

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа № 4 г. Иркутска»

<p>«Рассмотрено» Руководитель М.О. <i>Сид</i> Т. С. Савельева Протокол № 1 от «23» 08 2024 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора школы по УР ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска <i>Лос</i> Н. С. Полоскова «28» 08 2024 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска <i>И. В. Анучин</i> Приказ № 121 от «28» 08 2024 г.</p> 
---	--	--

Рабочая программа учебного предмета

«Основы социальной жизни»
(наименование учебного предмета)

для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1, 5 класс
(степень образования / класс)

на 2024-2025 уч. год.
(срок реализации программы)

Программу составил: Волошин В.В.
(Ф.И.О. учителя)

Иркутск

2024 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» для 5 класса разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) государственного общеобразовательного казенного учреждения Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа №4 г. Иркутска».

Цель: практическая подготовка 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 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 с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Общая характеристика учебного предмета

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. 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.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Основы социальной жизни, как учебный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся. На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения, используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами); репродуктивные (работа по образцам);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно-развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из

жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

2. Содержание учебного предмета

Рабочая программа предмета «Основы социальной жизни» рассчитана на 2 часа в неделю, 34 учебные недели (68 учебных часов).

1. Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Личные вещи для: правила хранения, уход. Гигиена тела. Уход за телом. Закаливание организма. Способы закаливания. Уход за волосами. Средства для ухода за волосами. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни человека.

2. Одежда и обувь. Виды одежды, хранение, способы ухода за ней. Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Химчистка. Услуги химчистки. Магазины по продаже одежды. Виды обуви, правила хранения и ее назначение. Магазины по продаже различных видов обуви. Ремонт обуви. Виды услуг.

3. Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств.

Лекарственные растения и препараты в домашней аптечке. Названия, способы хранения. Первая помощь при ушибах и травмах. Виды врачебной помощи. Вызов врача на дом и "скорой помощи". Негативное влияние самолечения на детский организм, его последствия. Амбулаторное лечение. Госпитализация больного.

4. Жилище. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Комнатные растения. Виды комнатных растений. Содержание домашних животных в городской квартире и уход. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня,

ванная комната, санузел. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение. Уход за жилищем, ежедневная уборка и сезонная. Кухня: ее назначение, кухонная утварь. Пользование электроприборами.

5. Питание. Организация питания семьи. Влияние правильного питания на здоровье человека. Приготовление и прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Место для приготовления пищи и его оборудование. Виды продуктов питания. Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Мясо и мясопродукты. Правила хранения и приготовления круп. Виды круп. Магазины по продаже продуктов питания. Жиры и яйца. Правила хранения, обработки, приготовления блюд. Овощи, фрукты, ягоды. Правила обработки, хранения. Польза для организма. Виды продовольственных рынков, их назначение.

6. Транспорт. Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Водный транспорт. Виды и назначение.

7. Средства связи. Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

8. Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Место работы членов семьи, должности, профессии. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим. Семейный досуг. Виды досуга. Отдых. Отдых и его разновидности. Культура межличностных отношений в семье. Старшее поколение в семье, уход и помощь.

3. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

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 педагогического работника;
- 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 педагогического работника 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 способов хранения и переработки продуктов питания;
 - составление ежедневного меню из предложенных 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;
 - 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);
 - 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 педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Личностные результаты:

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ темы	Тема урока	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Значение личной гигиены в жизни человека.	Личная гигиена, значение гигиены для здоровья.
2	Личные вещи: правила хранения и уход.	Основные правила ухода и хранения личных вещей.
3	Гигиена тела. Уход за телом.	Ежедневная гигиена тела, уход.
4	Закаливание организма. Способы закаливания.	Значение закаливания и виды закаливания организма.
5	Значение зрения в жизни человека.	Способы и средства ухода за волосами.
6	Виды одежды, способы ухода за ней.	Личная ежедневная гигиена подростка, средства для гигиены.
7	Виды обуви, ее назначение.	Вред для организма вредных веществ и их употребление.
8	Магазины по продаже одежды.	Правила питания и его значение в жизни человека.
9	Прачечная, услуги прачечной.	Питание дома, продукты для приготовления пищи.
10	Химчистка, услуги химчистки.	Приготовление пищи, правильный режим питания.
11	Виды доврачебной помощи.	Виды продуктов питания: польза и вред.
12	Обработка ран и ссадин с применением специальных средств.	Виды продуктов питания: польза и вред.
13	Лекарственные растения и препараты в домашней аптечке.	Молочные продукты и виды блюд на основе молока.
14	Первая помощь при ушибах.	Виды хлебобулочных изделий.
15	Вызов врача на дом и "скорой помощи».	Мясные продукты и полуфабрикаты, правила хранения.
16	Виды врачебной помощи.	Виды жиров, их польза для организма.
17	Амбулаторное лечение.	Виды растительных масел, применение и использование в пищу.
18	Типы жилых помещений в городе.	Правила хранения и употребления в пищу ягод, грибов, овощей.
19	Типы жилых помещений в сельской местности.	Мука и крупы: виды круп.
20	Виды комнатных растений.	Правила хранения муки и круп. Виды круп.
21	Уход за комнатными растениями.	Соль, сахар, пряности и приправы – употребление в пищу, правила хранения.
22	Виды домашних животных.	Соль и ее значение для питания.
23	Домашние животные и птицы в сельской местности.	Сахар: его польза и вред для организма человека.
24	Домашние животные в квартире и уход за ними.	Чай и кофе. Польза и вред напитков. Правила употребления.
25	Виды жилых и нежилых помещений в квартире.	Виды магазинов по продаже продуктов питания.

