

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики «Школа № 75»

Рассмотрена на заседании МО учителей
общеучебных дисциплин
ГКОУ УР «Школа № 75»
Протокол от 30.05.23 г. № 2

Принята на заседании педагогического
совета ГКОУ УР «Школа № 75»
Протокол от 31.05.2023 г. № 5

Утверждена
Приказом ГКОУ УР «Школа № 75»
от 07.06.2023 г. № 155/01 – 03

**Рабочая программа
учебного предмета
«Основы социальной жизни»**

(вариант 1)
для слабовидящих обучающихся

6 класс

Основы социальной жизни

6 класс

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» адресована слабовидящим обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I).

Главная цель изучения предмета в старших классах- подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи изучения курса:

-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 и использованием деловых бумаг);

– развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

Специальная задача: коррекция и речи и мышления школьников с ограниченными возможностями здоровья.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Специфика обучения заключается в том, что обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. Для социализации данной категории учащихся необходим определенный уровень сформированности коммуникативной функции речи, умений и навыков. В связи с этим, программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений (в течение всего времени изучения предмета с 5 по 10 класс основные разделы («Личная гигиена», «Уход за одеждой», «Питание», «Жилище», «Медицинская помощь», «Бюджет», «Транспорт», «Торговля» и др.) повторяются из года в год, дополняясь новыми сведениями.

Для достижения поставленных задач, используются следующие **методы обучения:**

- наглядные;
- словесные;
- практические.

Формы организации учебной деятельности:

- коллективная;
- групповая;
- индивидуальная.

Используемые средства обучения:

- вербальные;

- визуальные;
- технические.

3. Описание места учебного предмета.

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 часа в неделю). Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных, устных повседневных работ, практических работ, текущих и итоговых контрольных работ.

4. Личностные и предметные результаты.

Личностные результаты

<i>№</i>	<i>Критерии</i>	<i>Индикаторы</i>
1	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	<p>Элементарные знания о своем родном крае, его истории и культуре</p> <p>Понимание связи с близкими, друзьями, одноклассниками, с Родиной.</p> <p>Выполнение поручений в семье, в школе.</p>
2	Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	<p>Овладение элементарными навыками самообслуживания</p> <p>Выполнение поручений в семье, в школе (заправить кровать, помыть посуду, выполнить уборку, провести дежурство и т.д.).</p> <p>Способность дать знать о недомогании, о том, что тревожит, пугает вербальными и невербальными средствами.</p>
3	Овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	<p>Умение ориентироваться в устройстве школьной жизни (пространство школы, расписание и т.п.)</p> <p>Понимание предназначения окружающих в быту предметов и вещей</p>
4	Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия	<p>Способность обращаться за помощью</p> <p>Умение вести разговор (начать, поддерживать, завершить)</p>
5	Проявление готовности к самостоятельной жизни	Адекватность бытового поведения с точки зрения сохранности окружающей предметной и природной среды
6	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Соблюдение в повседневной жизни норм речевого этикета и правил устного общения (обращение, вежливые слова)
7	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей	Проявление доброжелательности в отношении к окружающим людям
8	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям	Бережное отношение к природе (животным, растениям)

Предметные результаты.

	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Должны знать	<ul style="list-style-type: none"> - правила закаливания организма; - некоторые лекарственные препараты домашней аптечки; - моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений; - виды одежды в зависимости от сезона: летняя, зимняя, демисезонная; - некоторые правила ухода за одеждой; - виды круп; - блюда из яиц; - автовокзал; - «Почту России»; - место работы членов семьи, должности, профессии. 	<ul style="list-style-type: none"> - приемы обтирания и мытья ног; - правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий; - правила бережного отношения к зрению; - лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке; - средства и правила ухода за различными видами мебели; - виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений; - виды одежды в зависимости от сезона: летняя, зимняя, демисезонная; - правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, починка; - правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва; - правила хранения муки и круп; - категорию яиц, правила их хранения; - об автобусах пригородного сообщения; - «Почту России»; - место работы членов семьи, должности, профессии.
Должны уметь	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила личной гигиены дома, в школе; - выполнять комплекс утренней гимнастики; - вытирать пыль с мебели; - проводить влажную уборку помещения; - пришивать пуговицы; - гладить носовые платки; - приготовить омлет; - приготовить овощной салат; - написать свой адрес. 	<ul style="list-style-type: none"> - закаливать свой организм; - составлять комплекс утренней гимнастики; - определять срок годности лекарственных препаратов первой необходимости; - производить уход за мебелью; - проводить сухую и влажную уборку помещения; - пришивать пуговицы; - гладить изделия из х/б ткани; - приготовить омлет, яичницу; - приготовить овощной салат; - написать свой адрес на конверте.

5. Содержание учебного предмета.

