

Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
«Прииртышская средняя общеобразовательная школа» - «Абалакская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического совета школы  
Протокол от «30» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ А.И. Исакова



УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора школы  
от «31» августа 2022 г. № 82



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по предмету «Основы социальной жизни»**

для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе ООО  
для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
9 класса  
на 2022-2023 учебный год

Составитель программы: Журавлева Ольга Александровна,  
учитель истории и обществознания первой квалификационной категории

с. Абалак  
2022 год

## Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Учащиеся должны знать:	Учащиеся должны уметь:
<b>9 класс</b>	
<p>Правила личной гигиены; виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов; способы выбора доброкачественных продуктов, способы хранения продуктов и готовой пищи; правила составления рецепта блюда; родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи; правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, на улице, в гостях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками; гигиенические требования к жилому помещению, последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; виды транспорта, правила покупки билетов, поведения в транспорте; правила поведения в магазине, правила покупки товаров; основные средства связи, виды почтовых отправлений; меры по предупреждению заболеваний, правила оказания доврачебной помощи; виды учреждений, их местонахождение и назначение; составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений; учреждения и отделы по трудоустройству, виды документов, необходимых для поступления на работу, правила перехода родной работы на другую, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.</p>	<p>Соблюдать правила личной гигиены, соблюдать ЗОЖ; различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; стирать, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, чистить кожаную обувь; пользоваться приборами и режущими инструментами, строго соблюдать правила безопасности; приготовить простые блюда, сервировать стол; записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье, выполнять определенные обязанности в семье, ухаживать за маленькими детьми; производить сухую и влажную уборку помещения, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны; соблюдать правила безопасности во время поездки на различных видах транспорта, купить билет на транспорт, составить маршрут поездки; выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты; оплатить, проверить чек и сдачу; оформлять бланки почтовых отправлений, упаковать посылку, культурно разговаривать по телефону; вызвать врача, приобрести лекарство в аптеке, оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему; обращаться с вопросами и просьбами к работникам учреждений; подсчитать бюджет семьи, подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели счетчика, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки; обращаться в отделы кадров учреждений для устройстве на работу, написать заявление о принятии на работу о переходе, с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания, автобиографию, заполнить анкету, составить заявки на материалы, инструменты, написать расписку, докладную записку.</p>

## Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

<b>1. Личная гигиена - 4 ч.</b>
Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух. Современные спортивные увлечения.
<b>2. Жилище - 4 ч.</b>
Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда. Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р. Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.
<b>3. Одежда и обувь - 6 ч.</b>
Стиль одежды, мода. Обновление одежды (замена мелких деталей). Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке. Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Выведение пятен. Пр.р.
<b>4. Питание - 10 ч.</b>
Приготовление национальных блюд. Приготовление национального блюда. Пр.р. Меню праздничного стола. Составление меню праздничного стола. Пр.р. Сервировка праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Пр.р. Питание детей ясельного возраста. Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р. Диетическое питание. Приготовление диетического блюда. Пр.р.
<b>5. Семья - 4 ч.</b>
Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье. Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.
<b>6. Культура поведения - 4 ч.</b>
Традиции культуры поведения в современном обществе. Как правильно вести себя в различных общественных местах. Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми. Сюжетно-ролевые игры "Я иду на день рождения", "У меня сегодня день рождения".
<b>7. Транспорт - 4 ч.</b>
Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Экскурсия в кассу Аэрофлота. Сюжетно-ролевая игра "На каникулы летим самолетом".
<b>8. Торговля - 4 ч.</b>
Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка. Экскурсия на рынок. Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения. Экскурсия в комиссионный магазин. Ярмарки. Их виды, время и место проведения. Экскурсия на ярмарку.
<b>9. Средства связи - 4 ч.</b>
Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет). Правила пользования основными средствами связи. Пр.р. Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов. Экскурсия к мультикассе.
<b>10. Медицинская помощь - 4 ч.</b>
Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности. Уход за больным. Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.

