

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Центр образования Фёдоровский»

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО
учителей предметников

/ Валиулина Л.Г./

Протокол № 1 от 24.08.2023 г.

«Согласовано»

Заместитель
директора по УВР

/ Залюбовина Е.В./

24.08.2023 г.

«Утверждено»

на заседании
педагогического совета
приказ № 1
от «25» августа 2023 г.
Председатель п.с.

/ Кислова А.Ю./

**Рабочая программа общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

7 КЛАСС

Составитель:
учитель технологии
Кириллова Т.В.

Фёдоровка

2023 г.

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 (<https://clck.ru/33NMkR>). ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Описание места учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета «Основы социальной жизни» в 7 классе отводится 68 часов в год (занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей *целью* практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные *задачи*, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами в 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 пользования 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 жизни.

Общая характеристика предмета

Занятия по основам социальной жизни проводятся в специально оборудованном кабинете, обеспечивающем выполнение в полном объеме всех видов теоретических и практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Программа ОСЖ составлена с учетом возможностей учащихся специальной (коррекционной) общеобразовательной школы, уровня их знаний и умений.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета используются как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя) методы организации практических работ.

На уроках изучаются правила техники безопасности, формируются умения пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Учащиеся приучаются к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа имеет различное назначение. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний — заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ, например «Культура поведения». В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» ит. п.

Сюжетно-ролевые игры в основном проводятся на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.).

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. В ходе экскурсий проводятся практические работы.

Межпредметные связи

Занятия по основам социальной жизни тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

На занятиях по ОСЖ уделяется внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка.

Основы социальной жизни учащихся имеют логическое продолжение в системе внеклассной работы.

Программа служит ориентиром для воспитателя при отборе материала, определении его тематики, объема и последовательности изучения.

Связь учителя с воспитателем осуществляется при совместном проведении отдельных экскурсий и некоторых итоговых практических занятий, которые можно объединять с внеклассными мероприятиями. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

Основные умения и навыки

Раздел	Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь
Личная гигиена	<ul style="list-style-type: none"> - правила личной гигиены юноши и девушки; - виды косметических салфеток; - правила ухода за кожей лица и волосами. 	<ul style="list-style-type: none"> - определять тип кожи и волос; - подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос.
Одежда и обувь	<ul style="list-style-type: none"> - особенности стирки цветного и белого белья; - правила пользования моющими средствами; - устройство стиральной машины и правила пользования ею; - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды и стирке вручную и с помощью стиральной машины; - последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей; - назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную; - правила пользования прачечной самообслуживания. 	<ul style="list-style-type: none"> - ремонтировать разорванные места одежды разными видами штопки, накладыванием заплат; - стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины; - гладить одежду и белье.
Питание	<ul style="list-style-type: none"> - виды питания, их особенности; - значение первых, вторых блюд; - правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи. 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером); - приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов; - составить меню завтрака, обеда, ужина на день.
Семья	<ul style="list-style-type: none"> - правила ухода за младшими детьми; - различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки. 	<ul style="list-style-type: none"> - ухаживать за младшими детьми; - объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; - помогать младшим при уборке игрушек; - рассказывать им сказки; - петь с ними детские песенки.

Культура поведения	<ul style="list-style-type: none"> - правила поведения при встрече и расставании; - правила поведения в гостях; - правила поведения при вручении и приема подарка. 	<ul style="list-style-type: none"> - культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.); - выбирать подарки; - изготавливать простые сувениры; - вручать и принимать подарки.
Жилище	<ul style="list-style-type: none"> - последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; - способы и периодичность ухода за окнами; - виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон; - способы утепления окон; - правила топки печей и заготовки топлива; - правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытий. 	<ul style="list-style-type: none"> - убирать жилые помещения; - мыть зеркала и окна; - утеплять окна; - ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства.
Транспорт	<ul style="list-style-type: none"> - функции железнодорожного транспорта; - тип пассажирского вагона(общий, плацкартный, купейный, мягкий); - примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния; - виды справочных служб, камер хранения; - сроки и стоимость хранения багажа; - о сроках и месте возврата приобретенного билета. 	<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в расписании; - приобретать билеты в ж/д кассах; - обращаться за справкой в справочное бюро вокзала ; - ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом; - выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте.
Торговля	<ul style="list-style-type: none"> - назначение универмага и универсама; - различия между ними; - за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам; - стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров. 	<ul style="list-style-type: none"> - найти нужные товары в отделах универмага или универсама; - приобретать товары с учетом необходимости в потребностях и с финансовыми возможностями.
Средства связи	<ul style="list-style-type: none"> - перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке; - максимальный вес почтовых отправлений; - виды и способы упаковок; - виды почтовых отправлений. 	<ul style="list-style-type: none"> - заполнить бланк на отправку посылки, бандероли; - составить опись посылаемых предметов; - упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке; - определить стоимость почтовых отправлений.

<p>Медицинская помощь</p>	<ul style="list-style-type: none"> - меры по предупреждению переломов; - виды доврачебной помощи; - правила обработки раны и наложения повязки; - меры предупреждения осложнений после микротравмы; - правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях, вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины). 	<ul style="list-style-type: none"> - использовать лекарственные растения при оказании первой помощи; - готовить настои, отвары из лекарственных растений; - обрабатывать раны, накладывать повязки.
<p>Учреждения, организации и предприятия</p>	<ul style="list-style-type: none"> - местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия; - название цехов, отделов, рабочих специальностей; - виды выпускаемой продукции. 	<ul style="list-style-type: none"> - обращаться с вопросами к работникам предприятия.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личная гигиена

1. Личная гигиена подростка.
Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты здоровья тела.
2. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Одежда

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.
2. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.
3. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.
4. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

Практические работы:

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

Экскурсия:

Экскурсия в химчистку.

Питание

Тематика:

1. Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.
2. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.
3. Сервировка стола к обеду.

Практические работы:

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

Семья

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Практические работы:

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр.

Проведение игр с детьми младшего возраста.

Культура поведения

1. Поведение в гостях.
2. Подарки.

Практическая работа:

Изготовление несложных сувениров.

Жилище

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.
2. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.
3. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).
4. Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Практические работы:

Уборка помещения. Мягкая чистка мебели, мытье зеркал, утепление окон.

Транспорт

1. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.
2. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камера хранения багажа.

Экскурсия:

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

Торговля

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.
2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

Экскурсия:

Экскурсия в магазин.

Средства связи

1. Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

Практические работы:

Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

Экскурсия:

На почту.

Медицинская помощь

1. Домашняя аптечка. Термометр.
2. Лекарственные растения.
3. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

Практические работы:

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

Учреждения, организации и предприятия

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экскурсия:

Экскурсия на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

Экономика домашнего хозяйства

1. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.
2. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.
3. Мелкие расходы.

Практические работы:

Упражнения по определению доходов семьи.

Составление доверенности на получение зарплаты.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ раздела/ темы тем	Название раздела	Количество часов	
		по разделам	экскурсий
1	Вводное занятие	1	
2	Личная гигиена	4	
3	Одежда	6	1
4	Питание	10	
5	Семья	6	
6	Культура поведения	4	
7	Жилище	8	
8	Транспорт	4	1
9	Торговля	3	1
10	Средства связи	5	1
11	Медицинская помощь	7	
12	Учреждения, организации, предприятия	2	1
13	Экономика домашнего хозяйства	3	
	Итого:	63	5
	Всего:	68	