Овощи, плоды, ягоды и грибы.* Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

*Мука и крупы.* Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

## Транспорт

*Междугородний железнодорожный транспорт.* Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

## Семья

*Семейный досуг.* Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

## Охрана здоровья

*Виды доврачебной помощи.* Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

*Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.* Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

*Первая помощь.* Первая помощь при ушибах и травмах.

*Уход за больным на дому:* переодевание, умывание, кормление больного.

## **Жилище**

*Планировка жилища.* Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

*Кухня.* Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

*Кухонная утварь.* Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

*Санузел и ванная комната.* Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

*Электробытовые приборы в ванной комнате:* стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

## **Средства связи**

*Почта.* Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

*Посылки.* Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

## **Предприятия, организации, учреждения**

*Образовательные учреждения.* Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

## **8 класс**

### **Личная гигиена и здоровье**

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

*Особенности соблюдения личной гигиены подростком.* Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

### **Одежда и обувь**

*Выбор и покупка одежды.* Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

*Магазины по продаже одежды.* Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

## **Питание**

*Виды продуктов питания.* Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

*Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

*Рынки.* Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Булочки. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

## **Семья**

*Отдых.* Отдых и его разновидности. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха.

## **Жилище**

*Мебель в жилых помещениях.* Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

*Убранство жилых комнат:* зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

*Уход за жилищем.* Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

## **Транспорт**

*Междугородний автотранспорт.* Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

## **Средства связи**

*Телефонная связь.* Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

## **Охрана здоровья**

*Первая помощь* при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.



## **Предприятия, организации и учреждения**

*Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.* Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

### **9 класс**

## **Личная гигиена и здоровье**

*Негативное влияние на организм человека вредных веществ:* табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

## **Одежда и обувь**

*Предприятия бытового обслуживания.* Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

## **Питание**

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

*Изделия из теста.* Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление.

*Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

## **Семья**

*Экономика домашнего хозяйства.* Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

## **Жилище**

*Насекомые и грызуны в доме:* виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

## **Транспорт**

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.*

### **Охрана здоровья**

*Документы, подтверждающие нетрудоспособность:* справка и листок нетрудоспособности.  
Экскурсия в медпункт.

### **Средства связи**

*Интернет-связь.* Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

*Исполнительные органы государственной власти* (города, района). Муниципальные власти.  
Структура, назначение.

## Тематическое планирование

### 5 класс

№п/п	Тема	Кол-во часов	из них Пр.р
1	Личная гигиена и здоровье	4	
2	Одежда и обувь	4	
3	Семья	5	
4	Транспорт	5	1
5	Питание	11	5
6	Охрана здоровья	2	1
7	Жилище	3	2
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>9</b>

### 6класс

№п/п	Тема	Кол-во часов	из них Пр.р
1	Личная гигиена и здоровье	5	
2	Одежда и обувь	6	
3	Транспорт	6	
4	Питание	5	
5	Семья	4	
6	Средства связи	3	
7	Жилище	3	
8	Охрана здоровья	2	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	

### 7класс

№п/п	Тема	Кол-во часов	из них Пр.р
1	Личная гигиена и здоровье	4	
2	Одежда и обувь	8	
3	Питание	12	
4	Транспорт	8	
5	Семья	6	
6	Охрана здоровья	10	
7	Жилище	14	
8	Средства связи	2	
9	Предприятия, организации, учреждения	4	
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	

**8класс**

№п/п	Тема	Кол-во часов	из них Пр.р
1	Личная гигиена и здоровье	2	
2	Одежда и обувь	6	
3	Питание	16	
4	Семья	10	
5	Жилище	18	
6	Транспорт	2	
7	Средства связи	4	
8	Охрана здоровья	6	
9	Предприятия, организации, учреждения	4	
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	

**9класс**

№п/п	Тема	Кол-во часов	из них Пр.р
1	Личная гигиена и здоровье	5	
2	Одежда и обувь	6	
3	Питание	20	
4	Семья	10	
5	Жилище	7	
6	Транспорт	5	
7	Охрана здоровья	5	
8	Средства связи	6	
9	Предприятия, организации, учреждения	4	
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	

## ***Планируемые результаты***

### ***Личностные результаты:***

1. осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
2. воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
6. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
7. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
8. принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
9. сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
10. воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
11. развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
12. сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
13. проявление готовности к самостоятельной жизни.

### ***Предметные результаты***

Предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» включают освоенные обучающимися знания и умения, готовность их применять на практике. Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов на конец школьного обучения (9 класс):

#### **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 учителя;
- 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 педагога 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 и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

## **5класс**

Ученик 5 класса получит

### **знания:**

- последовательность утреннего и вечернего туалета;
- виды одежды и головных уборов, их назначение; правила повседневного ухода и хранения;
- значение продуктов питания для здоровья человека; правила безопасной работы с режущими инструментами, кипятком; правила поведения за столом, правила приема пищи;
- семейные обязанности;
- способы оказания медицинской помощи виды жилых помещений в городе и деревне;
- гигиенические требования к жилому помещению; правила подметания пола, вытирания пыли;
- адрес школы-интерната;
- правила поведения в общественном транспорте; правила передвижения на велосипеде; правила дорожного движения.

