

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

Замковская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

На заседании
Педагогического
совета
Протокол № 1 от «29» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Червошенико Н.И.
«30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО



Адаптированная рабочая программа

по предмету

«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

9 класс

2023-2024 учебный год

Вариант 1

Срок освоения программы : 5 лет (с 5-9 классы)

составила: учитель истории и обществознания Макаревич Л.В

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 9 класса разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;
- программы формирования базовых учебных действий; с учетом:
- примерной АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.; в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.
- повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

2. Общая характеристика учебного предмета

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

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

Структура программы представлена следующими разделами:

-Личная гигиена.

-Одежда.

-Питание.

- Семья.
- Культура поведения.
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Средства связи.
- Медицинская помощь.
- Учреждения, организации и предприятия.
- Экономика домашнего хозяйства.

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Также обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

Особое внимание обращено на исправление имеющихся у воспитанников специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы: принцип коррекционной направленности, воспитывающий и развивающий принципы, принцип доступности обучения, принцип систематичности и последовательности, принцип наглядности в обучении, принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации учащихся. При последовательном изучении курса "Основы социальной жизни" может быть использован разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, типологических и индивидуальных особенностей учеников.

Методы и формы позволяют корректировать познавательную деятельность: наблюдательности, воображения, внимания, памяти и устной речи. Способствует развитию самостоятельности учащихся при выполнении заданий, постепенно подготавливает их труду и самостоятельной жизни.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций и др.

В зависимости от задач урока и оснащении кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные (групповые), так и индивидуальные (выполнение учеников всех операций под руководством учителя).

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно - гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний – заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее

ознакомление с объектами. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Задания для учащихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого ученика. Оценка знаний учащихся осуществляется по результатам письменных повседневных работ учащихся, текущих и итоговых контрольных работ.

На уроках "Основы социальной жизни" используются следующие методы урока:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

Типы уроков:

- урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала);
- урок закрепления знаний, умений, навыков (практический урок);
- урок обобщения и систематизации знаний (тестирование);
- комбинированный урок;
- нестандартные уроки (экскурсия, урок- ролевая игра и др.)

Занятия по данной рабочей программе тесно связаны с такими предметами как: "Русский язык", "Чтение", "Математика", "Природоведение", "География", "Биология", "Естествознание" и "Ручной труд".

На занятиях по "Основам социальной жизни" следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках "Русского языка". На всех этапах занятия в связи с изученным материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом МАОУ Замковская СОШ ", учебный предмет "Основы социальной жизни" представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 9 классе составляет 66 часов в год (2 часа в неделю).

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личная гигиена	
Рассказывать о вредном воздействии алкоголя, наркотиков и курения на организм человека.	Соблюдать правила здорового образа жизни.

Одежда

<p>Определять свой размер одежды и обуви.</p> <p>Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером под руководством педагога.</p> <p>Рассказывать о способах обновления одежды.</p> <p>Рассказывать правила выведения пятен.</p> <p>Называть санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p>	<p>Определять размеры одежды и обуви .</p> <p>Знать гарантийные сроки носки одежды и обуви, правила возврата.</p> <p>Обновлять одежду с помощью мелких деталей.</p> <p>Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером.</p> <p>Определять стиль одежды.</p> <p>Пользоваться журналами мод.</p> <p>Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.</p> <p>Выводить пятна различными способами и средствами.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p>
---	---

Питание

<p>Рассказывать о способах приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола.</p> <p>Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста, диетические блюда под руководством педагога.</p>	<p>Готовить отдельные национальные блюда.</p> <p>Составлять меню праздничного стола.</p> <p>Сервировать праздничный стол.</p> <p>Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста.</p> <p>Готовить отдельные диетические блюда.</p>
---	--

Семья

<p>Рассказывать об основах семейного очага.</p> <p>Описывать обязанности каждого члена семьи.</p> <p>Называть семейные традиции.</p>	<p>Называть условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции.</p> <p>Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.</p> <p>Называть формы организации досуга и отдыха в семье, морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях.</p> <p>Распределять хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи.</p>
--	--

