

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернореченская средняя общеобразовательная школа №1»

Утверждаю:
Директор МБОУ
«Чернореченская СОШ №1»
И.Е.Лейниш
Приказ № 245
от « 28 » августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам социальной жизни
5 класс

Разработчик:
Масловская Анна Викторовна,
учитель основ социальной жизни

п. Новочернореченский
2025 г

Пояснительная записка

Основы социальной жизни в специальной коррекционной школе VIII вида является одним из основных учебных предметов. В данной программе представлены разделы изучения курса основ социальной жизни 5-9 классов. В процессе развернутого изложения материала по темам в каждом классе указывается количество годовых и недельных часов. Данная рабочая программа учитывает особенности познавательной деятельности детей с ОВЗ. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе 8 вида. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Нормативная база

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

I варианта Базисного плана специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида. (Приложение к приказу Министерства образования РФ от 10.04.2002г. № 29/2065).

Учебным планом;

Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26 (далее – СанПиН 2.4.2.3286-15);

Примерной программой (Типовые образовательные программы под. ред. В. В. Воронковой для школ 8 вида. Сб.2 гуманитарный изд. Центр «Владос» 2000 год. изд.).

Целью данной программы является формирование и развитие накопления социально-трудовых и профессиональных навыков современного человека, способного к успешной адаптации в социуме, конкуренции в условиях рыночной экономики, как полноценного члена общества, через профессиональную ориентацию на всех этапах обучения.

Профессиональная ориентация – это научно обоснованная система социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических и производственно-технических мер по оказанию молодежи личностно-ориентированной помощи в выявлении и развитии способностей и склонностей, профессиональных и познавательных интересов в выборе профессии, а так же формирование потребности и готовности на труду в условиях рынка. Она реализуется через учебно-воспитательный процесс, внеурочную и внешкольную работу с учащимися.

Задачи предмета:

Образовательные:

- Научить выполнять определённые программой виды работ по алгоритму.
- Сформировать навыки безопасного поведения при работе с устройствами, механизмами, химическими средствами.
- Сформировать элементарные коммуникативные навыки, обеспечивающие возможность работы в небольшом коллективе.
- Обеспечить получение опыта деятельности.
- Передать технологию выбора алгоритма в зависимости от вида работ.

Коррекционные:

- Корригировать внимание учащихся развивать устную речь.
- Способствовать формированию познавательного интереса учащихся к предмету.
- Развивать эмоционально волевую сферу в процессе практической деятельности.
- Активизировать словарный запас, умение вести диалог по теме.

Воспитательные: Воспитание личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Формы организации учебного процесса

В коррекционной школе особое внимание обращено на исправление имеющихся у воспитанников специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы: **принцип коррекционной направленности**, воспитывающий и развивающий принципы, принцип доступности обучения, принцип систематичности и последовательности, принцип наглядности в обучении, принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации учащихся.

При последовательном изучении курса "Основы социальной жизни" может быть использован разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, типологических и индивидуальных особенностей учеников.

Формы организации занятий:

лекция с разбором конкретной ситуации, предполагающая в процессе лекции обсуждение конкретных жизненных ситуаций;

практические занятия, которые дают возможность обучающимся использовать теоретические знания в практической деятельности.

учебные сюжетно – ролевые игры – синтетическая форма организации совместной деятельности преподавателя и обучаемых, представляет собой поли компонентную модель, содержащую несколько принципиально важных для развития умственно отсталого ребёнка типов деятельности: проблемно – поисковую, мыслительную, коммуникативную, имитационно – ролевую (социально - моделирующую).

Технология обучения: вводный урок, урок изучения нового материала, комбинированный урок, повторительно-обобщающий урок, урок самостоятельной работы, урок – экскурсия, урок практический: закрепление знаний, умений, навыков.

Ключевые компетенции

- Ценностно-смысловые
- Общекультурные
- Учебно-познавательные
- Информационные
- Коммуникативные
- Социально-трудовые

Виды и формы контроля.

Текущий контроль:

устный опрос, тестирование, контрольные вопросы и задания, работа с учебником, картиной, схемой, самостоятельная работа, собеседование.