### **умения:**

- совершать утренний и вечерний туалет; чистить уши;
- ухаживать за одеждой и обувью, правильно ее хранить;
- сервировать стол к завтраку, готовить несложные блюда; мыть посуду;
- написать фамилии, имена, отчества своих близких родственников;
- вести себя в общественных местах;

- написать адрес школы-интерната; вытирать пыль,
- подметать пол;
- передвигаться на велосипеде по проезжей части; пользоваться общественным транспортом;
- оказывать несложную медицинскую доврачебную помощь.

### **6класс**

Ученик 6 класса получит

#### **знания:**

- правила закаливание организма, правила соблюдения личной гигиены;
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий;
- способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него, различные меню ужина;
- основные средства связи; виды почтовых отправлений, стоимость почтовых услуг при отправлении писем, виды телеграфных услуг; виды медицинской помощи, функции основных врачей-специалистов;
- состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, правила поведения в семье;
- гигиенические требования к жилому помещению, правила организации рабочего места школьника, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно-гигиенические требования, назначение комнатных растения, уход и допустимое количество их в квартире;
- уход за животными;
- основные транспортные средства, стоимость проезда во всех видах транспорта, порядок приобретения билетов и талонов.

#### **умения:**

- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий;
- отваривать макаронные изделия, варить кашу на воде и молоке, оформлять готовые блюда, сервировать стол;
- записывать адреса с индексом на конвертах, составлять различные тексты телеграмм, заполнять телеграфные бланки;
- записываться на прием к врачу, вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке;
- проводить сухую и влажную уборку помещения, ухаживать за комнатными растениями;
- пришивать пуговицы, крючки, кнопки, зашивать одежду;
- ухаживать за животными;
- подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия;
- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения транспорта, определять направление и зоны, пользоваться кассой-автоматом при покупке билетов на пригородные поезда.

## 7класс

Ученик 7 класса получит

### **знания:**

- правила соблюдения личной гигиены подростка, уход за волосами, правила пользования душем, ванной, унитазом;
- некоторые тихие и подвижные игры;
- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, способы утепления окон, правила ухода за мебелью, правила соблюдения гигиены жилища, планировка жилища;
- правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила вручения и приема подарков;
- способы обработки овощных, мясных, продуктов, последовательность приготовления блюд, правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи, правила пользования столовыми приборами;
- состав домашней аптечки, правила применения и назначения медицинских средства, входящих в состав домашней аптечки, местные лекарственные растения, правила обработки ран и наложение повязки меры по предупреждению осложнений, правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах;
- функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа;
- особенности стирки цветного и белого белья; правила пользования моющими средствами, устройство и правила пользования стиральной машиной;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины, последовательность и особенности утюжки белья и одежды;
- назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку;
- перечень предметов, посылаемых бандеролью, посылкой, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки бандеролей;
- составные части бюджета семьи и их размер;
- основные образовательные учреждения.

### **умения:**

- одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры;
- убирать жилые помещения, чистить мебель, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду;
- пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки, накладывать временные шины;
- ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону;



- ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить белье и одежду;
- заполнять бланки на отправку бандеролей и посылок, составлять опись посылаемых предметов, упаковывать бандероли;
- подсчитывать бюджет семьи; подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.

## **8класс**

Ученик 8 класса получит

### **знания:**

- гигиена зрения;
- ассортимент товаров в различных специальных магазинах;
- правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним, номера телефонов срочного вызова;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла, моющие средства;
- основные автобусные маршруты, маршруты водного транспорта;
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях;
- организация летнего отдыха;
- значение соли и сахара для питания, способы заварки чая; польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе;
- магазины по продаже продуктов питания; основные отделы в продуктовых магазинах; универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности); специализированные магазины;
- виды товаров: фасованные, на вес и в разлив; порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание); срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках); стоимость продуктов питания;
- рынки, виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные; основное отличие рынка от магазина;
- прием пищи; первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

### **умения:**

- уход за органами зрения;
- выбирать покупку с учетом различных условий, подсчитывать стоимость покупок;
- объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, культурно разговаривать по телефону;
- мыть кафельные стены и раковину, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам;
- пользоваться расписанием, покупать билет, определять стоимость проезда;
- оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании, помощь утопающему;
- расчет стоимости товаров на вес и разлив;
- готовить первые, вторые и третьи блюда.

## 9класс

Ученик 9 класса получит

### **знания:**

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; способы хранения и переработки продуктов питания; самостоятельное приготовление блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правил поведения в доме и общественных местах; представление о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства;
- навыки обращения в различные медицинские учреждения;
- 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 с целью обращения в различные организации социального назначения;

### **умения:**

- уметь готовить первые вторые, третьи блюда, сервировать стол к завтраку, обеду и ужину, делать домашние заготовки, соблюдать правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения, вести домашнее хозяйство;
- обращаться в различные медицинские учреждения;
- пользоваться современными средствами связи;
- производить расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составлять различные виды деловых бумаг.