Культура поведения

<p>Называть нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей.</p>	<p>Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей.</p> <p>Анализировать поступки людей и давать им правильную оценку.</p> <p>Соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.</p>
---	--

Жилище

<p>Понимать правила расстановки мебели в квартире.</p> <p>Подбирать элементы интерьера в жилище под руководством педагога.</p> <p>Называть правила сохранения жилищного фонда</p>	<p>Расставлять мебель в квартире (на макете).</p> <p>Подбирать детали интерьера.</p> <p>Пользоваться правилами сохранения жилищного фонда.</p>
---	--

Транспорт

<p>Называть основные маршруты самолетов,</p>	<p>Различать основные маршруты самолетов,</p>
--	---

<p>службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.</p>	<p>службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.</p> <p>Ориентироваться в расписании.</p> <p>Определять маршруты и выбирать транспортные средства.</p>
--	--

Торговля

<p>Называть отделы рынка, цены на некоторые товары.</p> <p>Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями под руководством педагога.</p> <p>Обращаться к продавцу.</p>	<p>Различать виды ярмарок и рынков, их отделы.</p> <p>Отличать цены на ярмарке, рынке и в магазине.</p> <p>Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями.</p> <p>Вежливо обращаться к продавцу.</p> <p>Подсчитывать стоимость покупок.</p>
Средства связи	
<p>Рассказывать о современных видах связи.</p> <p>Заполнять бланки почтовых переводов под руководством педагога.</p> <p>Подсчитывать стоимость услуг под руководством педагога.</p>	<p>Классифицировать современные виды связи.</p> <p>Заполнять бланки почтовых переводов.</p> <p>Подсчитывать стоимость услуг.</p>
Медицинская помощь	
<p>Называть инфекционные заболевания. меры по их предупреждению.</p> <p>Рассказывать о правилах ухода за больным.</p>	<p>Дифференцировать инфекционные заболевания.</p> <p>Подбирать способы ухода за больным.</p> <p>Одевать, умыть, кормить больного.</p> <p>Измерять температуру.</p> <p>Ставить горчичники.</p> <p>Перестилать постель лежачего больного.</p>
Учреждения, организации и предприятия	
<p>Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение.</p> <p>Рассказывать о видах оказываемых ими услуг, правила пользования услугами.</p> <p>Называть профессии работников предприятий.</p>	<p>Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение, виды оказываемых ими услуг, правила пользования услугами и место нахождения.</p> <p>Называть профессии работников предприятий.</p> <p>Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятия бытового обслуживания.</p>
Экономика домашнего хозяйства	

<p>Называть правила экономии в семье.</p> <p>Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности под руководством педагога. Планировать бюджет</p> <p>Соблюдать правила экономии.</p>	<p>Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности.</p> <p>Соблюдать правила экономии семьи.</p>
<p>Профориентация и трудоустройство</p>	
<p>Называть основные виды рабочих специальностей.</p> <p>Называть виды документов, необходимых для поступления на работу.</p> <p>Называть перечень основных деловых бумаг.</p> <p>Называть адрес Центра занятости населения</p>	<p>Соотносить выбранную профессию со своими возможностями.</p> <p>Называть виды документов, необходимых для поступления на работу.</p> <p>Заполнять деловые бумаги (по образцу).</p> <p>Обращаться в отделы по трудоустройству.</p> <p>Называть адрес Центра занятости</p> <p>Уметь составить диалог с работодателем.</p>

5. Содержание учебного предмета

<p>1. Личная гигиена - 4 ч.</p>
<p>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.</p>
<p>2. Жилище - 4 ч.</p>
<p>Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда. Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р. Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.</p>
<p>3. Одежда и обувь - 6 ч.</p>
<p>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.</p>
<p>4. Питание - 10 ч.</p>

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.

5. Семья - 4 ч.

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.