26	Назначение помещений в квартире и сельской местности.	Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые.
27	Виды мебели и ее назначение.	Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение для организма.
28	Уход за жилищем.	Виды теста и изделия из него.
29	Сезонная и регулярная уборка.	Правила измерения температуры, виды термометров.
30	Кухня и ее назначение.	Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств.
31	Правила пользования электроприборами.	Виды средств для профилактики простудных заболеваний.
32	Организация питания семьи.	Лекарственные растения и препараты в домашней аптечке, правила хранения.
33	Значение правильного питания в жизни подростка.	Оказание первой помощи при ушибах и травмах.
34	Место для приготовления пищи и его оборудование.	Оказание первой помощи при обморожениях и отравлениях.
35	Виды продуктов питания.	Правила ухода за больным на дому.
36	Магазины по продаже продуктов питания.	Виды доврачебной помощи на дому.
37	Виды хлебной продукции.	Лист нетрудоспособности: больничный лист и справка.
38	Мясо и мясопродукты, правила хранения.	Виды жилья: в городе и сельской местности.
39	Виды круп, правила хранения.	Правила содержания и уход за домашними животными в квартире.
40	Виды каш и правила приготовления.	Правила содержания и уход за домашними животными в сельской местности.
41	Чай и кофе: вред и польза продуктов.	Виды комнатных и нежилых помещений, их назначение.
42	Овощи, фрукты, ягоды – польза для организма.	Кухня: нагревательные приборы – правила пользования.
43	Виды продовольственных рынков, их назначение.	Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.
44	Виды городского транспорта.	Виды мебели в жилых помещениях и их назначение.
45	Правила поведения в транспорте.	Правила ухода за жилищем: ежедневная уборка и сезонная.
46	Виды пригородного транспорта.	Виды одежды. Особенности разных видов одежды.
47	Междугородний железнодорожный транспорт.	Головные уборы: виды и назначение (детские, женские, мужские).
48	Вокзалы и его службы.	Правила возврата или обмена купленного товара (одежды).
49	Авиационный транспорт и его назначение.	Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата.
50	Водный транспорт. Виды и назначение.	Правила ухода за обувью из различных материалов.

51	Средства связи – почта.	Виды городского транспорта. Оплата проезда.
52	Посылка: способы и правила отправления посылки.	Виды междугороднего железнодорожного транспорта.
53	Виды почтовых отправок: письмо, бандероль, посылка.	Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.
54	Виды денежных переводов.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.
55	Образовательные организации. Виды, их назначение.	Виды водного транспорта. Значение водного транспорта.
56	Родственные отношения в семье. Состав семьи.	Виды средств связи: радио и телевидение.
57	Место работы членов семьи, должности, профессии.	Виды бандеролей, порядок отправления.
58	Распределение обязанностей в семье.	Посылки. Правила и стоимость отправления.
59	Семейный отдых, виды отдыха.	Разновидность сотовых компаний, интернет-связь.
60	Культура межличностных отношений в семье.	Типы предприятий, организаций, учреждений, их назначение.
61	Старшее поколение в семье, уход и помощь.	Муниципальные власти. Структура, назначение.
62	Бюджет семьи.	Родственные отношения в семье.
63	Виды и источники дохода в семье.	Место работы членов семьи, должности, профессии.
64	Основные статьи расходов в месяц.	Досуг как средство укрепления здоровья.
65	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	Семейный отдых, виды отдыха.
66	Планирование дорогостоящих покупок.	Виды помощи старших младшим в семье.
67	Заработная плата членов семьи, пенсия.	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.
68	Определение суммы доходов месяц. Пр.р.	Расходы семьи, рассчитать расходы в месяц.
ИТОГО: 68 ч.		