



**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Донецкая специальная школа-интернат»
(ГКОУ РО Донецкая школа-интернат)**

346330, Ростовская область
г. Донецк, ул. Некрасова, 1

Тел.(8-86368) 2-72-94, 9-79-26 тел/факс 2-72-95
E-mail: ski_donetsk@rostobr.ru

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО
Донецкой школы-интерната
_____ Н.В. Лобанова
«01» сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Основы социальной жизни»
5 класс**

2023-2024 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа подготовлена на основе федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» 5 класса для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) – это общеобразовательная программа, адаптированная для данной категории обучающихся с учётом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Цель обучения:

формирование и совершенствование у обучающихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

Задачи:

- расширять кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формировать и развивать навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- развивать навыки экономики ведения домашнего хозяйства и формировать необходимые умения;
- знакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности;
- формировать умения пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- формировать и развивать морально-этические нормы поведения, вырабатывать навыки общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развивать навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

2. Общая характеристика учебного предмета

Адаптированная основная общеобразовательная программа «Основы социальной жизни» составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений, индивидуально-дифференцированного подхода к обучающимся, что позволяет направлять процесс обучения не только на накопление определенных знаний и умений, но и на максимально возможную коррекцию психофизиологических особенностей обучающихся.

Основные направления коррекционной работы:

- Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.
- Развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.
- Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.
- Формирование социальных навыков и социализации.
- Обеспечение эмоциональной разрядки.

Формы организации образовательного процесса:

- урок;
- практическая работа;
- экскурсия;
- урок с использованием ИКТ.

Используемые технологии:

- технология разноуровневого обучения;
- технология проблемного обучения;
- личностно-ориентированное обучение;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

Основные методы организации учебного процесса:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты, технологические карты, практическая работа.

3. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является основной частью предметной области «Человек и общество».

| № п/п | Класс | Наименование | Кол-во часов | |
|-------|-------|-------------------------|--------------|---------|
| | | | В неделю | В год |
| 1. | 5 | Основы социальной жизни | 2 час. | 66 час. |

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты освоения учебного предмета по итогам обучения в 5 классе

| Предметные результаты | | Личностные результаты |
|--|---|---|
| Минимальный уровень | Достаточный уровень | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; - понимание их значения для здорового образа жизни человека; - приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника; - представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; - знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; - соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни; - знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; - знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; - решение типовых практических задач | <ul style="list-style-type: none"> - Знание способов хранения и переработки продуктов питания; - прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами; - самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; - соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук; - соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения; - некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды); - писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, переводе, телеграмме, телеграфном переводе, соблюдать порядок на | <ul style="list-style-type: none"> - Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; - овладение социально- бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни; - 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; - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям; - формирование готовности к самостоятельной жизни. |

| | | |
|---|---|--|
| <p>под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание названий торговых организаций, их видов и назначения; - совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; - представления о различных видах средств связи; - знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); - знание названий организаций социальной направленности и их назначения. | <p>рабочем столе и во всем жилом помещении;</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); - пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; - различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь. | |
|---|---|--|

Формирование базовых учебных действий

Программа формирования базовых учебных действий (БУД) обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализуется в процессе всего обучения в процессе всей учебной и внеурочной деятельности по предмету в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы

Формы контроля:

диагностический тест,
устный опрос,
письменный опрос,
тестовая работа по теме,

контрольная работа,
практическая работа.

Критерии оценивания предметных результатов: бальная оценка.

5. Содержание учебного предмета

Наименования разделов, тем :

Вводное занятие

Что изучает предмет ОСЖ. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.

Личная гигиена и здоровье

Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Правила личной гигиены в течение дня.

Предметы и средства личной гигиены.

Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей.

Уход за волосами.

Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению. Разучивание комплекса упражнений для разминки мышц глаз.

Вред курения.

Одежда и обувь

Виды одежды и головных уборов по назначению.

Правила и способы повседневного ухода за одеждой.

Виды обуви, их назначение.

Повседневный уход за обувью.

Подготовка обуви к сезонному хранению.

Жилище

Виды жилых помещений в городе и селе (жилой дом, квартира, общежитие). Почтовый адрес.

Гигиенические требования к жилому помещению. Периодичность уборки квартиры. Инвентарь и приспособления для уборки.

Рабочее место школьника.

Правила вытирания пыли, подметания и мытья полов.

Практическая работа «Уборка квартиры»

Питание

Значение продуктов питания в жизни и деятельности человека.

Место приготовления пищи и его оборудование.

Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне.

Правила хранения продуктов и готовой пищи.

Кухонная и столовая посуда, приборы, приспособления, назначение.

Правила и приемы ухода за кухонной и столовой посудой.

Сервировка стола к завтраку.

