

Государственное казённое общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики

«Шарканская школа- интернат»

|  |   |   |
|--|---|---|
| ПРИНЯТО<br>Протокол заседания<br>Педагогического совета № 1<br>От 30 августа 2024 г. | СОГЛАСОВАНО<br>Заместитель директора<br>по УВР _____ Горбушина Л.В.<br>от 30 августа 2024 г | УТВЕРЖДАЮ<br>Директор школы –интерната<br>_____ А.Г. Карavaев<br>Приказ № 211<br>от 30 августа 2024 г |
|--|---|---|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

|                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| Предмет                   | <b>Основы социальной жизни</b> |
| Учебный год               | 2024 - 2025                    |
| Класс                     | 8                              |
| Количество часов в год    | 68                             |
| Количество часов в неделю | 2                              |

Составитель:  
Воронцова Надежда Ивановна

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026),) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 8 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

Цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни»:

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 8 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о здоровом образе жизни, его влиянии на организм человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;

- формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;
- формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Основам социальной жизни» в 8 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 8 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На четвертом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, соблюдения правил здорового образа жизни и бережного отношения к собственному здоровью, применения теоретических знаний на практике и формирование знаний об основах семейного бюджета. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на получение практических навыков по приготовлению простых и знакомых блюд, соблюдению правил поведения в быту, распределению бюджета для покупок определённых товаров и расчет стоимости продуктов питания, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпении, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

В программе предусмотрены беседы, экскурсии, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

Программа для 8 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения во время уроков чтения и развития речи, уроков ОСЖ в 5-7 классах, и рассчитана на 68 часов учебного времени.

Включены следующие разделы: «Семья», «Транспорт», «Жилище», «», «Торговля», «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Охрана здоровья», «Питание», «Средства связи», «Учреждения, организации». Каждый раздел состоит из нескольких тем и содержания работы по каждой из них.

#### Содержание разделов

| №  | Название раздела                     | Количество часов |
|----|--------------------------------------|------------------|
| 1  | Личная гигиена и здоровье            | 6                |
| 2  | Охрана здоровья                      | 3                |
| 3  | Жилище                               | 11               |
| 4  | Одежда и обувь                       | 12               |
| 5  | Питание                              | 18               |
| 6  | Транспорт                            | 5                |
| 7  | Средства связи                       | 6                |
| 8  | Предприятия, организации, учреждения | 3                |
| 9  | Семья                                | 3                |
| 10 | Итоговое занятие                     | 1                |
|    | <b>Итого:</b>                        | <b>68</b>        |

#### Формы и методы контроля.

Устный опрос, тесты, проверочные и практические работы.

#### Место предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане:

В соответствии с учебным планом школы на изучение Основ социальной жизни отводится 2 ч в неделю. Предмет рассчитан на: 68-часов в 8 классе (34 учебные недели).

Тематическое планирование.

8 класс  
68 часов -2 часа в неделю

| № п/п | Тема урока  | Кол-во часов |
|-------|---|--------------|
|       | <b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА- 6 часа</b>   |              |
| 1     | Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ                    | 1            |
| 2     | Вредные привычки и способы предотвращения их появления  | 1            |
| 3     | Уход за кожей лица.<br>Косметические средства (лосьоны, кремы и др.)  | 1            |
| 4     | Практическая работа: определение своего типа кожи и приобретение практических навыков по уходу за кожей лица                      | 1            |
| 5     | Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач | 1            |
| 6     | Внешний вид молодых людей   | 1            |
|       | <b>Охрана здоровья-3 часов</b>  |              |
| 7     | Госпитализация  | 1            |
| 8     | Амбулаторный прием  | 1            |
| 9     | Госпитализация  | 1            |
|       | <b>Жилище -11</b>   |              |
| 10    | Электробытовые приборы в ванной комнате   | 1            |
| 11    | Стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами   | 1            |
| 12    | Стиральные средства для машин, условные обозначения на упаковках. Техника безопасности  | 1            |