6. Культура поведения - 4 ч.

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".

7. Транспорт - 4 ч.

Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Экскурсия в кассу Аэрофлота. Сюжетно-ролевая игра "На каникулы летим самолетом".

8. Торговля - 4 ч.

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.

9. Средства связи - 4 ч.

Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет). Правила пользования основными средствами связи. Пр.р. Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов. Экскурсия к мультикассе.

10. Медицинская помощь - 4 ч.

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. Профорientация и трудоустройство- 10 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.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	4	<p>Рассказывают о необходимости соблюдения здорового образа жизни.</p> <p>Перечисляют современные спортивные увлечения.</p> <p>Объясняют вред воздействия алкоголя, наркотиков и табака на организм человека.</p>

2.	Одежда и обувь	6	<p>Определяют стиль в одежде.</p> <p>Рассказывают о способах обновления одежды с помощью мелких деталей.</p> <p>Перечисляют средства для выражения индивидуальности.</p> <p>Объясняют правила рационального выбора одежды и обуви при покупке, учитывая их</p>
			<p>назначение и собственные возможности.</p> <p>Определяют средства для выведения пятен в домашних условиях.</p> <p>Называют общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга.</p> <p>Рассказывают о санитарно-гигиенических требованиях и правилах техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p>
3.	Питание	10	<p>Перечисляют способы приготовления национальных блюд.</p> <p>Объясняют правила сервировки праздничного стола.</p> <p>Составляют меню праздничного стола.</p> <p>Называют блюда для детей ясельного возраста.</p> <p>Составляют меню для ребенка ясельного возраста.</p> <p>Перечисляют диетические блюда.</p>

4.	Семья	4	<p>Рассказывают о порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье.</p> <p>Перечисляют морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях.</p> <p>Распределяют обязанности между членами семьи.</p>
5.	Культура поведения	4	<p>Анализируют поступки людей и дают им правильную оценку.</p> <p>Рассказывают о правилах приема гостей.</p> <p>Характеризуют нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями, культуру поведения.</p>
6.	Жилище	4	<p>Перечисляют правила расстановки мебели в квартире.</p> <p>Объясняют требования к подбору интерьера, светильников и других деталей.</p> <p>Расставляют мебель в квартире (на макете).</p> <p>Подбирают детали интерьера.</p> <p>Называют правила сохранения жилищного фонда.</p>
7.	Транспорт	4	<p>Описывают авиатранспорт, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет, службы аэровокзала.</p> <p>Называют основные маршруты самолетов.</p> <p>Определяют маршруты и выбирают транспортные средства.</p>

8.	Торговля	4	<p>Различают отделы рынка.</p> <p>Определяют цены на отдельные товары.</p> <p>Объясняют правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин.</p> <p>Рассказывают о способах выбора покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями.</p> <p>Отличают рыночную, ярмарочную торговлю от магазина комиссионной торговли.</p> <p>Подсчитывают стоимость покупок.</p> <p>Соблюдают правила этикета.</p>
9.	Средства связи	4	<p>Рассказывают о современных видах связи.</p> <p>Сравнивают сотовую связь, факс и интернет.</p> <p>Знакомятся с видами денежных переводов.</p> <p>Различают виды денежных переводов.</p> <p>Определяют стоимость денежных переводов.</p>
10.	Медицинская помощь	4	<p>Перечисляют инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.</p> <p>Рассказывают о правилах ухода за больным.</p> <p>Объясняют условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).</p>
11.	Экономика домашнего хозяйства	6	<p>Определяют расходы на удовлетворение культурных потребностей. Объясняют правила экономии.</p> <p>Рассказывают о порядке помещения денег в банк.</p> <p>Называют виды кредита, порядок его оформления.</p>

12.	Учреждения, организации и предприятия	2	<p>Характеризуют предприятия бытового обслуживания.</p> <p>Определяют назначение предприятий бытового обслуживания.</p> <p>Различают виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Объясняют правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания.</p> <p>Перечисляют профессии работников предприятий.</p>
13.	Профорентация и трудоустройство	10	<p>Рассказывают об учреждениях и отделах по трудоустройству.</p> <p>Перечисляют документы, необходимые для поступления на работу.</p> <p>Составляют деловые бумаги.</p> <p>Называют адрес Центра занятости г. Новокузнецка.</p>
Всего 68 ч.			