Итоговый контроль по окончании темы, раздела:

фронтальный опрос, самостоятельная работа, подготовка сообщения, упражнения на соотнесения, высказывание своего мнения и самостоятельно-выборочная работа.

Форма итоговой аттестации обучающихся – итоговая самостоятельная работа. Система оценивания в конце изучения каждой темы предусматривает тестирование, устные опросы.

Планируемый уровень подготовки.

К концу курса обучения дети должны - знать, понимать, уметь и использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Два первых компонента представлены в содержании программы обучения. Большинство разделов программы изучается в 9 классе. Это обусловлено особенностью динамики нервных процессов учащихся и позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения знаний, совершенствование имеющихся у них навыков и формирование новых.

Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на интерактивных формах усвоения учебного содержания, а так же использование примеров и ситуаций из опыта знакомых детям героев литературных произведений, учителей и воспитателей, и самостоятельной работы, ориентированной на включение освоенного теоретического материала в реальную практику для решения конкретных проблем в повседневной жизни.

Процесс усвоения программы фиксируется в процессе проведения сюжетно – ролевых игр, экскурсий, обучающих уроков, практических работ.

В результате организации программы у детей должно быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, помощи семье, адаптация в современном обществе, ориентация в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

Содержание учебной программы.

Наименование разделов.	Количество часов
Личная гигиена	10
Одежда и обувь	8
Питание	12
Культура поведения	6
Жилище	9
Транспорт	6
Торговля	8
Семья	4
Повторение	2
Итоговое тестирование	3
Итого:	68

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ (2 ч)

Беседа о цели содержания и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны иметь представление о предмете СЕО, назначении кабинета и правилах поведения в нем.

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (8 ч)

- 1 Личная гигиена.
- 2 Личные вещи.
- 3 Гигиена зрения.
- 4 Уход за волосами.
- 5 О вреде курения, алкоголя.

Практические работы

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья.

Учащиеся должны **знать**:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- периодичность и правила чистки зубов;
- периодичность и правила чистки ушей;
- периодичность мытья головы;

Учащиеся должны **уметь**:

- совершать утренний туалет;
- в определенной последовательности совершать вечерний туалет;
- причесывать волосы и выбирать прическу.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ (8 ч)

- 1 Виды одежды, назначение.
- 2 Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению.
- 3 Виды обуви.
- 4 Виды головных уборов, их назначение.

Практические работы

Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны иметь представления о том, почему нужно содержать одежду и обувь в чистоте и как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов.

Учащиеся должны **знать**:

- виды одежды и обуви;
- правила ухода за одеждой и обувью.

Учащиеся должны **уметь**:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать одежду и обувь, в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная);
- ушить мокрую одежду;
- чистить одежду;
- подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- сушить мокрую обувь;
- чистить замшевую и текстильную обувь;
- подготавливать одежду и обувь к 'сезонному хранению.

Межпредметные связи

Чтение и развитие речи. Связные высказывания по затрагиваемым в беседе вопросам. Использование в речи вновь усвоенных слов и оборотов, выражение связи и отношений между реальными объектами.

ПИТАНИЕ (12 ч)

- 1 Значение питания в жизни человека.
- 2 Кухонные принадлежности.
- 3 Столовая и чайная посуда.
- 4 Сервировка стола обычная и праздничная.
- 5 Правила заваривания чая.

6 Завтрак. Приготовление простых бутербродов.

7 Нарезка хлеба, овощей.

8 Сервировка стола к завтраку. Обобщение знаний по теме.

Практические работы

Приготовление бутербродов, винегрета, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.

Чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды.

Основные требования к знаниям и умениям.

Учащиеся должны иметь представление о значении продуктов питания для здоровья человека, о витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.

Учащиеся должны **знать:**

- виды бутербродов;
- различные меню завтрака;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- правила сервировки стола к завтраку;
- правила заваривания чая;
- назначение кухонных принадлежностей и посуды;
- правила пользования ножом, электрическим чайником;
- санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода

за посудой.

Учащиеся должны **уметь:**

- резать ножом продукты для бутербродов;
- нарезать вареные овощи кубиками и соломкой;
- накрывать на стол с учетом конкретного меню;
- мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду;
- пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (6 ч)

1 Осанка.

2 Формы обращения с просьбой.