|    |  |   |
|----|--|---|
| 13 | Магазины по продаже электробытовой техники   | 1 |
| 14 | Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами  | 1 |
| 15 | Практическая работа<br>«Мытьё кафельных стен, чистка раковин»  | 1 |
| 16 | Ручная стирка одежды из различных тканей   | 1 |
| 17 | Практическая работа. Ручная стирка одежды из различных тканей  | 1 |
| 18 | Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми  | 1 |
| 19 | Профилактика появления грызунов и насекомых в доме   | 1 |
| 20 | Уход за жилищем. Создание уюта в доме. Убранство жилых комнат  | 1 |
|    | <b>Одежда и обувь – 12 часов</b>   |   |
| 21 | Правила и приемы глажения блузок и рубашек   | 1 |
| 22 | Практическая работа – глажение блузок и рубашек  | 1 |
| 23 | Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей   | 1 |
| 24 | Правила выведение мелких пятен в домашних условиях   | 1 |
| 25 | Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен | 1 |
| 26 | Практическая работа. Выведение мелких пятен  | 1 |
| 27 | Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами           | 1 |
| 28 | Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями   | 1 |
| 29 | Химчистка. Услуги химчистки  | 1 |
| 30 | Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды                            | 1 |
| 31 | Экскурсия в химчистку  | 1 |
| 32 | Значение опрятного вида человека   | 1 |
|    | <b>Питание – 18 часов</b>  |   |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 33 | Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин  | 1 |
| 34 | Составление меню для холодного ужина  | 1 |
| 35 | Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина | 1 |
| 36 | Экскурсия в магазин   | 1 |
| 37 | Рецепты несложных салатов и холодных закусок  | 1 |
| 38 | Приготовление несложных салатов и холодных закусок                                    | 1 |
| 39 | Приготовление несложных салатов и холодных закусок                                    | 1 |
| 40 | Составление меню для горячего ужина   | 1 |
| 41 | Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина   | 1 |
| 42 | Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов                     | 1 |
| 43 | Правила первой помощи при отравлении  | 1 |
| 44 | Изделия из теста. Виды теста  | 1 |
| 45 | Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье                                      | 1 |
| 46 | Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов                         | 1 |
| 47 | Практическая работа: приготовление блинов   | 1 |
| 48 | Практическая работа: приготовление блинов   | 1 |
| 49 | Практическая работа: приготовление печенья  | 1 |
| 50 | Практическая работа: приготовление печенья  | 1 |
|    | <b>Транспорт – 5 часа</b>   |   |
| 51 | Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты | 1 |
| 52 | Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда                           | 1 |
| 53 | Экскурсия на автовокзал   | 1 |
| 54 | Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт                         | 1 |
| 55 | Основные маршруты водного транспорта. Порядок приобретения билетов                    | 1 |
|    | <b>Средства связи – 6 часа</b>  |   |
| 56 | Правила оплаты различных видов телефонной связи.                                      | 1 |

|    |   |           |
|----|---|-----------|
|    | Сотовые компании, тарифы  |           |
| 57 | Культура разговора по телефону  | 1         |
| 58 | Интернет-связь. Особенности, значение в современной жизни                           | 1         |
| 59 | Безопасность в сети. Правила и особенности пользования интернетом                   | 1         |
| 60 | Электронная почта   | 1         |
| 61 | Видеосвязь (скайп)  | 1         |
|    | <b>Предприятия, организации, учреждения – 3 часа</b>                                |           |
| 62 | Образовательные организации   | 1         |
| 63 | Экскурсия в образовательную организацию   | 1         |
| 64 | Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Экскурсия на предприятие | 1         |
|    | <b>Семья – 3 часа</b>   |           |
| 65 | Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху  | 1         |
| 66 | Культура межличностных отношений  | 1         |
| 67 | Культура общения юноши и девушки. Культура поведения влюбленных                     | 1         |
|    | <b>Итоговое занятие – 1 час</b>   |           |
| 68 | Итоговое занятие  | 1         |
|    | <b>ИТОГО</b>  | <b>68</b> |
|    |   |           |

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Личностные:

- осознание себя как гражданина России;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.

## **Предметные:**

### Минимальный уровень:

- 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 названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

### Достаточный уровень:

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- 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);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

## **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

### **Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»** ставиться если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставиться, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;

– отвечает на наводящие вопросы.

**Оценка «3»** ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.