

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Муниципальное образование "Муниципальный округ Кизнерский район
Удмуртской Республики в лице Администрации муниципального
образования "Муниципальный округ Кизнерский район Удмуртской
Республики"
МБОУ Кизнерская сельская ООШ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

СОГЛАСОВАНО

на педсовете

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

Газизова Е.П.

Протокол №4
от «29» августа 2024 г.

Костина Н.В.

Протокол №7
от «30» августа 2024 г.

Костина Н.В.

Приказ №57
от «30» августа 2024 г.

Рабочая программа

ПО ПРЕДМЕТУ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями, вариант 1)

6 КЛАСС

с. Кизнер, 2024 г.

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», 2013г.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 непременное 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.

6 класс

Учащиеся должны знать:

- Правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены во время выполнения физических упражнений, походов, правила ухода за руками.
- Правила стирки изделий из хлопчатобумажных тканей, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.
- Состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, правила поведения в семье.
- Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.
- Способы первичной и тепловой обработки круп, овощей, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него.
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно-гигиенические требования, назначение пылесоса и уход за ним.
- Основные транспортные средства, стоимость проезда на пригородном железнодорожном транспорте, порядок приобретения билетов.
- Виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.

- Виды медицинской помощи и медицинских учреждений, функции основных врачей-специалистов.
- Основные средства связи; виды почтовых отправлений, стоимость почтовых услуг при отправлении писем различного вида.
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес Дома культуры, какие кружки и секции в нем имеются.

Учащиеся должны уметь:

- Мыть руки, стричь ногти на руках и ногах; подбирать косметические средства для ухода за кожей рук.
- Пришивать пуговицы. Подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных тканей.
- Культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.
- Варить кашу на воде, отваривать картофель и готовить пюре, заваривать чай, оформлять готовые блюда.
- Производить сухую и влажную уборку помещения с использованием пылесоса, ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия, используя бытовые химические средства.
- Оплачивать проезд на всех видах транспорта, приобретать билет на железнодорожной станции на пригородные поезда.
- Выбирать доброкачественные продукты питания в продовольственном магазине, обращаться к продавцу, кассиру.
- Вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке.
- Записывать почтовые адреса с индексом на конвертах.

II. Содержание учебного предмета

Согласно учебному плану МБОУ «Кизнерская сельская ООШ» на изучение учебного предмета «ОСЖ» в 5 – 9 классах отводится 2 часа в неделю для каждого класса:

6 класс (68 часов)

Четверть	1	2	3	4
Кол-во часов	16	16	20	16

Тематическое планирование

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Личная гигиена	6	4	2
2.	Одежда	6	3	3
4.	Семья	3	2	1
5.	Культура поведения	6	3	3
6.	Питание	10	7	3
7.	Жилище	8	5	3
8.	Транспорт	4	2	2
9.	Торговля	6	3	3
10.	Медицинская помощь	6	3	3
11.	Средства связи	6	3	3
12.	Учреждения и организации	5	3	2
13.	Подведение итогов за год.	2	2	-
	Всего:	68	43	25

Личная гигиена

Значение закаливания организма для здоровья человека.

Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

Правила и приемы ухода за кожей рук.

Правила и приемы ухода за ногами.

Практические работы

Нанесение питательного крема на кожу рук.

Стрижка ногтей на ногах.

Одежда и обувь

Значение опрятного вида человека.

Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.

Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.

Практические работы

Пришивание пуговиц.

Стирка изделий из х/б тканей.

Глажение фартуков, косынок.

Семья

Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.

Права и обязанности каждого члена семьи.

Практические работы

Запись сведений о членах семьи.

Составление родового древа.

Культура поведения

Правила поведения в театре, кинотеатре.

Правила поведения в музее, библиотеке.

Правила поведения в школе во время занятий и на перемене.

Ролевые игры

«Посещение кинотеатра».

Экскурсии

В сельскую библиотеку.

Питание

Правила безопасной работы на кухне.

Хранение продуктов питания и готовой пищи (в холодильнике и без него).

Блюда из круп.

Картофель. Приготовление блюд из картофеля.

Чай. История чаепития в России.

Практические работы

Приготовление каши на воде.

Приготовление картофельного пюре.

Заварка чая.

Экскурсии

В продуктовый магазин.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.

Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.

Повседневная сухая и влажная уборка помещения.

Пылесос. Использование в уборке пылесоса.

Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.

Практические работы

Уборка спальни с использованием пылесоса.

Чистка пылесоса после уборки.

Транспорт

Пригородные поезда.

Расписание, направления, зоны.

Способы приобретения билетов.