**11. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.**

Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы. Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р. Экономия в домашнем хозяйстве. Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р. Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование. Экскурсия в банк.

**12. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.**

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг. Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.

**13. Профорентация и трудоустройство- 8 ч.**

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги, правила их составления. Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р. Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р. Экскурсия в Центр занятости населения. Экскурсия в Центр занятости населения.

## Тематическое планирование

№	Разделы, темы	Количество часов	Практическая часть программы (лабораторные, практические работы, контрольные работы)
	<b>Личная гигиена – 4 ч.</b>	<b>4</b>	
1	Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека.	1	
2	Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1	
3	Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух.	1	
4	Современные спортивные увлечения.	1	
	<b>Жилище – 4 ч.</b>	<b>4</b>	
5	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	1	
6	Сохранение жилищного фонда.	1	
7	Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера.	1	1
8	Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.	1	
	<b>Одежда и обувь – 6 ч.</b>	<b>6</b>	
9	Стиль одежды, мода. Обновление одежды. (замена мелких деталей).	1	
10	Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.	1	
11	Выбор одежды и обуви при покупке.	1	
12	Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви.	1	1
13	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.	1	
14	Выведение пятен.	1	
	<b>Питание– 4 ч.</b>	<b>4</b>	
15	Приготовление национальных блюд.	1	
16	Приготовление национального блюда.	1	
17	Меню праздничного стола.	1	
18	Составление меню праздничного стола.	1	1
	<b>Питание– 6 ч.</b>	<b>6</b>	
19	Сервировка праздничного стола.	1	
20	Сервировка праздничного стола. Пр.р.	1	1
21	Питание детей ясельного возраста.	1	
22	Приготовление блюда для детей ясельного возраста.	1	
23	Диетическое питание.	1	
24	Приготовление диетического блюда.	1	
	<b>Семья – 4 ч.</b>	<b>4</b>	

25	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).	1	
26	Закон Российской Федерации о браке и семье.	1	
27	Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.	1	
28	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации.	1	
	<b>Культура поведения – 4 ч.</b>	4	
29	Традиции культуры поведения в современном обществе.	1	
30	Как правильно вести себя в различных общественных местах.	1	
31	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.	1	
32	Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».	1	
	<b>Транспорт- 4 ч.</b>	4	
33	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты.	1	
34	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	1	
35	Экскурсия в кассу Аэрофлота (виртуальная)	1	
36	Сюжетно-ролевая игра «На каникулы летим самолетом».	1	
	<b>Торговля- 6 ч.</b>	6	
37	Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка.	1	
38	Экскурсия в магазин.	1	
39	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения.	1	
40	Экскурсия в магазин.	1	
41	Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	1	
42	Экскурсия	1	
	<b>Средства связи- 4 ч.</b>	4	
43	Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).	1	
44	Правила пользования основными средствами связи.	1	
45	Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов.	1	
46	Денежные переводы. Виды переводов.	1	
	<b>Медицинская помощь – 5 ч.</b>	4	
47	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	1	
48	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности.	1	
49	Уход за больным.	1	
50	Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья.	1	
51	Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.	1	1

	<b>Экономика домашнего хозяйства – 2 ч.</b>	2	
52	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	1	
53	Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.	1	1
	<b>Экономика домашнего хозяйства – 4 ч.</b>	4	
54	Экономия в домашнем хозяйстве.	1	
55	Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р.	1	1
56	Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.	1	
57	Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.		
58	Экскурсия в сберкаассу.	1	
	<b>Учреждения и организации- 2 ч.</b>	2	
59	Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.	1	
60	Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.	1	
	<b>Профориентация и трудоустройство- 8 ч.</b>	8	
61	Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.	1	
62	Учреждения и отделы по трудоустройству.	1	
63	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.	1	
64	Деловые бумаги, правила их составления.	1	
65	Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р.	1	1
66	Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	1	1
67	Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	1	1
68	Экскурсия в Центр занятости населения (виртуальная)	1	