7.Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
Программы
1. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
Учебники
1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 9 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
Методические пособия для учителя

1. Дерябина С.П. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольноизмерительные материалы: варианты текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: – Издательство Учитель, 2020.
2. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014.
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017.
4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014.
5. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя / С.А.Львова – М.: ВЛАДОС, 2018.
6. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В.Воронкова, С.А.Казакова – М.: ВЛАДОС, 2020.

Дидактические материалы

Дидактический материал по раздела курса:

"Личная гигиена"

1. Тематический словарь в картинках " Гигиена и здоровье".
2. Тематический словарь в картинках " Я и мое тело".
3. Развивающая игра "Как расти здоровым".
4. Игра-лото "Здоровый малыш".
5. Лото " Если хочешь быть здоров".

"Одежда и обувь"

1. Тематический словарь в картинках "Одежда. Обувь. Головные уборы".
2. Наглядно-дидактическое пособие "Головные уборы".
3. Наглядно-дидактическое пособие "Женская одежда".

4. Наглядно-дидактическое пособие "Мужская одежда".
5. Наглядно-дидактическое пособие "Обувь".
6. Развивающее лото "Одежда".

"Питание"

1. Тематический словарь в картинках "Посуда. Продукты питания".
2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".
3. Тематический словарь в картинках "Мебель, оборудование, интерьер кухни".
4. Дидактическая игра "Готовим и едим".
5. Дидактическая игра "Сервировка стола".
6. Дидактическая игра "Сервируем стол".

"Семья"

1. Тематический словарь в картинках "Мой дом. Моя семья".
2. Настольно-развлекательная игра-лото "Наши родные: как их называют?"
3. Настольно-развлекательная игра-лото "Семья".
4. Дидактическая игра "Моя семья".

"Культура поведения"

1. Наглядно- дидактическое пособие "Уроки этикета".
2. Наглядно- дидактическое материал "Этикет. Школа изящных манер".
3. Демонстрационный материал "Уроки вежливости".
4. Развивающая игра-лото "Лото вежливости".

"Жилище"

1. Тематический словарь в картинках "Город, улица, дом. Квартира, мебель".
2. Наглядно-дидактическое пособие "Мой дом".
3. Познавательная игра "Моя квартира".
4. Дидактическая игра "Жилище".
5. Наглядно-дидактическое материал "Дом. Квартира. Мебель".

"Транспорт"

1. Тематический словарь в картинках "Транспорт".
2. Наглядно-дидактическое пособие "Виды транспорта".

3. Развивающее лото "Виды транспорта".
4. Дидактическая игра "Найди воздушный транспорт".
5. Дидактическая игра "Четвертый лишний".
6. Дидактическая игра "Назови одним словом".
7. Дидактическая игра "Найди водный транспорт".

"Торговля"

1. Тематический словарь в картинках "Какие бывают магазины".
2. Дидактическая игра "Магазин".
3. Лото "Мы ходили в магазин".
4. Развивающее лото "Где что продается?"

"Средства связи"

1. Тематический словарь в картинках "Аудиотехника, видеотехника, оргтехника и средства связи".

"Медицинская помощь"

1. Тематический словарь в картинках "Я и моя безопасность".
2. Тематический словарь в картинках "Я и мое тело".

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Дидактическая игра "Семейный бюджет: расходы и доходы".
2. Дидактическая игра "Бюджет семьи".
3. Дидактическая игра "Что важнее?".