№ раздела	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Личная гигиена	<p>Закаливание организма. Способы закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Воздушные и солнечные процедуры. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.</p> <p>Практические работы: Уход за глазами. Составление комплекса утренней гимнастики.</p>	5
2	Охрана здоровья	<p>Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения лекарственных препаратов.</p> <p>Практическая работа: Определение срока хранения лекарственных препаратов.</p>	3
3	Жилище	<p>Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели. Правила ухода за убранством жилых комнат. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.</p> <p>Практическая работа: Сухая и влажная уборка.</p>	5
4	Одежда и обувь	<p>Виды одежды в зависимости от назначения (деловая, праздничная, спортивная). Виды одежды в зависимости от сезона: летняя, зимняя, демисезонная. Виды одежды в зависимости от способа ношения: верхняя, нижняя. Уход за одеждой. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, починка. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распорвшегося шва. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, починка. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.</p> <p>Практические работы: Пришивание пуговиц. Глажение носовых платков, салфеток.</p>	6
5	Питание	<p>Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Мука и крупы.</p>	7

		Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Яйца. Категория. Правила хранения. Обед. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Рецепты. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. Практические работы: Приготовление блюд из яиц. Приготовление овощного салата.. Мытье посуды.	
6	Транспорт	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения. Стоимость проезда. Расписание. Покупка билета. Экскурсия на вокзал.	2
7	Средства связи	Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Практическая работа. Написание адреса на конверте. Экскурсия на почту.	3
8	Семья	Семья. Место работы членов семьи, должности, профессии. Распределение обязанностей в семье. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	3
Итого:			34

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ раздела	Название раздела	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
1	Личная гигиена	1. Вводный урок. ТБ в кабинете СБО. 2. Диагностическая контрольная работа. 3. Закаливание организма. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. 4. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. 5. Обобщающий урок по теме «Личная гигиена».	Слушание рассказа учителя. Рассказ учащихся о самостоятельном пользовании личными вещами. Участие в беседах по темам уроков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическими материалами. Просмотр видеороликов, презентаций на темы урока. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнения практических работ. Анализ выполнения практических работ.
2	Охрана здоровья	1. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. 2. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. 3. Обобщающий урок по теме «Охрана	Слушание рассказа учителя. Рассказ учащихся по теме. Участие в беседах по темам уроков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическими материалами.

		здоровья». Практическая работа. Определение сроков хранения лекарственных препаратов.	Просмотр видеороликов, презентаций на темы урока. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
3	Жилище	1. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. 2. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью. 3. Магазины по продаже различных видов мебели. 4. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. 5. Обобщающий урок по теме «Жилище». Практическая работа. Сухая и влажная уборка.	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Ответы на вопросы учителя. Практическая работа. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
4	Одежда и обувь	1. Виды одежды в зависимости от назначения (деловая, праздничная, спортивная), от сезона, от способа ношения. 2. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, починка. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. 3. Контрольная работа за I полугодие. 4. Практическая работа. Пришивание пуговиц. Глажение носовых платков, салфеток. 5. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. 6. Обобщающий урок по теме «Одежда и обувь».	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентации. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практической работы. Анализ выполнения практической работы.
5	Питание	1. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. 2. Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения. 3. Блюда из круп, яиц, овощей. Практическая работа. Приготовление омлета. 4. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Рецепты. Практическая работа. Приготовление овощного салата. 5. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами.	Слушание рассказа учителя. Работа с дидактическим материалом. Выполнение записей в тетради. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Инструктаж «Соблюдение ТБ при использовании режущих предметов». Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.

		<p>Практическая работа. Мытье посуды.</p> <p>6. Контрольная работа за I полугодие.</p> <p>7. Обобщающий урок по теме «Питание».</p>	
6	Транспорт	<p>1. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения. Расписание. Покупка билета.</p> <p>2. Экскурсия на автовокзал.</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
7	Средства связи	<p>1. Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России".</p> <p>2. Экскурсия на почту.</p> <p>3. Обобщающий урок по темам «Транспорт», «Средства связи». Практическая работа. Написание адреса на конверте.</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций, видеороликов. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
8	Семья	<p>1. Семья. Место работы членов семьи, должности, профессии.</p> <p>2. Контрольная работа за II полугодие.</p> <p>3. Обобщающий урок по теме «Семья».</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Практическая работа.</p>

