

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» 5 -9 КЛАССЫ

Пояснительная записка

Настоящая Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с УО (ИН), примерной Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), утвержденная приказом Министерством Просвещения РФ №1026 от 24.11.2022 г.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек и общество».

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Основными задачами является овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;

развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;

развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;

формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;

формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

Характерные особенности учебного предмета:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Учебный материал разделён на разделы: «Транспорт», «Личная гигиена и здоровье», «Одежда и обувь», «Питание», «Жилище», «Средства связи», «Семья», «Учреждения и организации».

Место учебного предмета «ОСЖ» 5 - 9 классах в учебном плане

По примерному годовому учебному плану на учебный предмет «ОСЖ» отведено 2 часа в неделю. Место учебного предмета «ОСЖ» в учебном плане для 5 – 9 классов в соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено в следующей таблице:

Класс	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Количество часов за год
5 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часов
6 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часов
7 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часов
8 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часов
9 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часов
			Всего: 340 часов

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Основными объектами проверки являются знания и умения:

Личностные результаты:

- воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
- формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и осмысление социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения учебного предмета «ОСЖ» (5-9 классы):

Предметные результаты ФАООП УО (вариант 1) определяет овладения обучающимися знаниями и умениями по предмету «ОСЖ» и представлены дифференцированно по двум уровням: минимальному и достаточному. Минимальный уровень освоения ФАООП в предметной области «ОСЖ» является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, как особо указывается в ФАООП (вариант 1),

отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

Планируемые предметные результаты	
<i>Достаточный уровень</i>	<i>Минимальный уровень</i>
<ol style="list-style-type: none">1. Знание способов хранения и переработки продуктов питания.2. Составление ежедневного и праздничного меню из предложенных продуктов питания.3. Составление сметы расходов на продукты питания в соответствии с меню.4. Самостоятельное приготовление известных блюд (холодных и горячих закусок, первых и вторых блюд).5. Выбор необходимого товара из ряда предложенных в соответствии с его потребительскими характеристиками.6. Навыки обращения в различные учреждения и организации; ведение конструктивного диалога с работниками учреждений и организаций.7. Пользование услугами предприятий службы быта, торговли, связи, медицинской помощи, государственных учреждений и учреждений по трудоустройству для решения практически значимых задач.8. Знание основных статей семейного бюджета; самостоятельный расчёт расходов и доходов семейного бюджета.	<ol style="list-style-type: none">1. Различение отдельных видов продуктов, относящихся к разным группам по их основным характеристикам.2. Самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов, вторых блюд).3. Соблюдение санитарно- гигиенических требований к процессу приготовления пищи и требований техники безопасности при приготовлении пищи.4. Выполнение (под руководством учителя) мелкого ремонта и обновление одежды.5. Решение типовых практических задач (под руководством педагогического работника) посредством обращения в торговые предприятия и предприятия бытового обслуживания.6. Самостоятельное совершение покупок товаров повседневного спроса и знание способов определения правильности отпуска товаров.7. Пользование различными средствами связи, включая интернет- средства.8. Знание и соблюдение санитарно-гигиенических правил для девушек и юношей.9. Знание основных мер по предупреждению инфекционных заболеваний.

<p>9. Самостоятельное заполнение документов, необходимых для приёма на работу (заявление, резюме, автобиография)</p>	<p>10.Знание основных правил ухода за больным. 11.Коллективное планирование семейного бюджета. 12.Заполнение различных деловых бумаг (с опорой на образец), необходимых для дальнейшего трудоустройства. 13.Соблюдение морально-этических норм и правил современного общества.</p>
--	--

Содержание учебного предмета «ОСЖ» 5-9 классов

Класс	Содержание
5	<p>Введение. Виды городского транспорта. Правила пользования. Оплата проезда. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда. Правила поведения в транспорте и на улице. Знаки дорожного движения. Правила дорожного движения. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет. Предметы и средства личной гигиены. Гигиена зрения. Осанка. Формы исправления осанки. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Виды и классификация одежды и головных уборов. Головные уборы: виды и назначение. Уход за одеждой. Виды обуви. Уход за обувью. Магазины по продаже различных видов одежды. Значение питания в жизни и деятельности людей. Режим питания. Рацион питания. Место для приготовления пищи и его оборудование. Виды продуктов питания. Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды бутербродов и их приготовление. Вторичное использование черствого хлеба. Чай и кофе. Завтрак. Блюда для завтрака. Правила этикета за столом. Магазины по продаже продуктов питания. Общее представление о доме. Типы жилых помещений. Виды жилья. Домашний адрес. Коммунальные удобства. Виды жилых и нежилых помещений. Родственные отношения в семье. Ближайшие родственники. Взаимоотношения в семье.</p>
6	<p>Пригородный транспорт. Пригородные поезда. Правила пользования. Автобусы пригородного сообщения. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Гигиена тела. Уход за ногами и руками. Закаливание организма. Вредные привычки. Правила и приемы ухода за органами зрения. Вред курения и алкоголя на организм подростка.</p>

