

Государственное казённое общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики

«Шарканская школа-интернат»

ПРИНЯТО Протокол заседания Педагогического совета № 1 От 30 августа 2024 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Горбушина Л.В. от 30 августа 2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор школы-интерната  А.И. Караваяев Приказ № 211 от 30 августа 2024 г.
--	--	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет	Основы социальной жизни
Учебный год	2024 - 2025
Класс	8
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Составитель:  
Воронцова Надежда Ивановна

с.Шаркан, 2024

## 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. 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 «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.