" СОШ №4 им. Героя Советского Союза В.Л. Савельева" города Судака

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
На заседании ШМО Протокол № 1 от 28.08.2026 г.	Заместитель директора по УВР_____ Идрисова Ф.И. 31.08.2026 г.	Директор школы _____ Вавилкина Е.В Приказ №402 от31.08.2026

Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету
«Основы социальной жизни»
для 8Б (вариант 1)
на 2026-2027 учебный год

Составитель:
учитель биологии
Якимова Галина Геннадьевна

г. Судак 2026г

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (https://clck.ru/33NMkR).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 8 классе рассчитана 34 часа (1 час в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

– 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 8 классе определяет следующие задачи:

– формирование знаний о здоровом образе жизни, его влиянии на организм человека;

– формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

– формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;

– формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;

– формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;

– формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;

– формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;

– формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;

– формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

– формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

– формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Обучение «Основам социальной жизни» в 8 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 8 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На четвертом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, соблюдения правил здорового образа жизни и бережного отношения к собственному здоровью, применения теоретических знаний на практике и формирование знаний об основах семейного бюджета. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на получение практических навыков по приготовлению простых и знакомых блюд, соблюдению правил поведения в быту, распределению бюджета для покупок определённых товаров и расчет стоимости продуктов питания, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпении, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

– осознание себя как гражданина России;

– способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации;

– сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Метопредметные:

– сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

– овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.

Предметные:

Минимальный уровень:

– приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;

– представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

– соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

– знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

– знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;

– решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

– представления о различных видах средств связи;

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

Достаточный уровень:

– составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

– самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

– самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

– 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);

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

– пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

4.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Личная гигиена и здоровье	3	
2	Охрана здоровья	2	
3	Жилище	5	
4	Одежда и обувь	6	1
5	Питание	9	
6	Транспорт	3	
7	Средства связи	3	1
8	Предприятия, организации, учреждения	1	
9	Семья	1	
10	Итоговое занятие	1	
	Итого:	**34**	2

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО
Протокол № 1
от 28.08.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР_____
Идрисова Ф.И.
31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы
_____ Вавилкина Е.В
Приказ №402 от31.08.2026

Приложение 1

5.ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8Б класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	План	Факт	
1	Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cca60
2	Вредные привычки и способы предотвращения их появления	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccc0e
3	Уход за кожей лица. Косметические средства.	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccc0e
4	Госпитализация и амбулаторный прием	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccf56

5	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd0c8
6	Электробытовые приборы в ванной комнате	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd9ce
7	Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd65e
8	Ручная стирка одежды из различных тканей	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd866
9	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cdb36
10	Уход за жилищем. Создание уюта в доме. Убранство жилых комнат	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd3de
11	Правила и приемы глажения блузок и рубашек	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cddde
12	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce568
13	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce73e
14	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce8ec
15	Химчистка. Услуги химчистки	1					

16	Контрольная работа №1 по теме «Опрятный вид человека»	1	1				
17	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин	1					
18	Составление меню для холодного ужина	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce8ec
19	Рецепты несложных салатов и холодных закусок	1					
20	Приготовление несложных салатов и холодных закусок	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cea68
21	Составление меню для горячего ужина	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cec3e
22	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cedba
23	Изделия из теста. Виды теста. Составление и запись рецептов	1	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cf684
24	Приготовление изделий из теста.	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cf508
25	Приготовление изделий из теста.	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cf684
26	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cf7e2
27	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cfb20

28	Основные маршруты водного транспорта. Порядок приобретения билетов	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cfd3c
29	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы	1					
30	Культура разговора по телефону. Интернет-связь. Особенности, значение в современной жизни	1					
31	Контрольная работа №2 по теме «Культура человека»	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cfeea
32	Образовательные организации	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863d0340
33	Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863d0340
34	Итоговое занятие	1					Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863d064c
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	-			

Приложения 2

Лист корректировки рабочей программы для 8Б класса

№ урока	Дата по осн. КТП	Дата факт.проведения	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
				По плану	Дано		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 ИМ. ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.Л. САВЕЛЬЕВА" ГОРОДА СУДАКА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ, Вавилкина Евгения Владимировна
26.10.26 11:13 (MSK) Простая подпись