Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Алтарикская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена на заседании МО начальных классов Руководитель МО В.В.Хороших «29» августа 2024 г	Согласована зам.директора .по УВР Е.П.Смолякова «30» августа 2024 г	Утверждена директором МБОУ Алтарикская СОШ Е.Ю. Ахметова Приказ №116 «30» августа 2024 г
---	--	--

Рабочая программа по предмету

Основы социальной жизни

9 класс

(составлена на основе АООП ООО для детей с легкой умственной отсталостью)

2024-2025 учебный год

Составитель:

Бескиерь Галина Анатольевна

Алтарик, 2024

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа (далее АРП) учебного предмета «Основы социальной жизни» (далее ОСЖ) составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №7»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189 (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 № 19993);
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.32.86-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы» под редакцией В. В. Воронковой. М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013 г. Сб. № 1.

АРП учебного предмета ОСЖ рассчитана на 5 лет

Целью данной программы является развитие социальной компетентности у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и подготовка их к самостоятельной жизни в социуме.

Основные задачи:

- формирование у воспитанников специальной (коррекционной) школы-интерната знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

Предмет ОСЖ изучается с 5 по 9 классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Изучаемый предмет имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях по ОСЖ знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Только комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

Занятия по ОСЖ проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

I. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

В результате реализации АРП учебного предмета ОСЖ у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

Учащиеся должны знать:

- Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей, утюжка изделий.
- Способы и последовательность приготовления изделий из теста, заморозки овощей и зелени.
- Типы кожи и правила ухода за кожей лица.
- Правила периодичности кормления ребенка из соски и ложки, купание ребенка, одевание и пеленание грудного ребенка.
- Правила поведения юношей и девушек при знакомстве в общественных местах, дома, внешний вид.
- Правила и периодичность уборки кухни, моющие средства.
- Основные автобусные маршруты.
- Правила пользования телефонным справочником, виды заказов междугороднего телефонного разговора.
- Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: ожог, обморожение, тепловой и солнечный удар.
- Основные статьи доходов и расходов в семье, размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии.
- Ассортимент товаров в различных специальных магазинах, стоимость промышленных и продовольственных товаров.
- Адрес муниципалитета, функции отделов муниципалитета.

Учащиеся должны уметь:

- Стирать, сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, утюжка блузок и рубашек.
- Готовить изделия из разных видов теста, заморозить зелень и овощи.
- Выбирать косметические средства в зависимости от состояния кожи, времени года.
- Купать, одевать, пеленать куклу, кормить, содержать в порядке детскую постель, игрушки.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома, подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст.
- Мыть кафельные стены и раковину, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.
- Пользоваться расписанием, покупать билет, определять стоимость проезда.

- Объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, культурно разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожогах, отмораживании, тепловом и солнечном ударе.
- Подсчитать расходы, снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, планировать крупные покупки.

9 класс

Учащиеся должны знать:

- О вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.
- Стиль одежды и моды, гарантийные сроки носки, правила возврата покупок, санитарно-гигиенические требования и правила по Т.Б. при работе со средствами для выведения пятен.
- Порядок и условия заключения и расторжения брака, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.
- Требования к культуре поведения, нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей.
- Способы приготовления национальных и диетических блюд, правила сервировки праздничного стола.
- Основные службы аэровокзала, основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения авиабилетов, правила регистрации билета и багажа, правила посадки и безопасного поведения в самолете.
- Отделы рынка, цены на отдельные товары, отличия цен на ярмарке, рынке, в магазинах.
- Меры по предупреждению инфекционных заболеваний, условия освобождения от работы (по болезни и ухода за больным).
- Учреждения и отделы по трудоустройству.
- Виды документов необходимых для поступления на работу, правила перехода на другую работу.
- Правила расстановки мебели в квартире. Требования к подбору занавесей. Светильников и других деталей интерьера.
- Виды оказываемых услуг бытовой сферы, профессии работников предприятий.
- Современные виды связи, денежные переводы и их стоимость.
- Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Учащиеся должны уметь:

- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей, соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.
- Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.
- Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размерами, выводить пятна различными способами и средствами.
- Сервировать праздничный стол, готовить национальные блюда и блюда диетического питания, составлять меню праздничного стола.
- Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями, вежливо обращаться к продавцу, подсчитывать стоимость покупки.
- Ориентироваться в расписании авиарейсов, определять маршрут и выбирать транспортные средства.
- Одевать, умывать, кормить больного, измерять температуру, ставить горчичники.
- Заполнять бланки почтово-телеграфного перевода.
- Заполнять анкету, писать заявления о принятии на работу, учебу, автобиографию, обращаться в отделы кадров для устройства на работу.
- Составлять заявки на материалы, инструменты, написать расписку, докладную записку.

Содержание разделов и тем

Одежда и обувь

Мода. Стиль одежды.

Способы определения собственного размера одежды и обуви.

Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.

Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде.

Практические работы

Определение собственного размера обуви и одежды.