"Профориентация и трудоустройство"

1. Тематический словарь в картинках "Профессии".
2. Демонстрационные картинки "Профессии".
3. Развивающая игра "Знать все профессии".
4. Развивающее лото "Изучаем профессии".
5. Лото "Собери профессию".
6. Дидактическая игра "Все профессии важны".

Печатные пособия

"Личная гигиена"

1. Здоровый образ жизни.

2. Что с нами делает алкоголь.

3. Жизнь без табака.

4. Наркотикам нет.

"Одежда и обувь"

1. Виды стилей.

2. Таблица размеров одежды и обуви.

"Питание"

1. Санитарно-гигиенические правила.

2. Гигиена питания.

3. Оборудование кухни и требования к ее содержанию.

4. Требования к обработке и хранению продуктов.

5. Посуда.

6. Правила пользования столовыми приборами.

8. Правила работы с ножом и приспособлениями.

9. Сервировка праздничного стола.

10. Здоровое питание.
11. Питание детей от 1 года до 3 лет.
12. Азбука здоровья.

"Семья"

1. Семья.

"Культура поведения"

1. Культура общения.

"Жилище"

1. Мебель.
2. Рациональная расстановка мебели. Деление на функциональные зоны.
3. Размещение мебели на кухне.

"Транспорт"

1. Воздушный транспорт.

"Торговля"

1. Рынок. Виды, функции рынка.
2. Комиссионные магазины.
3. Ярмарка.

"Средства связи"

1. Беспроводная телефонная связь
2. Виды современных телефонов.
3. Эволюция мобильных телефонов.
4. Современные телефоны.

"Медицинская помощь"

1. Профилактика воздушно-капельных инфекций.
2. Профилактика инфекционных заболеваний.

"Учреждения, организации и предприятия"

1. Бытовое обслуживание.

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Бюджет семьи.
2. Ресурсы семьи.
3. Правила ведения домашнего хозяйства.
4. Сбережения. Виды сбережений.
5. Страхование. Виды страхования.

"Профориентация и профессии"

1. Профориентация.
2. Профессии.

Интернет-ресурсы

Компьютерные презентации по разделу курса:

"Личная гигиена"

1. Основы здорового образа жизни.
2. Вредные привычки. Курение. Алкоголь. Наркомания.
3. Значение занятий физическими упражнениями для здорового человека.
4. Современные спортивные увлечения.

"Одежда и обувь"

1. Мода и стили в одежде.
2. Внешний вид молодого человека.
3. Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением.
4. Размеры одежды и обуви.
5. Выведение пятен в домашних условиях.

"Питание"

1. Национальная кухня.
2. Меню праздничного стола.
3. Сервировка праздничного стола.
4. Питание детей ясельного возраста.
5. Диетическое питание.

"Семья"

1. Российская семья. Условия создания семьи, основы семейных отношений.
-

2. Культура поведения в современном обществе.
3. Распределение обязанностей в семье.

"Культура поведения"

1. Культура поведения в современном обществе.
2. Правила поведения в общественных местах.
3. Прием гостей. Правила хорошего тона.

"Жилище"

1. Рациональная расстановка мебели.
2. Жилищный фонд. Сохранность жилищного фонда.
3. Косметический ремонт в доме, расчет затрат.

"Транспорт"

1. Авиационный транспорт.
2. Порядок приобретения билетов и его возврат.

"Торговля"

1.Вида магазинов и их назначение.

2. Порядок приобретения товара.

" Торговля"

1.Рынок и его функции. Отделы рынка.

2. Комиссионные магазины.

3. Ярмарка. Виды ярмарок.

" Средства связи"

1.Виды связи.

2. Правила эксплуатации средств связи.

3. Денежные переводы. Виды переводов.

" Медицинская помощь"

1.Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению

2. Уход за больными, листок нетрудоспособности.

" Учреждения, организации и предприятия"

1.Предприятия бытового обслуживания.

" Экономика домашнего хозяйства"

1.Расход на удовлетворение культурных потребностей.

2. Экономия в домашнем хозяйстве.

3. Сбережения. Назначение сбережений.