Правила заваривания чая.

Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды, их виды и правила приготовления.

Приготовление блюд из яиц.

Приготовление салатов из сырых овощей.

Практические работы «Мытье посуды», «Сервировка стола к завтраку», «Правила заваривания чая», «Приготовление жаренных блюд из яиц»

Семья.

Семья, родственные отношения в семье. Взаимоотношения между членами семьи.

Практическая работа «Состав моей семьи».

Транспорт.

Виды транспортных средств.

Проезд в школу-интернат (маршрут, вид транспорта).

Правила поведения в общественном транспорте.

Правила передвижения на велосипеде.

Правила дорожного движения.

Культура поведения.

Правила общения. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.

Культура поведения за столом.

Правила поведения в школе.

Правила поведения в гостях.

Правила поведения в магазине.

Торговля

Виды торговых предприятий. Их назначение.

Продуктовые магазины, их отделы.

Виды товаров (фасованные, на развес, на разлив).

Соблюдение правил покупки товаров.

Знакомство со сроками годности, стоимостью продуктов питания.

Правила поведения в магазине.

Экскурсия в продовольственный магазин.

Средства связи.

Основные средства связи, их назначение.

Виды почтовых отправлений

Виды писем. Порядок отправления писем.

Практическая работа «Письмо другу».

Охрана здоровья.

Виды медицинских учреждений. Виды медицинской помощи.

Домашняя аптечка.

Экскурсия в аптеку «Приобретение лекарств»

Перечень практических работ, экскурсий, направления проектной деятельности:

Жилище

Практическая работа «Уборка квартиры».

Питание

Практические работы : «Мытье посуды»,

«Сервировка стола к завтраку»,

«Правила заваривания чая»,

«Приготовление вареных блюд из яиц»

Семья

Практическая работа «Состав моей семьи».

Торговля

Экскурсия «Продовольственный магазин».

Средства связи

Практическая работа «Письмо другу».

Медицина

Экскурсия в аптеку «Приобретение лекарств».

6. Тематическое планирование

| № п/п | Раздел. Тема. | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся | Электронные учебно-методические материалы | Формы контроля |
|-------|-----------------------------|--------------|--|---|---|
| 1. | Вводное занятие | 1 | Экскурсия в кабинеты СБО и домоводства, просмотр презентации. | Презентация «Предмет ОСЖ» https://infourok.ru/prezentaciya-po-predmetu-osnovy-socialnoj-zhizni-na-temu-vvedenie-v-predmet-5-klass-5100709.html | |
| 2. | «Личная гигиена и здоровье» | 5 | Работа с учебным пособием, просмотр презентаций, беседа, словарная работа, тестирование. | Презентация: "Правила личной гигиены в течении дня" https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-pravila-lichnoj-gigieny-v-techenii-dnya-3212532.html Презентация: «Предметы и средства личной гигиены» https://infourok.ru/prezentaciya-po-predmetu-osnovy-socialnoj-zhizni-na-temu-predmety-i-sredstva-lichnoj-gigieny-5-klass-5156585.html?ysclid=llkpn79s3b86965197 Презентация: «Уход за волосами» https://infourok.ru/prezentaciya-uhod-za-olosami-klass-2404024.html?ysclid=lll03w5k4p205320150 Презентация: «Органы зрения» https://infourok.ru/prezentaciya-po- | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест. |

| | | | | | |
|----|------------------|----|---|---|---|
| | | | | sbo-na-temu-gigiena-zreniya-i-sluha-3212567.html | |
| 3. | «Одежда и обувь» | 6 | Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, словарная работа, выполнение практической работы, тестирование. | <p>Презентация: «Виды одежды» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-vidi-odezhdi-i-golovnih-uborov-434854.html</p> <p>Презентация «Уход за обувью» https://pedportal.net/po-tipu-materiala/pedagogika-korrekcionnaya/prezentaciya-k-uroku-sbo-quot-obuv-uhod-za-obuvyu-quot-569437</p> | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест. |
| 4. | «Жилище» | 5 | Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, словарная работа, выполнение практической работы, тестирование. | <p>Презентация «Уборка квартиры» https://uchitelya.com/tehnologiya/46673-prezentaciya-uborka-kvartiry-5-klass.html</p> <p>Презентация: «Организация рабочего места школьника» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-klass-organizaciya-rabochego-mesta-shkolnika-2145339.html</p> | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа. |
| 5 | «Питание» | 16 | Просмотр презентаций, выполнение практических работ, работа с учебным пособием, работа с наглядным пособием, работа с технологическими картами, словарная работа. | <p>Презентация «Значение продуктов для организма» https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_sotsialno_bytovoj_orientirovke_znachenie_pitaniya_dlya_organizma_cheloveka_5_klass-250605</p> <p>Презентация «Личная гигиена на кухне» https://nsportal.ru/shkola/tehnologiya/library/2022/10/20/prezentatsiya-</p> | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа. |

