МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ
Отраслевой орган администрации
«Отдел образования Советского муниципального района»
МОУ «Советская средняя общеобразовательная школа №2»

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель МО	Зам. директора по УВР	Директор
_____ /Ештыганова Э.И./	_____/Мочалова С.И./	_____ /Чепайкина Н.Г./
Приказ №1	Приказ №1	Приказ №1
от «28» августа 2026г.	от «28» августа 2026г.	от «28» августа 2026г.

Чепайкина Н. Г.

Подписан: Чепайкина Н. Г.
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2026.10.20 14:02:29+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.0.1

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

основного общего образования

учебного предмета «основы социальной жизни»

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

9 класс (вариант 1)

на 2026-2027 учебный год

пгт.Советский, 2026г.

1. Пояснительная записка

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

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2013 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2014г.;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки РФ.-М.: Просвещение, 2017;
- Учебный план МОУ «Советская средняя общеобразовательная школа № 2» на 2026-2027 учебный год, утверждённый приказом № 35 –ОД директора МОУ «Советская средняя общеобразовательная школа № 2» Чепайкиной Н.Г. от 28.08.2026г.

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

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. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие методы:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-

ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

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

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, умение детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом МОУ «Советская средняя общеобразовательная школа № 2» учебный предмет «Основы социальной жизни» представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 9 классе составляет 68 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	

Определять свой размер одежды и обуви. Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером под руководством педагога. Рассказывать о способах обновления одежды. Рассказывать правила выведения пятен. Называть	Определять размеры одежды и обуви. Знать гарантийные сроки носки одежды и обуви, правила возврата. Обновлять одежду с помощью мелких деталей. Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером. Определять стиль одежды. Пользоваться журналами мод. Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности. Выводить пятна различными способами и средствами. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.
Питание	
Рассказывать о способах приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола. Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста, диетические блюда под руководством педагога.	Готовить отдельные национальные блюда. Составлять меню праздничного стола. Сервировать праздничный стол. Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста. Готовить отдельные диетические блюда.
Семья	
Рассказывать об основах семейного очага. Описывать обязанности каждого члена семьи. Называть семейные традиции.	Называть условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции. Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку. Называть формы организации досуга и отдыха в семье, морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях. Распределять хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи.
Культура поведения	
Называть нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей.	Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей. Анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. Соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.
Жилище	
Понимать правила расстановки мебели в квартире. Подбирать элементы интерьера в жилище под руководством педагога. Называть правила сохранения жилищного фонда	Расставлять мебель в квартире (на макете). Подбирать детали интерьера. Пользоваться правила сохранения жилищного фонда.

Транспорт	
Называть основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет.	Различать основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет. Ориентироваться в расписании. Определять маршруты и выбирать транспортные средства.
Торговля	
Называть отделы рынка, цены на некоторые товары. Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями под руководством педагога. Обращаться к продавцу.	Различать виды ярмарок и рынков, их отделы. Отличать цены на ярмарке, рынке и в магазине. Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями. Вежливо обращаться к продавцу. Подсчитывать стоимость покупок.
Средства связи	
Рассказывать о современных видах связи. Заполнять бланки почтовых переводов под руководством педагога. Подсчитывать стоимость услуг под руководством педагога.	Классифицировать современные виды связи. Заполнять бланки почтовых переводов. Подсчитывать стоимость услуг.
Медицинская помощь	
Называть инфекционные заболевания. меры по их предупреждению. Рассказывать о правилах ухода за больным.	Дифференцировать инфекционные заболевания. Подбирать способы ухода за больным. Одевать, умывать, кормить больного. Измерять температуру. Ставить горчичники. Перестилать постель лежачего больного
Учреждения, организации и предприятия	
Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение. Рассказывать о видах оказываемых ими услуг, правила пользования услугами. Называть профессии работников предприятий.	Называть предприятия бытового обслуживания, их назначение, виды оказываемых ими услуг, правила пользования услугами и место нахождения. Называть профессии работников предприятий. Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятия бытового обслуживания.
Экономика домашнего хозяйства	
Называть правила экономии в семье. Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности под руководством педагога. Соблюдать правила экономии.	Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности. Соблюдать правила экономии. Планировать бюджет семьи.
Профориентация и трудоустройство	
Называть основные виды рабочих специальностей. Называть виды документов, необходимых для поступления на работу. Называть перечень основных деловых бумаг. Называть адрес Центра занятости	Соотносить выбранную профессию со своими возможностями. Называть виды документов, необходимых для поступления на работу. Заполнять деловые бумаги (по образцу). Обращаться в отделы по трудоустройству.

населения п гт. Советский.	Называть адрес Центра занятости населения п гт. Советский. Уметь составить диалог с работодателем.

3. Содержание учебного предмета

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

4. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока
Личная гигиена – 4 ч.	
1	Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека.
2	Вред курения, алкоголя и наркотиков.
3	Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух.
4	Современные спортивные увлечения.
Жилище – 4 ч.	
5	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.
6	Сохранение жилищного фонда.
7	Рациональная расстановка мебели, побор деталей интерьера. Пр.р.
8	Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.
Одежда и обувь – 6 ч.	
9	Стиль одежды, мода. Обновление одежды (замена мелких деталей).
10	Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.
11	Выбор одежды и обуви при покупке.
12	Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р.
13	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.
14	Выведение пятен. Пр.р.
Питание– 4 ч.	
15	Приготовление национальных блюд.
16	Приготовление национального блюда. Пр.р.
17	Меню праздничного стола.
18	Составление меню праздничного стола. Пр.р.
Питание– 6 ч.	
19	Сервировка праздничного стола.
20	Сервировка праздничного стола. Пр.р.

21	Питание детей ясельного возраста.
22	Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р.
23	Диетическое питание.
24	Приготовление диетического блюда. Пр.р.
Семья – 4 ч.	
25	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).
26	Закон Российской Федерации о браке и семье.
27	Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.
28	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.
Культура поведения – 4 ч.	
29	Традиции культуры поведения в современном обществе.
30	Как правильно вести себя в различных общественных местах.
31	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.
32	Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».
Транспорт- 4 ч.	
33	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты.
34	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.
35	Экскурсия в кассу Аэрофлота.
36	Сюжетно-ролевая игра «На каникулы летим самолетом».
Торговля- 6 ч.	
37	Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка.
38	Экскурсия на рынок.
39	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупки вещей у населения.
40	Экскурсия в комиссионный магазин.
41	Ярмарки. Их виды, время и место проведения.
42	Экскурсия на ярмарку.
Средства связи- 4 ч.	
43	Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).
44	Правила пользования основными средствами связи. Пр.р.
45	Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов.
46	Экскурсия к мультикассе.
Медицинская помощь – 6 ч.	
47	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.
48	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности.
49	Уход за больным.
50	Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.
Экономика домашнего хозяйства – 2 ч.	
51	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.
52	Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.
Экономика домашнего хозяйства – 4 ч.	

53	Экономия в домашнем хозяйстве.
54	Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р.
55	Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.
56	Экскурсия в банк.
Учреждения и организации- 2 ч.	
57	Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.
58	Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.
Профориентация и трудоустройство- 10 ч.	
59	Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.
60	Учреждения и отделы по трудоустройству.
61	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.
62	Деловые бумаги, правила их составления.
63	Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р.
64	Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.
65	Экскурсия в Центр занятости населения.
66	Экскурсия в Центр занятости населения.
67	Резервный урок
68	Резервный урок

5. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у обучающихся используют специально оборудованный кабинет, который соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и противопожарным нормам.

В кабинете четко определены и специально оборудованы зоны. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать обучающимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученный опыт.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
Программы
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.