" ПрофорIENTATION и трудоустройство"

1.Выбор профессии.

2. Служба занятости.

3. Необходимые документы для устройства на работу.

4. Деловые бумаги.

Технические средства обучения

1. Компьютер.

2. Принтер.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

"Личная гигиена"

1. Раковина с подводкой горячей и холодной воды.
2. Тазы для мытья головы, ног.
3. Кремы, лосьон, мыло, зубная паста, шампуни для различных типов волос и кожи, дезодоранты, туалетная вода.
4. Образцы средств по уходу за волосами, кожей рук, лица, тела.
5. Губки, мочалки для мытья тела.
6. Бритвенные принадлежности.
7. Маникюрный набор (ножницы, пилка).
8. Зеркало.
9. Полотенца (для тела, лица, ног).
10. Средства по уходу за кожей рук (перчатки, защитные кремы).
11. Носовые платки.
12. Ватные палочки для чистки ушей.
13. Косметические салфетки.

"Одежда и обувь"

1. Иллюстрации- образцы одежды и обуви.

2. Инструкции по эксплуатации, уходу за одеждой и обувью.
3. Образцы взрослой, детской обуви из различных материалов.
4. Образцы взрослой и детской одежды.
5. Щётки для одежды и обуви.
6. Кремы для чистки обуви.
7. Порошкообразные, жидкие и твердые моющие средства, а так же средства для химической чистки одежды.
8. Таз для стирки белья.
9. Электрический утюг.
10. Гладильная доска.
11. Сушилка напольная.
12. Стиральная машинка.
13. Образцы тканей.
14. Ножницы.
15. Наборы швейных игл.
16. Нитки швейные.
17. Пуговицы.
18. Сушилка напольная.

19. Вешалки.

"Питание"

1. Книги по кулинарии.

2. Кухонный мебель.

3. Кухонное оборудование:

* электрическая плита;

* микроволновая печь;

* мойка с подводкой горячей и холодной воды;

* сушилка для посуды;

* холодильник с морозильной камерой;

* кастрюли;

* сковороды;

* миски;

* дуршлаг;

* захваты для банок;

* электрический чайник;

* сервизы (чайный, обеденный, кофейный);

* наборы салатников, сервировочных блюд;

* столовые приборы (ножи, вилки, столовые и чайные ложки);

* тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые, комбинированные);

* терки механические;

* доски разделочные;

* подносы;

* ложки разливочные;

* креманки;

* лопатки для котлет, блинов, торта;

* мясорубка механическая, электрическая;

* наборы сервировочные (солонка, горчица, перечница);

* ножеточки;

- *ножи желобковые (плавающие) для чистки овощей и фруктов;
- * наборы кухонных ножей;
- *консервные ножи;
- *миксер;
- * сита;
- * хлебницы;
- * щетки для мытья посуды, для мытья раковин;
- * яйцерезки;
- * скалки;
- * ножницы;
- * полотенца кухонные;
- * скатерти с салфетками;
- * вазы для печенья;
- * формы для выпечки блинов;
- * ведро для отходов с педалью и крышкой.

"Семья"

1. Таблицы по составлению родового древа.
2. Индивидуальные анкеты.
3. Фотоальбомы.
4. Семейный кодекс Российской Федерации.
5. Куклы резиновые, пластмассовые.
6. Пеленальный столик.
7. Пеленки.
8. Комплекты одежды для новорожденного.
9. Предметы ухода за новорожденным.
10. Детская ванночка.
11. Литература по уходу за грудным ребенком.
12. Игрушки.
13. Набор детской посуды.

"Культура поведения"

1. Вазы для цветов.
2. Мягкая мебель.
3. Шкаф.
4. Художественная литература (книги по этикету, журналы мод, кулинарные рецепты).
5. Журнальный столик.
6. Настольная лампа.
7. Стулья.
8. Сервизы для приема гостей.
9. Видео- и аудиоаппаратура.