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Учебники	Методические и учебные пособия	Дидактический материал	Электронные пособия	Другое
<p>Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева, гуманитарный издательский центр ВЛАДОС.</p>	<p>1.В.В. Воронкова «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДО – 2000 год. 2. Девяткова Т.А. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2005. 3. Романина В.И., Павлова Н.П. Программа специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ под ред. В.В. Воронковой. М.: Гуманит, изд. Центр ВЛАДОС, 2010. 4. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Практическое пособие. Изд.3-е испр. и доп.- М.: АРКТИ, 2005. 5.Т.И. Морозова, С.А. Морозов Методические рекомендации по работе с книгой "Я и мой день" ТМ., Издательство МГОУ, 2003. 6.Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида: Методическое пособие.-2-е изд.-М. :Изд-во НЦ ЭНАС,2006.-(Коррекционная школа).</p>	<p>1.Разрезные картинки - пазлы «Игрушки». 2.Таблица «Человек» (части тела, органы). 3.Шнуровальный планшет и ботинок. 4.Дидактический наглядный материал-серии карточек: «Одежда», «Обувь», «Посуда», «Продукты», «Мебель», «Инструменты», «Профессии», «Игрушки», «Бытовая техника и приборы». 5.Телевизор. 7.Зеркало. 8.Зубные щетки. 9.Иголки,нитки.,пуговицы ,ножницы. 10. Утюг, гладильная доска. 11.Предметы бытовой химии. 12.Предметы по уходу за внешностью: расческа, щетка, заколки. 13.Салфетки, полотенца, туалетная бумага, мыло. 14.Ведро, тазик, ткань для вытирания пыли. 15.Лейка для поливки цветов. 16.Метелка,совок.</p>		

8. Контрольно – измерительные материалы.

Диагностическая контрольная работа.

1. Что такое ОСЖ?
О –
С –
Ж –
2. Подчеркни средства личной гигиены: зубная щетка, зубная паста, шампунь, расческа, мочалка.
3. Допиши определение. К предметам личной гигиены относятся.....
4. Допиши определение? Транспорт- это....
5. Перечисли виды транспорта (по месту передвижения)....
6. Допиши предложение. К доврачебной помощи относится....
7. Что такое жилище? Подчеркни правильный ответ
А) Место, где работают люди
Б) Место, где живут люди.
В) Место, где развлекаются.

8. Заполни таблицу.

Жилые помещения	Подсобные помещения

9. Напишите, какие отделы есть в продуктовых магазинах?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

10. Ответь на вопрос. Как называется вид одежды, которую носят осенью-весной?

11. Допиши предложение. К основным средствам связи относятся....

Контрольная работа за I полугодие.

1. Вставь. пропущенные слова.

Солнце, _____ и вода наши лучшие друзья.

Чтобы быть здоровым, надо _____.

2. Как называется душ с резкой сменой температуры воды?

- а) теплый;
- б) прохладный;
- в) контрастный;
- г) холодный.

3. Чтобы сохранить зрение, книгу рекомендуют читать:

- а) лежа в постели;
- б) в транспорте;
- в) сидя.

4. Отметь + правильные утверждения.

- а) Лекарственные растения можно собирать вдоль дорог.
- б) Лекарственные растения можно собирать только в сухую и солнечную погоду.
- в) Сушить растения надо только в тени.
- г) Сушить растения можно только в микроволновой печи.
- д) В течение дня растения переворачивают 2 раза и больше.
- е) Можно собирать неизвестные растения.

5. Допиши предложения.

- 1. Ежедневную уборку выполняют (как часто?)...
- 4. К влажной уборке относится....
- 5. Инвентарь для влажной уборки:...

6. Что нужно раньше делать? Отметь галочкой.

- Подметать пыль
- Вытирать пыль

7. Как называется вид мебели, покрытой тканью или кожей?

- а) мягкая;
- б) пластиковая;
- в) деревянная;

г) корпусная.

8. Как называется предмет, предназначенный для отражения находящихся перед ним предметов?

- а) стекло;
- б) пластик;
- в) зеркало;
- г) окно.

Контрольная работа за II полугодие.

1. Заполнить таблицу.

Название одежды по сезону	Время года	Назначение одежды	Названия предметов одежды
Летняя		Защита от перегревания тела, от солнца	
		Защита	
		Защита	

2. Допиши предложения.

- 1. Мокрую одежду встряхни, повесь
- 2. Грязь с сухой одежды очисти
- 3. Платья, блузки. Костюмы, пальто..... в шкаф.

4. Верхнюю одежду вешай на плечики.
5. Лёгкую одежду вешай наплечики.
6. Вязаные вещи на полку в шкаф.

Слова для справок: на плечики и высуши, вешай на плечики, узкие, складывай, щёткой, широкие.

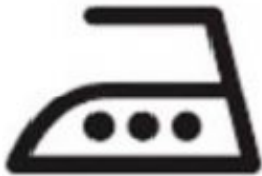
3. Подпиши, что обозначает каждый символ.

1.





2.



3.

4. Продолжи предложения.

Скорпортящиеся продукты хранятся в _____.

К нескорпортящимся продуктам относятся _____.

5. Допиши предложение. К столовым приборам относятся _____.

6. Допиши предложение. Посуда, которую накрывает на стол называется _____.

7. Допиши предложение. В этой посуде готовят кушать _____.

8. Заполните таблицу.

Способы варки яиц.

Способ приготовления	Время приготовления, мин	Готовность

9. Поставьте порядок очередность мытья посуды _____ Тарелки.

___ Вилки, ложки, ножи.

___ Кастрюли, сковородки.

___ Стеклянная.

___ Чайная.

10. Допиши предложение. К пригородному транспорту относятся _____.

11. Допиши предложение. Место отправления писем, посылок, бандеролей это _____.

