



## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета
3. Содержание учебного предмета
4. Тематическое планирование учебного предмета
5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

## 1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по основам социальной жизни (ОСЖ) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 6 классе в ФГБПОУ «Неманского специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа». Программа определяет минимальный объем содержания курса ОСЖ для основного общего образования и предназначена для реализации требований ФГОС второго поколения к условиям и результату образования обучающихся основной школы по ОСЖ согласно учебному плану образовательного учреждения.

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 – 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Основы социальной жизни» Гуманитарный издательский центр «Владос», 2014 год).

Адаптированная рабочая программа по ОСЖ составлена на основе нормативно - правовых документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (с изменениями и дополнениями)

- «Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

- Постановление главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», зарегистрированного Министерством юстиции РФ от 18.12.2020 № 61573;

- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 № 345 (ред. от 18.05.2020) «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- Устав Неманского СУВУ.

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида под редакцией В.В. Воронковой, с учётом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с ОВЗ.

Цель: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задача:

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства; воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения;
- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности;
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;
- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;
- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является основы социальной жизни. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания – ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанниками также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получе-

ния и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Основные содержательные линии выстроены с учётом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми.

Сроки реализации программы.

Согласно учебному плану, в 6 «Б» классе на изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится 1 часа в неделю, 34 часа в год.

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

Личностные результаты.

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 общественно-полезную социальную деятельность;

- осознанно относиться к выбору профессии;

- соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Предметные результаты освоения определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Минимальный уровень:

- 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 учителя;

- 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 под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

- 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;

Достаточный уровень:

- знание сезонных явлений и их особенностей, название месяцев

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

- 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 и т. п.);

- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

### **3.Содержание учебного предмета**

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у обучающихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться

услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотических и токсических веществ на живой организм.
«Одежда и обувь»	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распорванного шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.
«Питание»	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.
«Семья»	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
«Жилище»	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.
«Транспорт»	Городской транспорт. Оплата поезда на всех видах транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.
«Торговля»	Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.
«Средства связи»	Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправок. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.
«Учреждения, организации и предприятия»	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи.

#### 4. Тематическое планирование учебного предмета

Таблица тематического планирования по ОСЖ на 6 «Б» класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Планируемые результаты освоения материала
1	Инструктаж по ТБ	1	Знать правила поведения и ТБ при работе.
2	Закаливание организма	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-виды сезонной одежды;</li> <li>-правило ухода за ней;</li> <li>-значения физической упражнений для организма человека.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять физические упражнения;</li> <li>- соблюдать гигиенические правила ухода за глазами.</li> </ul> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-правило закаливания организма;</li> <li>-приемы обтирания и мытья ног;</li> <li>-правило соблюдения личной гигиены во время физических занятий и походу.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-закаливать свой организм;</li> <li>-соблюдать правило личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий</li> </ul>
3	Входная контрольная работа	1	Обобщение и систематизация полученных знаний
4	Значение опрятного вида человека. Анализ контрольной работы.	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно гигиенические требования;</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-пришивать пуговицы. Крючки, петли, кнопки, вешалки</li> </ul>

5	Правило пришивания крючков, пуговиц, вешалок		Знать: - санитарно гигиенические требования; -правило безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: -пришивать пуговицы. Крючки, петли, кнопки, вешалки.
6	Зашивание распоровшегося шва Практическая работа	1	Знать: - санитарно- гигиенические требования; -правило безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: -Зашивать одежду по распоровшемуся шву
7	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани	1	Знать: -правила безопасной работа с бытовыми химическими средствами. -правила стирка изделий из хлопчатобумажных тканей. Уметь: -подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей -стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей
8	Глажение мелких изделий	1	Знать: -правила безопасной работа с электронагревательными приборами. Уметь: -гладить изделия с помощью утюга
9	Промежуточная контрольная работа за 1 полугодие	1	Обобщение и систематизация полученных знаний
10	Хранение продуктов и готовой пищи	1	Знать: - способы хранения продуктов и готовой пищи. Уметь: -определять срок хранения продуктов и готовой пищи
11	Способы выборов продуктов	1	Знать: -способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных.

