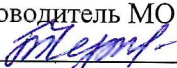
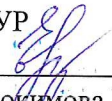


Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Общеобразовательная школа-интернат №6»

«Рассмотрено» на заседании МО  
Учителей специального коррекционного  
цикла  
Руководитель МО  
  
Чертова Т.В.  
Протокол № 1 от «16»августа 2023г.

«Согласовано»  
Заместитель директора школы  
по УР  
  
Евдокимова Е.В.  
«17»августа 2023 г.



## Адаптированная рабочая программа

По предмету: *основы социальной жизни*  
Класс 8«А»  
Учитель Новгородцева Н.А.  
2023-2024уч.г.

Принято на заседании  
педагогического совета школы  
протокол № 1 от 30.08.2023 г

## **Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

-Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1);

-Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МКОУ «ОШИ № 6»,

-Учебного плана МКОУ «ОШИ № 6» на 2023-2024уч.г. (рассмотрен на педагогическом совете, протокол № 7 от 09.06. 2023 г.; утвержден директором школы от 31.08.2023 г., приказ № 213).

**Цель** Создание благоприятных условий для коррекции и развития каждого ребенка на уровне, соответствующем его психофизическим особенностям и возможностям, обеспечение необходимой и достаточной подготовки ученика для дальнейшего обучения; всесторонняя подготовка к ведущей самостоятельной жизнедеятельности.

### **Задачи:**

-формирование знаний, умений, практических навыков, способствующих социальной адаптации.

- воспитание личностных качеств, необходимых для самостоятельной жизнедеятельности и трудоустройства (трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость);

- формирование базовых учебных действий (организация учебной и трудовой деятельности, выполнение действий в соответствии с планом, проверка и оценка работы; умение работать со справочным материалом и др.)

- формирование и совершенствование у детей с нарушением интеллекта необходимых навыков самообслуживания, безопасной работы и гигиены труда;

**Программа рассчитана на возможности обучения следующих групп учащихся 8 «А» класса:**

В классе 16 учащихся. По возможностям обучения в классе:

**1гр. – 6 ученика** Эти обучающиеся способны самостоятельно воспроизводить учебный материал, отвечая на вопросы. Техничко- технологические знания усвоены достаточно полно. Могут планировать и осуществлять свою работу. Приёмы самоконтроля и самооценки сформированы.

**2гр. – 6 учащихся** Эти ученики успешно обучаются, но испытывают некоторые затруднения. Самостоятельно использовать знания теоретической и практической деятельности могут только в простейших случаях. Практическую деятельность планируют и контролируют с помощью педагога. Эти дети не могут представить достаточно отчетливо те явления, события, предметы и факты, о которых им сообщается.

**3гр. – 2 учащихся** – обучающиеся учебный материал усваивают частично, воспроизводят отдельные несуществующие моменты. Полученные знания и умения не переносят в новую ситуацию. К самостоятельному планированию работы не способны. Приёмы контроля не сформированы, темп работы низкий.

**4гр. – 2 учащихся** Эти учащиеся овладевают учебным материалом на самом низком уровне. При этом только фронтального обучения для них явно недостаточно. Они нуждаются в выполнении большого количества упражнений, введении дополнительных приемов обучения, постоянном контроле и подсказках во время выполнения работ. Сделать выводы с некоторой долей самостоятельности, использовать прошлый опыт им недоступно. Учащимся требуется четкое неоднократное объяснение учителя при выполнении любого задания. Помощь учителя в виде прямой подсказки одними учениками используется верно, другие и в этих условиях допускают ошибки. Эти учащиеся не видят ошибок в работе, им требуется конкретное указание на них и объяснение к исправлению. Каждое последующее задание воспринимается ими как новое. Знания усваиваются чисто механически, быстро забываются. Они могут усвоить значительно меньший объем знаний и умений, чем предлагается программой вспомогательной школы.

### **Общая характеристика предмета(коррекционного курса).**

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Под социально- бытовой ориентировкой (СБО) подразумевается комплекс знаний и умений, непосредственно связанный с организацией собственного поведения и общения с окружающими людьми в различных социально-бытовых ситуациях. Важное значение имеет социально- бытовая ориентировка в процессе социализации детей с ограниченными возможностями здоровья. Дети с интеллектуальной недостаточностью испытывают определённые трудности в процессе социализации и социальной адаптации. Для коррекции этих трудностей и предназначены занятия по курсу ОСЖ, которые направлены на:

- накопление социально-эмоционального опыта, систематизацию внутреннего мира, регуляцию поведения;
- развитие навыков межличностного взаимодействия;
- расширение ролевого репертуара подростка и позитивное программирование его будущего.