Экскурсии

В специализированный магазин «Одежда», «Обувь».

Семья

Российская семья. Основы семейных отношений.

Условия создания семьи.

Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.

Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.

Культура поведения

Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при общении.

Сюжетно-ролевые игры

« Мои соседи».

Питание

Диетическое питание, его виды.

Национальные блюда, их виды.

Составление меню диетического питания.

Меню и сервировка праздничного стола.

Практические работы

Приготовление диетического блюда.

Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.

Приготовление вареников с картофелем.

Составление меню и сервировка праздничного стола.

Жилище

Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.

Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.

Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт жилья.

Практические работы

Рациональная расстановка мебели (макет).

Транспорт

Назначение авиатранспорта. Аэропорт.

Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.

Правила поведения в аэропорту. Правила посадки и безопасного поведения в самолете.

Сюжетно-ролевые игры

« Я - пассажир авиатранспорта», «Ситуации в полете».

Торговля

Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.

Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену.

Средства связи

Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).

Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.

Правила безопасного пользования интернетом.

Практические работы

Заполнение бланка почтового денежного перевода.

Экскурсии

В салон сотовой связи, почтовое отделение.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания.

Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.

Уход за больным.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.

Сюжетно-ролевые игры

«Больной в доме».

Практические работы

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций.

Профориентация и трудоустройство

Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.

Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.

Документы, необходимые для поступления на работу.

Правила составления деловых бумаг.

Ситуация выбора после окончания 9 класса.

Экскурсии

В Центр занятости населения.

В профессиональные учебные заведения.

Сюжетно-ролевые игры

«Я подаю документы ...».

Личная гигиена

Я - выбираю здоровый образ жизни!

Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.

III. Формы организации учебных занятий

Решение образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач требует использования на уроке ОСЖ различных методов обучения:

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ОСЖ используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ОСЖ.

Практические работы – целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

Экскурсии – им отводится значительное место в АРП. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевые игры - применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Медицинская помощь», «Культура поведения» и др.

Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала.

Календарно - тематическое планирование в 9 классе

№ п / п	Тема урока	Кол-во часов	Дата		Примечание
Одежда и обувь					
1-2	Мода. Стиль одежды.	2			
3-4	Способы определения собственного размера одежды и обуви.	2			
Питание					
5-6	Диетическое питание, его виды.	2			
7-8	Составление меню диетического питания.	2			
9-10	Пр.р. Приготовление диетического блюда.	2			
Семья					
11-12	Российская семья. Основы семейных отношений. Условия создания семьи.	2			
13-14	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.	2			
15-16	Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.	2			

Культура поведения					
17-18	Соседи.	2			
19-20	Приём гостей.	2			
21-22	Правила хорошего тона при общении.	2			
23-24	Сюжетно-ролевая игра: « Мои соседи».	2			
Жилище					
25-26	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.	2			
27-28	Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.	2			
Транспорт					
29-30	Назначение авиатранспорта. Аэропорт.	2			
31-32	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.	2			
Средства связи					
33-34	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).	2			
35-36	Практическая работа. Заполнение бланка почтового денежного перевода.	2			

Торговля					
37-38	Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.	2			
39-40	Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену. Сюжетно-ролевая игра: «На рынке».	2			
Медицинская помощь					
41-42	Инфекционные заболевания.	2			
43-44	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	2			
45-46	Уход за больным.	2			
47-48	Сюжетно-ролевая игра: «Больной в доме».	2			
Учреждения, организации и предприятия					
49-50	Предприятие бытового обслуживания.	2			
51-52	Виртуальная экскурсия на предприятие бытового обслуживания с целью ознакомления с видами деятельности.	2			
Профориентация и трудоустройство					
53-54	Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.	2			

55-56	Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.	2			
57-58	Экскурсия в Центр занятости города Георгиевска.	2			
59-60	Экскурсия в Центр занятости города Георгиевска.	2			
61-62	Документы, необходимые для поступления на работу.	2			
63-64	Правила составления деловых бумаг.	2			
65-66	Итоговый урок	2			
Итого: 66 часов					

Материально- техническое обеспечение образовательного процесса

Учебная литература

1. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
2. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
3. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
4. Львова С.А., Справочник выпускника. – М., ВЛАДОС, 2009

Научно – методическая литература

1. Львова С.А., Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. – М., ВЛАДОС, 2005
2. Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС, 2006
3. Стариченко Т.Н. Формирование экономико-бытовых знаний и умений у старшеклассников вспомогательной школы. Учебно-методическое пособие для студентов педвузов и учителей вспомогательных школ. – Екатеринбург, 1996
4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012

Литература для учащихся.

1. Павел Астахов. Я и дорога. 2-е издание-Москва; Эскимо 2012.
2. Терновская. Секреты домоводства. Издательство Махнат 1993
Технические средства обучения
 1. Персональный ноутбук;
 2. Многофункциональное устройство;
 3. Мультимедийный проектор;
 4. Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию программы «Основы социальной жизни».