

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

Приложение к АООП, вариант 1

Рабочая программа по предмету
«Основы социальной жизни»

Класс: 5 «А»
Учитель: Бурунова С.Н.
Учебный год: 2023-2024

Пояснительная записка

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

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп. вступ. в силу с 01.09.2023);
- 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:

- овладение обучающимися 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.

Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его усвоения обучающимися воспитанниками. Курс данного предмета для 5 «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 отводиться – 66 часов (2 час в неделю), (праздничные дни – 8.03; 10.05)

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 ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Раздел «Введение» – 1 час

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила, обучающихся школы

Практическая работа: Беседа.

Раздел «Личная гигиена и здоровье» – 5 часов

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы

Практическая работа: Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

Раздел «Транспорт» - 4 часа

Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

Практическая работа: Составление маршрута от дома до школы. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Раздел «Одежда и обувь» - 6 часов

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.

Практическая работа: Чистка и сушка повседневной одежды, обуви.

Раздел «Культура поведения» - 4 часов

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом; правила этикета.

Практическая работа: Правила поведения за столом.

Раздел «Питание» - 7 часов

Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов, использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.

Практическая работа: Сервировка стола к завтраку. Приготовление бутербродов. Приготовление салата винегрет.

Раздел « Жилище» - 4 часа

Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

Практическая работа: Сухая и влажная уборка помещений.

Раздел «Торговля» - 4 часа

Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.

Практическая работа: Правила поведения в магазине. Оплата покупки.

Личностные и предметные результаты:

Личностные результаты	
<ul style="list-style-type: none"> - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости; - осознание своей национальности; - уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину; - принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения; - определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя; - сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности; - умение устанавливать личностный смысл; - понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов; - умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности; - уважительное отношение к чужому мнению. 	
Предметные результаты	
Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<p>представления о необходимости соблюдения правил личной гигиены;</p> <p>представление о необходимости содержания одежды и обуви в чистоте;</p> <p>представления о значении продуктов питания для здоровья;</p> <p>приготовление холодного завтрака; правила пользования ножом, плитой,</p> <p>электрочайником; знание своего почтового адреса; знание состава семьи;</p>	<p>знание последовательности выполнения утреннего и вечернего туалета; знание правил охраны зрения; знание правил ухода за одеждой;</p> <p>знание правил мытья посуды и уборки помещения; приготовление горячего завтрака;</p> <p>варианты проезда до школы различными видами транспорта;</p>

Планируемые предметные результаты освоения программы «Основы социальной жизни»:

<i>Минимальный уровень</i>	<i>Достаточный уровень</i>
Введение	
<ul style="list-style-type: none"> -знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»; -находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»; -знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни». 	<ul style="list-style-type: none"> -знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»; -соблюдать правила техники безопасности в кабинете; -соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».
Личная гигиена и здоровье	
<ul style="list-style-type: none"> -знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога; -знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета. 	<ul style="list-style-type: none"> -уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности; -знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены; -выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.
Одежда и обувь	
<ul style="list-style-type: none"> знать отдельные виды одежды и обуви; -выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога; -соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону; -различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения; -уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.
Питание	

<p>знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);</p> <p>-знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;</p> <p>-иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;</p> <p>-уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.</p>	<p>-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;</p> <p>-знать и соблюдать режим питания;</p> <p>-знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;</p> <p>-знать о значении завтрака для здоровья человека;</p> <p>-знать и уметь составлять меню завтрака;</p> <p>-знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;</p> <p>-знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;</p> <p>-знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;</p> <p>-уметь готовить блюда из яиц;</p> <p>-знать основные напитки, подаваемые на завтрак;</p> <p>-уметь заваривать чай, варить кофе;</p> <p>-уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.</p>
<p>Культура поведения</p>	
<p>Знать правила поведения в общественных местах</p>	<p>Уметь и соблюдать правила поведения в общественных местах.</p>
<p>- Жилище</p>	
<p>- знать свой домашний почтовый адрес;</p> <p>-уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).</p>	<p>-знать типы жилых помещений;</p> <p>-знать название жилых комнат, и их назначение;</p> <p>- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.</p>
<p>Торговля</p>	
<p>Основные виды магазинов, их назначение, виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них,</p>	<p>Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.</p>

Транспорт	
<ul style="list-style-type: none"> -знать название транспортных средств; -соблюдать правила поведения в общественном транспорте; -уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога. 	<ul style="list-style-type: none"> -знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату; -знать варианты проезда до школы различными видами транспорта; -уметь оплачивать проезд в общественном транспорте; -знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.
Семья	
<ul style="list-style-type: none"> - знать понятие «Семья, - уметь различать родственные отношения - умение выполнять определенные обязанности в семье; 	<ul style="list-style-type: none"> знание своих прав и обязанностей в семье;

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	5 «А»	<p>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</p> <p>2. Адаптированная основная общеобразовательная программа ГОКУ СКШ № 1 г. Ангарска», 2023 г.</p>		<p>1) Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы: развернутое тематическое планирование /автор-составитель С.А. Львова.- Волгоград: Учитель 2012 г.</p> <p>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.</p> <p>3) Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида:</p>	<p>1) Демонстрационные материалы</p> <p>2) Таблицы по программному материалу</p> <p>3) Раздаточный материал (карточки, бланки деловых бумаг, теоретический материал)</p> <p>4) Образцы</p> <p>5) Технические средства обучения: ноутбук</p> <p>6) Презентации по изучаемым темам</p>	<p>1) Папки по разделам: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Культура поведения», «Питание», «Жилище», «Транспорт», «Торговля»</p> <p>2) Таблицы</p> <p>3) Контрольно-измерительные материалы (по всему изучаемому материалу)</p>	<p>1) Коррекционно-развивающие задания и упражнения. Загадки, ребусы, кроссворды, пословицы, поговорки, скороговорки</p> <p>2) Сюжетно-ролевые игры</p>