**Календарно-тематическое планирование**

№	Название разделов, тем, уроков	Количество часов	План	Факт
	<b>Личная гигиена – 4 ч.</b>	<b>4</b>		
1	Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека.	1	01.09	
2	Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1	02.09	
3	Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух.	1	08.09	
4	Современные спортивные увлечения.	1	09.09	
	<b>Жилище – 4 ч.</b>	<b>4</b>		
5	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	1	15.09	
6	Сохранение жилищного фонда.	1	16.09	
7	Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера.	1	22.09	
8	Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.	1	23.09	
	<b>Одежда и обувь – 6 ч.</b>	<b>6</b>		
9	Стиль одежды, мода. Обновление одежды. (замена мелких деталей).	1	29.09	
10	Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.	1	30.09	
11	Выбор одежды и обуви при покупке.	1	06.10	
12	Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви.	1	07.10	
13	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.	1	13.10	
14	Выведение пятен.	1	14.10	
	<b>Питание– 4 ч.</b>	<b>4</b>		
15	Приготовление национальных блюд.	1	20.10	
16	Приготовление национального блюда.	1	21.10	
17	Меню праздничного стола.	1	27.10	
18	Составление меню праздничного стола.	1	28.10	
	<b>Питание– 6 ч.</b>	<b>6</b>		
19	Сервировка праздничного стола.	1	10.11	
20	Сервировка праздничного стола. Пр.р.	1	11.11	
21	Питание детей ясельного возраста.	1	17.11	
22	Приготовление блюда для детей ясельного возраста.	1	18.11	
23	Диетическое питание.	1	24.11	

24	Приготовление диетического блюда.	1	25.11	
	<b>Семья – 4 ч.</b>	4		
25	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).	1	01.12	
26	Закон Российской Федерации о браке и семье.	1	02.12	
27	Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.	1	08.12	
28	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации.	1	09.12	
	<b>Культура поведения – 4 ч.</b>	4		
29	Традиции культуры поведения в современном обществе.	1	15.12	
30	Как правильно вести себя в различных общественных местах.	1	16.12	
31	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.	1	22.12	
32	Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».	1	23.12	
	<b>Транспорт- 4 ч.</b>	4		
33	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты.	1	29.12	
34	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	1	12.01	
35	Экскурсия в кассу Аэрофлота (виртуальная)	1	13.01	
36	Сюжетно-ролевая игра «На каникулы летим самолетом».	1	19.01	
	<b>Торговля- 6 ч.</b>	6		
37	Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка.	1	20.01	
38	Экскурсия в магазин.	1	26.01	
39	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения.	1	27.01	
40	Экскурсия в магазин.	1	02.02	
41	Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	1	03.02	
42	Экскурсия	1	09.02	
	<b>Средства связи- 4 ч.</b>	4		
43	Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).	1	10.02	
44	Правила пользования основными средствами связи.	1	16.02	
45	Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов.	1	17.02	
46	Денежные переводы. Виды переводов.	1	02.03	
	<b>Медицинская помощь – 5 ч.</b>	4		
47	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	1	03.03	
48	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности.	1	09.03	
49	Уход за больным.	1	10.03	
50	Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья.	1	16.03	
51	Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.	1	17.03	

	<b>Экономика домашнего хозяйства – 2 ч.</b>	2		
52	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	1	23.03	
53	Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.	1	06.04	
	<b>Экономика домашнего хозяйства – 4 ч.</b>	4		
54	Экономия в домашнем хозяйстве.	1	07.04	
55	Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р.	1	13.04	
56	Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.	1	14.04	
57	Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.	1	20.04	
58	Экскурсия в сберкассу.	1	21.04	
	<b>Учреждения и организации- 2 ч.</b>	2		
59	Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.	1	27.04	
60	Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.	1	28.04	
	<b>Профориентация и трудоустройство- 8 ч.</b>	8		
61	Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.	1	04.05	
62	Учреждения и отделы по трудоустройству.	1	05.05	
63	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.	1	11.05	
64	Деловые бумаги, правила их составления.	1	12.05	
65	Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р.	1	18.05	
66	Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	1	19.05	
67	Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	1	25.05	
68	Экскурсия в Центр занятости населения (виртуальная)	1	26.05	