			Уметь: -выбирать доброкачественные продукты
12	Приготовление пищи с минимальной тепловой обработкой	1	Знать: -способы приготовления каши Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; - строго соблюдать правило качества продукции
13	Чтение и составление рецепта приготовления блюд	1	Знать: -знать приготовление рецепта блюда. Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; - строго соблюдать правило качества продукции
14	Блюда из круп Практическая работа	1	Знать: -способ приготовления каши Уметь: -приготавливать кашу
15	Промежуточная контрольная работа за 1 полугодие	1	Обобщение и систематизация полученных знаний
16	Варка яиц. Анализ контрольной работы	1	Знать: -способы варки яиц разного состояния Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; -строго соблюдать ТБ
17	Приготовления блюда из картофеля Практическая работа	1	Знать: -способы варки картофеля. Уметь: -сварить картофель; -пользоваться нагревательными приборами;

			-строго соблюдать ТБ
18	Место работы членов семьи	1	Знать: -место работы должность близких родственников Уметь: -рассказать о месте своей работы и должности членов своей семьи
19	Промежуточная аттестация за учебный год	1	
20	Поведение в музее, библиотеке, кино и театре. Практическая работа	1	Знать: -правило поведения в зрелищных и культурно просветительских учреждениях Уметь: - соблюдать правило поведения в общественных местах: театр, кино
21	Гигиенические требования к жилому помещению, и влажная уборка	1	Знать: -гигиенические требования к жилому помещению Уметь: -соблюдать и выполнять гигиенические требования к жилому помещению
22	Уход за мебелью, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал и окон. Практическая работа	1	Знать: -уход за мебелью, в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка др.) Уметь: Осуществлять уход за мебелью, зеркал и окон
23	Городской транспорт	1	Знать: -виды городского транспорта. Уметь: -соблюдать правила проезда в городском общественном транспорте; -соблюдать правило дорожного движения Знать: -стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билета);

			- порядок приобретения билетов;
24	Маршрут передвижения к школе и домой	1	Уметь: -выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу
25	Пригородные поезда расписания Направления, ж/д зоны билетов	1	Уметь: -ориентироваться в расписании движения пригородных поездов Уметь: -определять направление и зоны движения поездов
26	Магазины промышленных товаров. Отделы. Экскурсия	1	Знать: -виды магазинов промышленных товаров, их назначения и отделы. Уметь: -выбрать нужный товар в промышленном магазине
27	Порядок приобретения товара Обмен товара по чеку	1	Знать: -правило покупки товара Уметь: -выбрать нужный товар; -выяснить срок гарантии на его использование; -оплатить покупку, проверить чек и сдачу Уметь: -хранить чек в течении срока гарантии на товар; -вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя
28	Основные средства связи	1	Знать: -основные средства связи Уметь: -пользоваться современными средствами связи
29	Виды почтовых отправлений, писем, посылки	1	Знать: -виды почтовых отправлений Уметь: -находить индекс почтового отделения по справочнику;

			<p>-записать адрес на конверте</p> <p>Уметь:</p> <p>-находить индекс почтового отделения по справочнику;</p> <p>-записать адрес на конверте</p> <p>Знать:</p> <p>-стоимость почтовых услуг при отправке телеграмм</p> <p>Уметь:</p> <p>-составить текст телеграммы</p>
30	<p>Виды медицинских учреждений</p> <p>Работники медицинских учреждений</p>	1	<p>Знать:</p> <p>-Виды медицинских учреждений</p> <p>Уметь:</p> <p>-обращаться за помощью в медицинское учреждение</p> <p>Знать:</p> <p>- функции основных врачей- специалистов</p> <p>Уметь:</p> <p>-описывать симптомы болезни для определения врачом лечения</p> <p>- выполнять сбор анализов</p>
31	<p>Виды медицинской помощи</p> <p>Приобретения лекарств</p>	1	<p>Знать:</p> <p>-способы вызова врача на дом, о возможном вреде самолечения</p> <p>Уметь:</p> <p>запись на приём к врачу</p> <p>-вызвать врача на дом</p> <p>-в экстренных случаях вызвать скорую помощь.</p> <p>- приобрести лекарство в аптеке.</p>
32	<p>Промежуточная контрольная работа за 1 полугодие</p>	1	<p>Обобщение и систематизация полученных знаний</p>

33	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи. Анализ контрольной работы.	1	Знать: - виды детских учреждений их название - виды образовательных учреждений и их назначения. Уметь: - соблюдать правила поведения.
34	Итоговый урок.	1	

### 5. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Печатные пособия:

- комплект наглядных материалов для организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы;
- комплект предметных, сюжетных картин, серий сюжетных картин.
- демонстрационные таблицы «Правила дорожного движения»;
- предметные картинки: «Части тела», «Личная гигиена», «Транспорт», «Семья», «Жилища», «ПДД», «Одежда», «Обувь».

Учебно-практическое оборудование:

- игровой материал для сюжетных дидактических игр;
- натуральные объекты к изучаемым темам.

Учебно-методическая литература:

Материалы для учителя:

Воронкова В.В. учащиеся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2014. – 247 с. – (Коррекционная педагогика).

Протумеровано, прошнуровано и  
скреплено печатью 75

*А.В. Катаева* страниц.

И.о. директора Неманского СУВУ  
А.В. Катаева