"Жилище"

1. Мягкая мебель.
2. Комплекты детского и взрослого постельного белья.
3. Шкаф комбинированный для одежды, белья.
4. Шкаф для посуды.
5. Комплект гардин и штор, покрывало.
6. Подушка.
7. Одеяло.
8. Вазы для цветов.
9. Настольная лампа.
10. Стол обеденный.
11. Пылесос.
12. Видео- и аудиоаппаратура.
13. Ведро.
14. Швабры деревянные, веревочные.
15. Веник.
16. Щетки для мытья стен, радиаторов отопления, для пола.

-
17. Вантуз.
 18. Моющие и чистящие средства.
 19. Выбивалка для ковров и мягкой мебели.
 20. Садово-огородный инвентарь.
 21. Совок.

"Транспорт"

1. Книги и брошюры по правилам дорожного движения.
2. Карты России, Кемеровской области, г. Новокузнецка.
3. Образцы расписания поездов, самолетов, пригородных автобусов.
4. Образцы проездных билетов.
5. Правила пользования автобусом, троллейбусом.
6. Схемы движения автобусов по маршрутам.

"Торговля"

1. Весы бытовые.
2. Калькуляторы.
3. Предметы парфюмерии, канцтовары, образцы круп.
4. Ярлыки, бирки, инструкции по эксплуатации товаров.
5. Наборы карточек с названием магазинов, секций, торговых работников, промышленных товаров и продуктов.
6. Муляжи овощи и фрукты.

"Средства связи"

1. Телефонный аппарат.
 2. Телефонный справочник.
 3. Демонстрационные почтовые конверты, открытки.
 4. Демонстрационные телеграммы, переводы.
 5. Демонстрационные бланки для отправки бандеролей.
 6. Упаковочный материал для бандеролей, посылок.
 7. Каталог (виды связи: сотовая, автоответчик, компьютер, факс).
-

8. Инструкции по использованию средств связи.

"Медицинская помощь"

1. Аптечка первой медицинской помощи.
2. Термометр.
3. Грелка.
4. Кружка Эсмарха.
5. Груша резиновая.
6. Судно подкладное.
7. Мочеприемник.
8. Поильник.
9. Горшок.
10. Комплект постельного белья.
11. Рубашка нижняя.
12. Таз для умывания.
13. Кувшин.
14. Полотенце.
15. Клеенка.
16. Пеленка.
17. Простыни одноразовые.

18. Памперсы для взрослого и детей.
19. Наборы лекарственных трав.
20. Гербарии с лекарственными растениями.
21. Литература по уходу за больными.

"Учреждения, организации и предприятия"

1. Каталог образовательных учреждений в г. Новокузнецке.
2. Каталог кружков, секций и занятий для детей в г. Новокузнецке.
3. Плакаты, отображающие структуру исполнительной местной власти, правоохранительной власти, правоохранительных органов.
4. Демонстрационный перечень видов рабочих специальностей.
5. Таблица с адресами ЖЭКов, РЭУ.
6. Каталог предприятий бытового обслуживания.
7. Телефонный справочник.

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Квитанции по оплате жилья, коммунальных услуг.
2. Таблица по видам государственных страхований.
3. Виды приобретения- наличные и кредит.
4. Перечень вкладов Сбербанка.
5. Бланки доверенностей.

"Профориентация и трудоустройство"

1. Нормативные и законодательные акты о труде.
2. Закон о занятости населения.
3. Квалифицированный справочник профессий.
4. Перечень предприятий г. Новокузнецка, использующий труд выпускников.
5. Информационная карта по необходимым документам для трудоустройства на работу.
6. Бланки заявлений.
7. Бланки анкет.
8. Бланки расписок.
9. Бланки докладных записок.

8. Требования к уровню подготовки обучающихся

Обучающиеся должны знать:

Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.

Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.

Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.

Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.

Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.

Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.

Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.

Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.

Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.

Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.

Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.

Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.

Определять маршрут и выбирать транспортное средство.

Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.

Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.

Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.

Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, расписку, докладную и заполнять анкету.