

Рабочая программа курса основы социальной жизни составлена на основе требований Стандарта ФГОС для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), В.В. Воронковой «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов, сборник 1», Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, Москва 2011 год, данная программа соответствует базисному учебному плану общеобразовательных учреждений России и допущена Министерством образования РФ.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

- овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- развитие коммуникативной функции речи;
- получение первоначальных знаний о мире профессий и сферах профессиональной деятельности человека;
- освоение знаний о путях получения профессии и построения профессиональной карьеры;
- воспитание уважительного и ответственного отношения к любому виду труда, полезного для общества и страны.

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

Учебная программа по ОСЖ строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в

прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс. В 5 классе по теме «Одежда и обувь» к концу года учащиеся должны знать только виды одежды и обуви, их назначение и уход за ними.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Начиная с 5 класса, обучающиеся знакомятся с миром профессий. Темы раздела Профессиональное самоопределение каждый год пополняют знания о самых простых, но необходимых обществу профессиях, в том числе востребованных в Дальневосточном регионе.

Предметные результаты освоения учебного предмета основы социальной жизни

5 класс:	
Достаточный уровень	Минимальный уровень
совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.	совершать вечерний туалет, причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, содержать их в чистоте индивидуальные вещи, беречь зрение, отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя.
различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.	различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду.
прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.	прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами

записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.	состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.
следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.	принимать правильную позу в положении сидя и стоя, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.
писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.	писать адрес, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.
соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.	соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.	выбирать необходимые продукты питания, оплатить покупку.
определять в себе необходимые черты характера для выбора будущей профессии	представлять характер профессиональной деятельности младшего медицинского персонала, помощника воспитателя

**Содержание учебного предмета основы социальной жизни
5 класс**

№ п/п	Название раздела	Краткое содержание раздела
1	Личная гигиена и здоровье	Здоровое и рациональное питание(сбалансированное) и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.)
2	Охрана здоровья	<i>Виды медицинских учреждений:</i> поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.
3	Жилище	<i>Общее представление о доме. Правил пользования</i>

		<p>общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме.</p> <p><i>Планировка жилища.</i> Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.</p>
4	Одежда и обувь	<p><i>Одежда.</i> Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.</p> <p><i>Уход за одеждой.</i> Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.</p> <p><i>История возникновения одежды.</i> Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды. <i>Национальная одежда.</i></p>
5	Питание	<p><i>организация питания семьи.</i> Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.</p> <p><i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.</p> <p><i>Завтрак.</i> Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канapé. Приготовление бутербродов. Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп.</p> <p>Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.</p> <p>Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц. Напитки для завтрака.</p> <p>Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.</p>
6	Транспорт	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p>

		<i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.
7	Профессиональное само-определение	<i>Младший медицинский персонал.</i> Обязанности санитаря в медицинском учреждении. Важность его деятельности для общества. <i>Помощник воспитателя.</i> Обязанности помощника воспитателя в детском саду. Важность данной профессии для общества.

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Название раздела /темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся:
1	Личная гигиена и здоровье	10	Мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос. Чистка ушей
2	Одежда и обувь	6	Сушка и чистка обуви, уборка сезонной обуви на хранение.
3	Питание	12	Приготовление бутербродов. Нарезка овощей. Отваривание яиц
4	Культура поведения	8	Выполнение упражнений по исправлению осанки. Ролевые игры. Организация чаепития.
5	Я и моя будущая семья	4	Понятие о доме, семье, семейных обязанностях. Члены семьи. Семейные традиции. Уклад семьи в прошлом. Современная семья.
6	Жилище	12	Содержание в чистоте рабочего места. Запись почтового адреса. Тестирование.
7	Транспорт	6	Изготовление дорожных знаков.
8	Торговля	6	Экскурсии, покупка товаров.
9	Профессиональное само-определение	4	Знакомство с миром профессий: младший медицинский персонал; помощник воспитателя.
	итого	68	

Формы организации учебных занятий:

- Сюжетно-ролевые игры
- Экскурсии
- Практические работы.

**Календарно-тематическое планирование
по основам социальной жизни
в 5 классе на 2020 – 2021 учебный год**

№ урока	КОЛ – ВО часов	Тема урока	дата
			5
<u>1 четверть (16 часов)</u>			
Личная гигиена и здоровье -10 часов			
1-2	2	Беседа о содержании и значении предмета ОСЖ. Знакомство с кабинетом. Правила техники безопасности и санитарно-гигиенические требования	
3-4	2	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека. Практическая работа «Выполнение утреннего туалета».	
5-6	2	Уход за волосами. Практическая работа «Мытье головы»	
7-8	2	Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.	
9-10	2	Обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	
Одежда и обувь – 6 часов			
11-12	2	Виды одежды и головных уборов Практическая работа «Правила и приемы повседневного ухода за одеждой» (предупреждение загрязнения, сушка, чистка).	
13-14	2	Виды обуви. Ее назначение и уход. Повседневный уход за обувью из замши, текстиля и шерсти. Подготовка обуви к сезонному хранению Практическая работа «Повседневный уход за кожаной обувью».	
15-16	2	Обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	
<u>2 четверть (16 часов)</u>			
Питание – 16 часов			
17-18	2	Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов составляющих рацион.	
19-20	2	Место приготовления пищи и оборудование его. Посуда и приборы. Правила и приемы ухода за посудой и помещением	
21-22	2	Сервировка стола к завтраку. Практическая работа.	
23-24	2	Приготовление завтрака Приготовление бутербродов.	
25-26	2	Приготовление винегрета. Практическая работа.	
27-28	2	Приготовление окрошки. Практическая работа.	
29-30	2	Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца. Практическая работа.	
31-32	2	Обобщающий урок. Контрольная работа.	

<u>3 четверть (20 часов)</u>			
Культура поведения – 8 часов			
33-34	2	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.	
35-36	2	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом.	
37-38	2	Ролевая игра – ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом.	
39-40	2	Правила поведения за столом.	
Жилище – 12 часов			
41-42	2	Виды жилых помещений в городе и селе: жилой дом, квартира, интернатские помещения	
43-44	2	Варианты квартир и подсобных помещений: комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. виды отопления в городе, селе.	
45-46	2	Почтовый адрес дома, школы-интерната. Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конвертах. Практическая работа.	
47-48	2	Организация рабочего места школьника. Практическая работа.	
49-50	2	Обобщение пройденного материала. Тест.	
<u>4 четверть (16 часов)</u>			
Транспорт -6 часов			
51-52	2	Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта).	
53-54	2	Поведение в транспорте и на улице.	
55-56	2	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Изготовление знаков дорожного движения.	
57-58	2	Обобщение пройденного материала. Тест.	
Торговля - 6 часов			
59-60	2	Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.	
61-62	2	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Экскурсия в продовольственный магазин. (Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы).	
63-64	2	Обобщение пройденного материала. Тест.	
Профессиональное самоопределение - 4 часа			
65-66	2	Младший медицинский персонал. Обязанности санитаря в медицинском учреждении. Помощник воспитателя. Обязанности помощника воспитателя в детском саду.	19.05.
67-68	2	Итоговое занятие за год. Контрольная работа.	