3 Правила поведения за столом.

4 Правила приема пищи.

5 Сюжетно-ролевая игра «в кафе»

Основные требования к знаниям и умениям.

Учащиеся должны **знать:**

- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;
- правила поведения при встрече и расставании;
- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения за столом.

Учащиеся должны **уметь:**

- следить за своей осанкой;
- принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- следить за своей походкой и жестикуляцией;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми), в различных ситуациях;
 - вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
 - тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
 - правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

ЖИЛИЩЕ (9 ч)

1 Виды жилых помещений.

2 Виды жилья, варианты квартир.

3 Понятие «почтовый адрес».

4. Почтовый адрес школы, дома.

Практические работы

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны **знать:**

- виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

Учащиеся должны **уметь**:

- писать адреса на почтовых открытках.

ТРАНСПОРТ (6 ч)

1 Виды транспортных средств.

2 Поведение в транспорте.

3 Правила и знаки дорожного движения.

Экскурсия

Правила движения на проселочных дорогах.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны **знать**:

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы -интерната;
- количество времени, затрачиваемого на пешеходный маршрут;

Учащиеся должны **уметь**:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения.

ТОРГОВЛЯ (8 ч)

1 Виды и значение торговых предприятий.

2 Обобщение знаний по теме.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны **знать**:

- основные виды магазинов, их назначение;
- виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них.
- стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

Учащиеся должны **уметь**:

- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;
- соблюдать правила поведения в магазине.

СЕМЬЯ (4 ч)

1 Семья, родственные отношения в семье.

2 Состав семьи учащихся, взаимоотношения в семье.

Обобщение разделов за год (3 часа)

Повторение 2 часа.

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата проведения
1-2	Вводное занятие. Что такое ОСЖ?	
Личная гигиена (8 ч)		
3	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	
4	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.	
5	Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	
6-7	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	
8	Уход за волосами.	
	Здоровье и красота прически.	
9	Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих.	
10	Обобщение тем по разделу «Личная гигиена»	
Одежда и обувь (8 ч)		
11	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.	
12-13	Виды одежды и головных уборов.	
14-15	Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	
16-17	Виды обуви. Повседневный уход за обувью.	
18	Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь»	
Питание (12 ч)		

19-20	Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей. Экскурсия в магазин.	
21	Место приготовления пищи и оборудование его.	
22	Посуда и приборы. Правила и приемы ухода за посудой и помещением.	
23	Сервировка стола к завтраку. Практическая работа.	
24-25	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды.	
26-27	Приготовление салатов и винегретов. Практическая работа.	
28	Правила заваривания чая.	
29	Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца. Практическая работа.	
30	Обобщение тем по разделу «Питание».	
Культура поведения (6 ч)		
31-32	Значение осанки. Формы исправления осанки. Осанка.	
33-34	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой.	
35-36	Правила поведения за столом. Сервировка стола к чаепитию.	
Жилище (9 ч)		
37-38	Виды жилых помещений в городе и селе: жилой дом, квартира, интернат.	
39	Варианты квартир и подсобных помещений.	
40-41	Почтовый адрес дома, школы. Заполнение адреса на конвертах. Практическая работа.	
42	Гигиенические требования к жилому помещению	

43 - 44	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола.	
45	Обобщение тем по разделу «Жилище».	
Транспорт (6 ч)		
46	Виды транспортных средств.	
47 - 48	Поведение в транспорте и на улице	
49 - 50	Правила и знаки дорожного движения.	
51	Обобщение тем по разделу «Транспорт».	
Торговля(8 ч)		
52	Виды торговых предприятий. Их значение для людей, и животных.	
53	Продуктовые магазины и их отделы.	
54 - 55	Экскурсия в продуктовый магазин.	
56	Виды товаров:	
	фасованные, в развес и в розлив.	
57- 58	Порядок покупки товара в продуктовом магазине. Срок годности.	
59	Промежуточная аттестация по основам социальной жизни за курс 5 класса	
Семья (4 ч)		
60- 61	Семья, родственные отношения в семье.	
62- 63	Состав семьи учащихся, взаимоотношение в семье.	
64- 66	Обобщение разделов за год	
67- 68	Повторение.	