Экскурсии

Виртуальная экскурсия на ж-д вокзал.

Торговля

Специализированные продовольственные магазины.

Виды товаров, отделы.

Практические работы

Определение срока годности товара на упаковке.

Экскурсии

В продовольственный супермаркет «Магнит».

Медицинская помощь

Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.

Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.

Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.

Сюжетно-ролевые игры

«Вызов скорой помощи».

Экскурсии

В аптеку.

Средства связи

Почта. Виды почтовых отправлений.

Виды писем. Порядок отправления письма различного вида.

Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Практические работы

Написание почтового адреса на конверте.

Экскурсии

На почту-телеграф.

Учреждения и организации

Дошкольные учреждения, их назначение.

Школьные учреждения, их назначение.

Дом культуры, его назначение для жителей.

Экскурсии

В Дом культуры с. Кизнер

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 оснащённости 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

IV.2. Календарно - тематическое планирование в 6 классе

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
Одежда и обувь			
1.	Значение опрятного вида человека.	1	
2.	Практическая работа. Пришивание пуговиц.	1	
3.	Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.	1	
4.	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей.	1	
5.	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.	1	
6.	Практическая работа. Глажение фартуков, косынок.	1	
Личная гигиена			
7.	Значение закаливания организма для здоровья человека.	1	
8.	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	1	
9.	Правила и приемы ухода за кожей рук.	1	
10.	Практическая работа. Уход за кожей рук.	1	
11.	Правила и приемы ухода за ногами.	1	
12.	Пр. р. Стрижка ногтей на ногах.	1	
Транспорт			
13.	Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны.	1	
14.	Способы приобретения билетов.	1	
15.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	1	
16.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	1	
Семья			
17.	Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.	1	
18.	Права и обязанности каждого члена семьи.	1	
19.	Практическая работа. Запись сведений о членах семьи.	1	
20.	Пр.р. Зарисовка родового древа.	1	
Учреждения и организации			
21.	Школьные учреждения, их назначение.	1	
22.	Дом культуры, его назначение для жителей.	1	
23.	Экскурсия Дом культуры с Кизнер	1	
24.	Экскурсия Дом культуры С Кизнер	1	
Средства связи			
25.	Почта. Виды почтовых отправлений.	1	
26.	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида.	1	
27.	Практическая работа. Написание почтового адреса на конверте.	1	
28.	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.	1	

29.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	1	
30.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	1	
Медицинская помощь			
31.	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.	1	
32.	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	1	
33.	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	1	
34.	Сюжетно-ролевая игра: «Амбулаторный прием».	1	
35.	Экскурсия в аптеку.	1	
36.	Экскурсия в аптеку.	1	
Жилище			
37.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1	
38.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.	1	
39.	Повседневная сухая и влажная уборка помещения.	1	
40.	Пылесос. Использование в уборке пылесоса.	1	
41.	Практическая работа. Уборка спальни комнаты с использованием пылесоса.	1	
42.	Практическая работа. Чистка пылесоса после уборки.	1	
43.	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	1	
44.	Практическая работа. Уход за мебелью в классе.	1	
Торговля			
45.	Специализированные продовольственные магазины.	1	
46.	Виды товаров, отделы магазина.	1	
47.	Правила выбора доброкачественных продуктов питания.	1	
48.	Практическая работа. Определение срока годности товара на упаковке.	1	
49.	Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит».	1	
50.	Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит».	1	
Питание			
51.	Правила безопасной работы на кухне (режущие инструменты, кипяток).	1	
52.	Хранение продуктов питания и готовой	1	

	пищи (в холодильнике и без него).		
53.	Блюда из круп.	1	
54.	Практическая работа. Приготовление каши на воде.	1	
55.	Картофель. Приготовление блюд из картофеля (отварной картофель, пюре).	1	
56.	Технология приготовления картофельного пюре.	1	
57.	Пр.р. Приготовление картофельного пюре.	1	
58.	Пр.р. Приготовление картофельного пюре.	1	
59.	Чай. История чаепития в России.	1	
60.	Практическая работа. Заварка чая.	1	
Культура поведения			
61.	Правила поведения в библиотеке.	1	
62.	Ролевая игра: «Посещение библиотеки».	1	
63.	Обобщение пройденного материала по разделу: «Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».	1	
64.	Обобщение пройденного материала по разделу: «Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».	1	
65.	Контрольное тестирование по разделу: «Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».	1	
66.	Работа над ошибками по контрольной работе	1	
67.	Экскурсия в сельскую библиотеку.		
68.	Экскурсия в сельскую библиотеку.	1	
Итого: 68 часов			