	<p>Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Ручная стирка изделий. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажка. Правила и приемы глажения изделий из х/б тканей. Правила сушки белья из различных тканей.</p> <p>Молоко и молочные продукты. Блюда из молока. Хлеб и хлебобулочные изделия. Соль, сахар, пряности и приправы. Обед. Холодный и горячий ужин. Овощи. Свежие и замороженные продукты. Овощные салаты. Кухонная утварь. Правила и приемы ухода за посудой с применением химических средств.</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению. Мебель в жилых помещениях. Виды уборки жилого помещения. Уборка жилого помещения с помощью электроприборов. Комнатные растения. Домашние животные. Домашние животные и птицы в сельской местности. Ветеринарная служба.</p> <p>Родственные отношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. Помощь старших младшим: домашние обязанности.</p> <p>Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Домашняя аптечка: назначение, состав.</p> <p>Основные средства связи. Почта. Виды почтовых отправлений.</p>
7	<p>Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы. Справочная. Служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов, типы поездов (пассажирский, скорый). Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.</p> <p>Особенности личной гигиены в жизни подростка. Особенности ухода за волосами, кожей головы.</p> <p>Ремонт разорвавшихся мест одежды, штопка. Ремонт обуви. Правила приема и выдачи обуви. Стирка х/б белья с помощью стиральной машины (шелковые ткани). Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.</p> <p>Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.</p> <p>Приём пищи. Первые, вторые и третьи блюда. Мясо и мясопродукты. Обед. Супы. Овощи, плоды, ягоды, грибы. Универсамы и супермаркеты.</p> <p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме и лету. Уход за различными видами напольных покрытий. Средства ухода за полом (лак, мастика, масляная краска, линолеум). Правила пользования стиральными машинами. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).</p> <p>Кухонная мебель и кухонное бельё.</p> <p>Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Проведение игр с детьми. Экономика домашнего хозяйства.</p> <p>Виды доврачебной помощи. Измерение температуры. Лекарственные растения и лекарственные препараты в нашей аптечке. Первая помощь при вывихах и переломах.</p>

	<p>Почта. Бандероли, виды бандеролей. Посылки. Виды упаковок.</p> <p>Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования.</p>
8	<p>Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Водный транспорт.</p> <p>Правила ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Правила и приёмы соблюдения личной гигиены подростком. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.</p> <p>Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Глажение изделий из различных видов тканей. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.</p> <p>Яйца. Жиры. Виды жиров, растительного масла. Мука и крупы. Виды муки. Виды круп. Обед. Мясные блюда.</p> <p>Изделия из теста. Рынки. Виды продовольственных рынков. Различия рынка и магазина. Права покупателя.</p> <p>Санузел и ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате. Уборка санузла. Моющие средства, используемые при уборке. Насекомые и грызуны в доме.</p> <p>Уход за грудным ребёнком. Одевание и пеленание. Уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек.</p> <p>Первая помощь при несчастных случаях. Обморожение, отравление, солнечный удар. Виды врачебной помощи на дому.</p> <p>Телефонная связь. Виды телефонной связи. Междугородная связь. Сотовые компании. Тарифы.</p> <p>Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия.</p>
9	<p>Авиатранспорт. Аэровокзал. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда.</p> <p>Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.</p> <p>Стиль одежды. Мода. Обновление одежды (замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке.</p> <p>Магазины по продаже одежды. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.</p> <p>Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Составление меню для обеда. Отбор продуктов. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервировка. Фруктовые напитки: соки, нектары. Ужин. Блюда для ужина.</p> <p>Холодный и горячий ужин. Домашние заготовки.</p> <p>Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Убранство жилых комнат. Сохранение жилищного фонда.</p> <p>Российская семья. Семейные традиции. Взаимоотношения в семье. Распределение обязанностей. Семейные ситуации. Семейный досуг. Отдых.</p> <p>Уход за больным на дому. Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.</p>

Виды переводов. Экскурсия на почту. Виды связи. Интернет – связь.
 Исполнительные органы государственной власти. Муниципальные власти. Учреждения и отделы по трудоустройству. Знакомство с профилем учреждений. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги и правила их составления.

Учебный план предмета «ОСЖ» для 5-9 классов

КЛАСС	1 ЧЕТВЕРТЬ	2 ЧЕТВЕРТЬ	3 ЧЕТВЕРТЬ	4 ЧЕТВЕРТЬ	ВСЕГО ЗА ГОД
5	16ч.	16 ч.	20ч.	16	68ч.
6	16 ч.	16 ч.	20 ч.	16 ч.	68 ч.
7	16 ч.	16 ч.	20 ч.	16 ч.	68 ч.
8	16 ч.	16 ч.	20 ч.	16 ч.	68 ч.
9	16ч.	16 ч.	20 ч.	16 ч.	68 ч.
					Всего: 340 часов

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Учебно-методическое обеспечение:

- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова «Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», Г.И.Ц. «Владос», Москва, 2005.
- 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/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.

2. Учебники:

- Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида («Социально-бытовая ориентировка») 5-9 классы автор: В.П.Субчева). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013-2014.

3. Рабочие тетради:

- Миронюк З.Н., Ивершина Н.А. Социально- бытовая ориентировка. 5-9 классы: рабочая тетрадь для учащихся спец. (коррекц.) шк.- М.: Издательство ВЛАДОС, 2016-2017г.

4. Учебно-практическое оборудование:

- литература для специальной (коррекционной) по вопросам этики и психологии семейной жизни, обслуживающего труда, питания, гигиены, воспитания).
- раздаточный дидактический материал (сюжеты для моделей реальных ситуаций, дидактических игр, упражнений подборки вырезок из журналов и газет и т.д.)
- карточки для индивидуальной работы (план описания, опорные конспекты, технологические карты).