Календарно-тематическое планирование по предмету: «Основы социальной жизни» 5 «а» класс

№ п/п	№ п/ч	Название темы	Кол-во часов	Дата		Основные виды учебной деятельности	примечание
				По календарю	По факту		
		Ичетверть – 18 часов				Рассказ, объяснение учителя, обсуждение, беседа, работа с наглядно-демонстративным материалом, словарная работа, тренировочные упражнения, тестирование, работа по индивидуальным карточкам, творческие задания, презентационного материала, практическая работа, сюжетно-ролевые игры, реальных сюжетных ситуаций.	
		Раздел «Введение»	1				
1	1	Вводный урок. Что такое ОСЖ?	1	1.09			
		Раздел «Личная гигиена и здоровье»	9				
2	2	Правила личной гигиены в течение дня.	1	6.09			
3	3	Предметы и средства личной гигиены.	1	8.09			
4	4	Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	1	13.09			
5	5	Уход за полостью рта.	1	15.09			
6	6	Уход за ушами.	1	20.09			
7	7	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека	1	22.09			
8	8	Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз)	1	27.09			
9	9	Уход за волосами. Здоровье и красота прически.	1	29.09			
10	10	Обобщение тем по разделу «Личная гигиена»	1	4.10			
		Раздел «Одежда и обувь»	7				
11	11	Значение одежды, головных уборов и обуви	1	6.10			

12-13	12-13	Виды одежды и головных уборов.	2	11.10 13.10				
14-15	14-15	Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	2	18.10 20.10				
16	16	Виды обуви. Повседневный уход за обувью.	1	25.10				
17	17	Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь»	1	27.10				
		II четверть – 16 часов						
		Раздел «Питание»	11					
18	1	Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей.	1	8.11			<p>Рассказ, объяснение учителя, обсуждение, беседа, работа с наглядно-демонстративным материалом, словарная работа, тренировочные упражнения, тестирование, работа по индивидуальным карточкам, творческие задания, презентационного материала, практическая работа, сюжетно-</p>	
19	2	Место приготовления пищи и оборудование	1	10.11				
20	3	Посуда и приборы. Правила и приемы ухода за посудой.	1	15.11				
21	4	Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки.	1	17.11				
22	5	Сервировка стола к завтраку.	1	22.11				
23-24	6-7	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды	2	24.11 29.11				
25	8	Приготовление салатов и винегретов.	1	1.12				
26	9	Правила заваривания чая.	1	6.12				
27	10	Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца	1	8.12				
28	11	Обобщение тем по разделу «Питание»	1	13.12				

		Раздел «Культура поведения»	5			ролевые игры, экскурсии реальных сюжетных ситуаций.	
29	12	Осанка. Значение осанки.	1	15.12			
30	13	Формы обращения к старшим и сверстникам при встречи и расставании. Приемы обращения с просьбой	1	17.12			
31-32	14-15	Правила поведения за столом. Сервировка стола к чаепитию.	2	22.12 24.12			
33	16	Обобщение тем по разделу	1	29.12			
		III четверть – 18 часов					
		Раздел «Жилище»	9				
34-35	1-2	Виды жилых помещений в городе и селе (деревне): дом, квартира.	2	10.01 12.01			
36	3	Варианты квартир и подсобных помещений.	1	17.01			
37-38	4-5	Почтовый адрес дома, школа. Написание адреса на конверте.	2	19.01 24.01			
39	6	Гигиенические требования к жилому помещению	1	26.01			
40	7	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли.	1	31.01			
41	8	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила подметания пола.	1	2.02			
42	9	Обобщение тем по разделу «Жилище».	1	7.02			
		Раздел «Торговля»	9				
43	10	Виды торговых предприятий. Их значение для людей, и животных.	1	9.02			

44-45	11-12	Основные виды магазинов, их значение. Правила поведения в магазине.	2	14.02 16.02		<p>Рассказ, объяснение учителя, обсуждение, беседа, работа с наглядно-демонстративным материалом, словарная работа, тренировочные упражнения, тестирование, работа по индивидуальным карточкам, творческие задания, презентационного материала, практическая работа, сюжетно-ролевые игры, экскурсии реальных сюжетных ситуаций.</p>
46-47	13-14	Виды отделов продуктовых и промышленных магазинах.	2	21.02 28.02		
48	15	Виды товаров: фасованные, на развес и в розлив.	1	1.03		
49	16	Порядок покупки товара, в продуктовом магазине. Срок годности	1	6.03		
50	17	Оплата разными способами.	1	13.03		
51	18	Обобщение тем оп разделу «Торговля»	1	15.03		
		IV четверть - 15				
		Раздел «Транспорт»	6			
52	1	Виды транспортных средств.	1	27.03		
53-54	2-3	Поведение в транспорте и на улице	2	29.03 3.04		
55-56	4-5	Правила и знаки дорожного движения	2	5.04 10.04		
57	6	Обобщение тем по разделу «Транспорт»	1	12.04		
		Раздел «Семья»	9			
58	7	Понятие «семья»; состав семьи	1	17.04		
59-60	8-9	Семья, родственные отношения в семье	2	19.04 24.04		

61	10	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.	1	26.04			
62	11	Место работы членов семьи.	1	8.05			
63	12	Состав семьи учащихся, взаимоотношение в семье	1	15.05			
64	13	Личные взаимоотношения в семье.	1	17.05			
65	14	Права и обязанности каждого члена семьи.	1	22.05			
66	15	Обобщение тем по разделу «Семья»	1	24.05			
		Итого: 66 часов					