### **Место учебного предмета в учебном плане.**

Предмет ОСЖ входит в обязательную часть учебного плана, предметную область «Человек и общество», рассчитана на 68 часа в год, 2 часа в неделю.

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в четверть				Количество часов в год
		I	II	III	IV	
<b>7</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>68</b>

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

Адаптированная рабочая программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

<b>Достаточный уровень</b>	<b>Минимальный уровень.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание названия учебного курса, цель учебного предмета;</li> <li>• знание о способах хранения и переработки продуктов питания;</li> <li>• умение составлять меню из предложенных продуктов питания;</li> <li>• умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;</li> <li>• экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии;</li> <li>• умение самостоятельно совершать покупки различных товаров и продуктов;</li> <li>• умение ежедневно соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;</li> <li>• умение соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;</li> <li>• различие одежды и обуви в зависимости от их назначения; подготовка одежды и обуви к сезонному хранению;</li> <li>• умение совершать покупки, выбирая продукты для приготовления конкретного меню;</li> <li>• знать состав семьи, родственные отношения между членами семьи;</li> <li>• знать виды транспорта, варианты проезда до школы различными видами транспорта, соблюдать правила дорожного движения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• иметь представление о кабинете СБО, его оборудовании;</li> <li>• иметь представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;</li> <li>• умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;</li> <li>• представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;</li> <li>• знание отдельных видов одежды и обуви и основных правил ухода за ними;</li> <li>• знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;</li> <li>• знание названий торговых организаций, их видов и назначения;</li> <li>• умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;</li> <li>• представление о различных видах средств связи;</li> <li>• знать виды транспорта, соблюдать правила дорожного движения;</li> <li>• знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах(магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);</li> </ul>

## **Базовые учебные действия**

### Личностные учебные действия:

- осознавать себя как гражданина России, имеющего определенные права и обязанности;
- соотносить собственные поступки и поступки других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепольную социальную деятельность, ориентироваться в социальных ролях;
- осознанно относиться к выбору профессии;

### Коммуникативные учебные действия:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- умение слушать собеседника;
- вступать в диалог и поддерживать его;
- использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

### Регулятивные учебные действия:

- умение принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- работать с учебными принадлежностями, инструментами;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

### Познавательные учебные действия:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-

пространственную организацию;

- извлекать под руководством педагога необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач;
- использовать готовые алгоритмы деятельности; устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости.
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале;
- использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий.
- осознанно относиться к выбору профессии;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

### **Содержание учебного предмета (коррекционного курса)**

**Программа курса СБО в 8 классе включает следующие разделы:**

1. Семья.
2. Транспорт.
3. Жилище.
4. Культура поведения.
5. Торговля.
6. Личная гигиена.
7. Одежда и обувь.
8. Питание.
9. Медицинская помощь.
10. Организации и учреждения.
11. Средства связи.
12. Экономика домашнего хозяйства.

Вводное занятие -беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Правила поведения в кабинете СБО. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

«Транспорт» - учащиеся продолжают знакомиться с различными видами транспорта. В 8 классе это – междугороднее сообщение, водный транспорт. Порт.

«Личная гигиена» - получают знания о приемах ухода за кожей лица. учатся ухаживать за волосами.

«Одежда и обувь» - учащиеся получают знания об уходе за шерстяными и синтетическими тканями. Экскурсия в химчистку .пользование услугами химчистки.

«Питание». В 8 классе учащиеся получают знания о видах теста, изделиях из него и способах его приготовления знакомятся с различными видами заготовок впрок. Продолжают работать с рецептами блюд..

«Культура поведения» - правила поведения в общественных местах, культура общения юноши и девушки .

«Семья» в 8 классе учащиеся изучают правила ухода за грудным ребенком в семье.

«Жилище» - моющие и чистящие средства для кухни и санузла. Инструкции к средствам. Правила безопасной работы.

«Торговля»- виды рынков. Экскурсия на рынок.

«Медицинская помощь» - первая помощь при ожогах, обморожениях. Первая помощь при отравлении; при тепловом и солнечном ударах.

