

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа № 1 г. Ангарска»

Приложение к АООП, вариант 1

Рабочая программа по предмету
«Основы социальной жизни»

АООП, вариант 1

Класс: 7 «А»
учитель: Кривогорницына Л.Н.
Учебный год: 2024-2025

Пояснительная записка

Образовательная программа по учебному предмету «Основы социальной жизни», предметная область «Человек и общество», разработана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с 5 по 9 класс на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), ГОКУ СКШ №1 г. Ангарска от 01.09.2023 г.

Место учебного предмета: основы социальной жизни определено учебным планом учреждения, относится к образовательным областям обязательной части.

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

Задачи образовательного курса:

- формирование знаний, умений, навыков, сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение уровня общего развития учащихся, и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции речи как неременное условие социальной адаптации.

Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его усвоения обучающимися воспитанниками. Курс данного предмета для 7 «а» класса составлена с учетом психофизических особенностей, учащихся с интеллектуальной недостаточностью.

Учащиеся специальной (коррекционной) школы, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности. При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

Согласно действующему учебному плану на изучении курса по основам социальной жизни отводится – 69 часов (2 часа в неделю).

Характерными особенностями учебного предмета являются:

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

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно – развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка)..

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» в 7 «а» классе.

«Личная гигиена»

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.

«Одежда и обувь»

Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат, использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.

«Питание»

Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

«Семья»

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.

«Культура поведения»

Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки

«Жилище»

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.

«Транспорт»

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов, порядок сдачи и получения его.

«Торговля»

Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.

«Средства связи»

Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Письма. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.

«Медицинская помощь»

Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.

«Учреждения, организации и предприятия»

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

Планируемые результаты

Коммуникативные:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых);
- слушать собеседника, вступать в диалог, уметь поддерживать его, признавать возможность существования различных точек зрения, и право каждого придерживаться своей точки зрения;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения, оценивать события;
- дифференцированно использовать различные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование и т. д.) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый-незнакомый и т. п.);
- использовать разные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач, в том числе информационные источники.

Регулятивные:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса;
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно воспринимать правила школьного поведения (вставать при ответе, поднимать руку и т.п)
- работать с учебными принадлежностями (тетрадами, учебниками, инструментами, инвентарем)
- передвигаться по школе, находить свой класс и другие необходимые помещения.

Личностные и предметные результаты:

7 класс	
Личностные результаты	
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; - овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; - овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни; - овладение 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;	
Предметные результаты	
Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
• Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. • Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук. • Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей. • Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки. • Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков. • Последовательность проведения регулярной и сезонной	• Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день. • Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами. • Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины. • Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними. • Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры. • Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна. • Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала. • Приобретать товары с учетом их необходимости и своих

уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия. • Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов. • Назначение и различие универмага и универсама. • Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров. • Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях. • Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.	финансовых возможностей. • Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка. • Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему. • Обращаться с вопросами к работникам предприятия.
---	---

Материально-техническое обеспечение

Уроки «ОСЖ» проводятся в отдельном, хорошо освещенном кабинете площадью 56,3 кв.м, оснащенном учебной мебелью и мебелью для хранения дидактического материала. В кабинете имеется магнитная доска. Согласно требованиям СанПиН стены ½ окрашены в светлый тон, теплого оттенка. Пол покрыт линолеумом, имеются зеленые растения различного размера. Дидактическое оснащение представлено в таблице «Программно-методическое обеспечение»

Программно-методическое обеспечение

предмет	класс	Реализуемая учебная программа	Учебники	Дополнительное учебно-дидактическое сопровождение предмета	Наглядность	Дидактические комплексы (тематические папки)	Дидактические игры
ОСЖ	7 «А»	1. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5-9 классы под редакцией В.В. Вороноковой (авторы коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» В.И. Романина, Н.П. Павлова) М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2012 год 2. Адаптированная основная общеобразовательная программа ГОКУ СКШ № 1 г. Ангарска», 2023 год.		1) Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы: развернутое тематическое планирование /автор-составитель С.А. Львова.- Волгоград: Учитель 2012 г. 2) Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2014 г. 3) Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида:	1) Демонстрационные материалы 2) Таблицы по программному материалу 3) Раздаточный материал (карточки, бланки деловых бумаг, теоретический материал) 4) Образцы 5) Технические средства обучения: ноутбук 6) Презентации по изучаемым темам	1) Папки по разделам: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Культура поведения», «Питание», «Жилище», «Транспорт», «Торговля» 2) Таблицы 3) Контрольно-измерительные материалы (по всему изучаемому материалу)	1) Коррекционные-развивающие задания и упражнения. Загадки, ребусы, кроссворды, пословицы, поговорки, скороговорки и 2) Сюжетно-ролевые игры

Календарно-тематическое планирование по ОСЖ 7 «а» класс

№ п/п	№ п/ч	Тема	Количес тво часов	дата		Основные виды учебной деятельности	Примечание
				Кален д.	Факт.		
		I четверть	16				
		Личная гигиена	2			Рассказ, объяснение учителя, обсуждение, беседа, работа с наглядно- демонстративным материалом, словарная работа, тренировочные упражнения, тестирование, работа по индивидуальным карточкам, творческие задания, подготовка презентационного материала, практическая работа, сюжетно- ролевые игры,	
1	1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены	1	03.09			
2	2	Правила сохранения чистоты и здоровья тела	1	04.09			
		Семья.	5				
3	3	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1	10.09			
4	4	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку	1	11.09			
5	5	Разучивание тихих подвижных игр.	1	17.09			
6	6	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста	1	18.09			
7	7	Паспорт. Получение паспорта.	1	24.09			