| | | | | | |
|----|-------------|---|--|---|---|
| | | | | <p>na-temu-sanitariya-i-gigiena-na-kuhne Презентация «Техник безопасности на кухне» https://infourok.ru/prezentaciya-tehnika-bezopasnosti-na-kuhne-5490060.html</p> <p>Презентация «Приготовление бутербродов» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-prigotovlenie-buterbrodov-2589639.html</p> <p>Презентация «Блюда из яиц» https://myslide.ru/presentation/yajco-blyuda-iz-yaic-5-klass</p> <p>Презентация «Блюда из яиц» https://infourok.ru/prezentaciya-po-tehnologii-na-temu-blyuda-iz-yaic-5-klass-6713542.html</p> <p>Презентация «Правила заваривания чая» https://uchitelya.com/tehnologiya/22323-prezentaciya-chay-kak-pravilno-zavarivat-chay.html</p> | |
| 6. | «Семья» | 3 | Просмотр презентации, работа с учебным пособием, выполнение практической работы. | <p>Презентация «Моя семья» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-semya-1073719.html</p> | Собеседование, устный опрос, практическая работа. |
| 7. | «Транспорт» | 5 | Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, | <p>Презентация «Виды транспорта» https://multiurok.ru/files/prezentatsiia</p> | Собеседование, |

| | | | | | |
|----|----------------------|---|--|---|---|
| | | | ответы устно, тест | -po-sbo-transport.html Презентация «Правила дорожного движения» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-pravila-dorozhnogo-dvizheniya-5-klass-4264180.html | устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест. |
| 8. | «Культура поведения» | 6 | Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, ответы устно на вопросы по теме, тест. | Презентация «Правила поведения за столом» https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-v-klasse-po-teme-pravila-povedeniya-za-stolom-955862.html Презентация «Правила поведения в школе» https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-na-temu-pravila-povedeniia-v-shkol-1.html?login=ok?reg=ok Правила поведения в гостях https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/10/22/prezentatsiya-k-uroku-po-sotsialno-bytovoy | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест. |
| 9. | «Торговля» | 9 | Экскурсия, просмотр презентаций, работа с учебным пособием, практической работы, тестирование. | Презентация «Продовольственный магазин» https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvenniy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html Презентация «Правила покупки товаров» https://nsportal.ru/shkola/korreksion | Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест. |

| | | | | | |
|-----|------------------|---|--|---|---|
| | | | | naya-pedagogika/library/2020/11/18/prezentatsiya-poryadok-priobreteniya-tovara Презентация «В магазине» https://multiurok.ru/files/priezentatsiia-v-maghazinie.html | |
| 10. | «Средства связи» | 6 | Выполнение практической работы, просмотр презентации, работа с учебным пособием, беседа, ответы устно. | Презентация «Виды почтовых отправлений» https://nsportal.ru/shkola/tekhnologiya/library/2016/01/14/prezentatsiya-k-uroku-sbo-vidy-pochtovyh-otpravleniy Презентация «Правила отправки посылки» https://multiurok.ru/index.php/files/priezentatsiia-k-uroku-pravila-otpravki-posylki.html | Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест. |
| 11. | «Медицина» | 3 | Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, экскурсия в аптеку, тестирование. | Презентация «Медицинские учреждения» https://multiurok.ru/files/meditsinskie-uchrezhdeniia.html Презентация «Домашняя аптечка» https://infourok.ru/prezentaciya-o-sbo-domashnyaya-aptechka-1775381.html | Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест. |
| 12. | Итоговое занятие | 1 | Беседа, итоговое тестирование. | | Итоговый тест |

7. Учебно-методический материал.

- В.П.Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 класс. ВЛАДОС, Москва, 2017 г.
- Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова , Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, Москва, 2003 г.
- В.П.Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие.5, 6, 7, 8, 9 класс. Для специальной (коррекционной) школы VIII вида.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС,2014.-78с.
- С.А. Львова, Практический материал к урокам Социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида, ВЛАДОС, 2018г

8. Материально-техническое обеспечение.

- Интерактивная панель d - 65.
- Моноблок «Универсал».
- Принтер hp.
- Бытовые электроприборы кухни.
- Бытовые электроприборы дома
- Кухонная и столовая посуда.
- Инвентарь и приспособления кухни.
- Бытовая мебель.
- Ученическая мебель.

СОГЛАСОВАНО

С методическим советом

ГКОУ РО Донецкой школы-интерната

Протокол № 1 от 28.08.2023 г.

РАССМОТРЕНО

На заседании методического объединения

ГКОУ РО Донецкой школы-интерната

Протокол № 1 от 28.08.2023 г.