«Организации и учреждения»- знакомство с департаментом и муниципалитетом города.

«Средства связи» -телефон, интернет, сотовая связь. Культура разговора по телефону.

«Экономика домашнего хозяйства» .даётся понятие о бюджете семьи. Основных статьях доходов и расходов семьи, правилах экономии, сбережениях.

### Содержание курса

Раздел программы	Кол. час	Краткое содержание раздела
Транспорт	4 ч	Основные автобусные маршруты; - основные маршруты водного транспорта; - правила безопасной поездки на речном и морском видах транспорта.
Личная гигиена	2 ч	Правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.  Средства и способы сбережения здоровья.
Одежда и обувь	6 ч	Правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;  - правила и последовательность глажения изделий;



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила безопасности в использовании стирального порошка;</li> <li>- виды оказываемых ими услуг;</li> <li>- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</li> </ul>
Питание	10 ч	<p>Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды теста;</li> <li>- способы приготовления изделий из теста;</li> <li>- способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.</li> </ul>
Культура поведения	2 ч	<p>Правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к внешнему виду молодых людей.</li> </ul>
Семья	6 ч	<p>Правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.</li> </ul>
Жилище	6 ч	<p>Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.</li> </ul>
Торговля	4 ч	<p>Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах;- цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары</p>

СРЕДСТВА СВЯЗИ	6 ч	<p>Правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном; телефонным справочником;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-функции и виды междугородной телефонной связи;</li> <li>- периодичность оплаты телефона;</li> <li>- виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью;</li> </ul>
УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ	4 ч	<p>Куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- адрес местной префектуры;</li> <li>- отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, по трудоустройству молодежи, куда можно обратиться за помощью.</li> </ul>
ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА	10 ч	<p>Составные части бюджета семьи и их. размер;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии газа, телефона и др.;</li> <li>- стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);</li> <li>- правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды</li> </ul>
Медицина	8 ч	<p>Меры по предупреждению несчастных случаев в быту;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояние теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;</li> <li>- приемы оказания помощи спасенному из водоема.</li> </ul>

## Календарно-тематическое планирование

### Контроль уровня обученности

Контрольные проверочные работы проводятся по окончании изучения каждого раздела. Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы. Контрольно-измерительные материалы: вариативные тестовые задания/ авт.-сост.С.П.Дерябина.- Волгоград: учитель,2013.

Контроль усвоения материала **трёх видов:**

- ◆ Проверочная работа № 1 8 класса ( подразумевает выявление имеющихся знаний учащихся на начало учебного года);  
- тест «Транспорт»; «Личная гигиена».
- ◆ Проверочная работа № 2 для 8 класса (предполагает выявление знаний учащихся за первое полугодие учебного года);  
- тест «Питание»; «Семья».
- ◆ Проверочная работа № 3 для 8 класса (итоговый контроль знаний учащихся).  
-тест «Культура поведения»; «Жилище»; «Торговля»

Контроль и учёт теоретических знаний учащихся по отдельным разделам осуществляется учителем путём бесед, устного и письменного опросов, тестирования, заполнение карт формирования навыков и умений.

### Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности:

ТАБЛИЦЫ по теме «Питание»:

1. Бутерброды.
2. Холодные блюда и закуски.
- 3.Блюда из овощей.
- 4.Блюда из яиц и творога.
- 5.Приготовление чая, кофе, какао.
- 6.Приставки пиши слитно
- 7.Первичная обработка продуктов.
- 8.Схема приготовления винегрета.
- 9.Правила поведения за столом.
- 10.Правила безопасной работы ножом.

Учебные презентации:

1. Виды транспорта
2. Гигиена старшего школьника
3. Уход за кожей лица.
4. Внешний вид.

5. Грудной ребенок в семье.
6. Стиральные порошки.
7. Моющие средства для уборки.
8. Уборка кухни.
9. Первая помощь.
10. Бюджет семьи.
11. Правила экономии.
12. Виды теста.
13. Рецепты.
14. Питание.

Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ авт.-сост. С.А.Львова.- Волгоград: учитель,2012.

№ уроков	Даты по календарно-тем. плану	Даты проведения	Тема	Кол-во часов в плану	Кол-во часов фактически	Причина корректировки	Способ корректировки
1				1			Объединение тем или уплотнение программного материала
2				1			
3				1			