		Жилище	9			экскурсии, моделирование реальных сюжетных ситуаций.	
8	8	Значение жилища для человека.	1	25.09			
9	9	Регулярная уборка жилого помещения – ежедневная, еженедельная (повторение).	1	01.10			
10	10	Сезонная уборка жилого помещения.	1	02.10			
11	11	Подготовка квартиры к зиме и лету.	1	08.10			
12	12	Способы и периодичность ухода за окнами.	1	09.10			
13	13	Виды моющих средств.	1	15.10			
14	14	Виды мебели: мягкая, корпусная, столы, стулья.	1	16.10			
15	15	Способы ухода за мебелью. Средства и приспособления по уходу	1	22.10			
16	16	Обобщение тем по разделу «Жилище»	1	23.10			
		II четверть	16				
		Средства связи.	4				
17	1	Виды почтовых отправлений	1	05.11			
18	2	Виды бандеролей. Порядок их отправления.	1	06.11			
19	3	Упаковка посылок, бандеролей	1	12.11			
20	4	Заполнение бланка.	1	13.11			

		Культура поведения.	4				
21	5	Правила поведения в гостях.	1	19.11			
22	6	Ролевая игра «Вы пришли в гости».	1	20.11			
23	7	Выбор подарка. Правила вручения и прием подарка.	1	26.11			
24	8	Ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».	1	27.11			
		Промышленные предприятия.	4				
25	9	Промышленные предприятия.	1	03.12			
26	10	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятии.	1	04.12			
27	11	Виды выпускаемой продукции.	1	10.12			
28	12	Названия рабочих специальностей.	1	11.12			
		Транспорт.	4				
29	13	Междугородный железнодорожный транспорт.	1	17.12			
30	14	Железнодорожный вокзал. Приобретения билетов.	1	18.12			
31	15	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1	24.12			

32	16	Обобщение тем по разделу «Транспорт»	1	25.12		моделирование реальных сюжетных ситуаций	
		III четверть	20				
		Бюджет.	6				
33	1	Деньги (монета, купюра, валюта) из назначение в нашей жизни	1	14.01			
34	2	Бюджет семьи. Источники дохода.	1	15.01			
35	3	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1	21.01			
36	4	Определение дохода	1	22.01			
37	5	Мелкие расходы	1	28.01			
38	6	Обобщение тем по разделу «Бюджет»	1	29.01			
		Питание.	10				
39	7	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи.	1	04.02			
40	8	Технология приготовления закусок	1	05.02			
41	9	Приготовление закуски.	1	11.02			
42	10	Технология приготовления горячих бутербродов	1	12.02			
43	11	Приготовление горячих бутербродов	1	18.02			
44	12	Технология приготовления первых из овощей	1	19.02			

45	13	Приготовление щей их свежей капусты с картофелем	1	25.02			
46	14	Технология приготовления вторых блюд	1	26.02			
47	15	Приготовление вторых блюд . Гречка с фаршем	1	04.03			
48	16	Приготовление третьих блюд. Компот из фруктов	1	05.03			
		Торговля.	2				
49	17	Универмаги и специализированные магазины, их отделы.	1	11.03			
50	18	Назначение магазинов. Порядок приобретения товаров.	1	12.03			
		Одежда и обувь.	9			Рассказ, объяснение учителя, обсуждение, беседа, работа с наглядно-демонстративным материалом, словарная работа, тренировочные упражнения, тестирование, работа по индивидуальным карточкам, творческие задания, подготовка	
51	19	Ремонт одежды – наложение заплат.	1	18.03			
52	20	Ремонт одежды – штопка разорванного места.	1	19.03			
		IV четверть	17				
53	1	Ручная стирка белой х/б ткани.	1	01.04			
54	2	Стирка хлопчатобумажного белья вручную	1	02.04			
55	3	Стирка белья с помощью стиральной машины	1	08.04			
56	4	Утюжка прямого белья.	1	09.04			
57	5	Утюжка спортивной одежды.	1	15.04			
58	6	Виды услуг химчистки.	1	16.04			
59	7	Правила обращения в пункты химчистки	1	22.04			

		Медицинская помощь.	10			презентационного материала, практическая работа, сюжетно- ролевые игры, экскурсии, моделирование реальных сюжетных ситуаций	
60	8	Домашняя аптечка (ее состав).	1	23.04			
61	9	Назначение и хранение домашней аптечки.	1	30.04			
62	10	Измерение температуры тела с помощью термометра	1	06.05			
63	11	Лекарственные растения.	1	07.05			
64	12	Лекарственные растения.	1	13.05			
65	13	Приготовление отваров, настоев.	1	14.05			
66	14	Первая медицинская помощь при травме (ранах) – микротравмы, ушибы.	1	20.05			
67	15	Первая медицинская помощь при травме (ранах) – вывих, перелом.	1	21.05			
68	16	Пищевые отравления	1	27.05			
69	17	Тест «Оказание первой помощи»	1	28.05			
		Итого:69					