

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

<p>«Рассмотрено» Руководитель М.О. <i>Савельева</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>Полоскова</i> Н. С. Полоскова «28» 08 2024 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска <i>Анучин</i> И. В. Анучин 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, 6 класс
(степень образования / класс)

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

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

Иркутск

2024 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» для 6 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.

Задачи:

- 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.

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 отправок: 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	Личная гигиена подростка.	Уметь пользоваться журналами мод и определять стиль одежды.
2	Гигиена тела. Уход за телом.	Знать способы обновления одежды с помощью мелких деталей.
3	Способы и приемы закаливания организма.	Знать размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата.
4	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.	Уметь подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями.
5	Значение зрения в жизни человека.	Знать правила выведения жирных, фруктовых, молочных пятен, пятен от крови, красок и др.
6	Виды одежды, способы ухода за ней.	Знать правила выведения жирных, фруктовых, молочных пятен, пятен от крови, красок и др.
7	Виды обуви, ее назначение.	Расширять кругозор о значении питания
8	Магазины по продаже одежды.	Уметь составлять меню диетического питания на день, неделю.
9	Предприятия бытового обслуживания: прачечная.	Уметь составлять меню диетического питания на день, неделю.
10	Предприятия бытового обслуживания: химчистка.	Уметь приготовить одно блюдо диетического питания.
11	Виды доврачебной помощи.	Уметь составлять меню на день для ребенка ясельного возраста и приготовить блюдо.
12	Виды лекарственных растений в домашней аптечке.	Знать названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
13	Первая помощь.	Уметь составлять меню праздничного стола. -Уметь выполнять его сервировку.
14	Уход за больным на дому.	Уметь составлять меню праздничного стола.

		-Уметь выполнять его сервировку.
15	Справка и листок нетрудоспособности.	Знать основные виды семейных отношений, морально-этические нормы взаимоотношений в семье.
16	Виды врачебной помощи.	Уметь давать правильную оценку семейным ситуациям. -Выполнять морально-этические нормы взаимоотношений в семье (к родителям, дедушкам, бабушкам).
17	Амбулаторное лечение.	Уметь выполнять обязанности, связанные с заботой о детях.
18	Виды одежды. Уход за одеждой. Хранение одежды.	Знать формы организации досуга в семье. -Уметь активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье.
19	Выбор и покупка одежды.	Знать семейные традиции. -Уметь поддерживать семейные традиции.
20	Виды обуви. Магазины обуви.	Уметь анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. -Усваивать моральные нормы поведения.
21	Уход за обувью. Хранение обуви.	Знать правила приема гостей.
22	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви.	Правила хозяев при встрече, расставании, во время визита). -Уметь встречать гостей, вежливо вести себя во время приема их.
23	Правила техники безопасности при приготовлении пищи.	Знать правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели).
24	Питание. Организация питания семьи.	Требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера. -Уметь расставлять мебель в квартире (на макете). -Подбирать детали интерьера

25	Приготовление пищи: обеденный рацион.	Знать правила сохранения жилищного фонда.
26	Виды продуктов питания.	Знать основные маршруты самолетов.
27	Полезные и вредные продукты для питания.	Службы аэровокзала. -Стоимость проезда.
28	Магазины по продаже продуктов питания.	Стоимость проезда. -Порядок приобретения и возврата билетов. -Правила посадки в самолет. -Правила поведения в аэропорту.
29	Рынки. Виды продовольственных рынков.	Уметь приобретенные умения при покупке товаров в магазинах, на рынке перевести самостоятельно в новые условия-ярмарки.
30	Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	Знать виды ярмарок. -Отличие ярмарки от рынка, магазина. -Время и место проведения ярмарки. -Цены ярмарочных товаров и их отличие от рыночных и магазинных
31	Изделия из теста. Виды теста.	Знать виды денежных переводов, их стоимость.
32	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок.	Уметь заполнять почтовый и телеграфный переводы. -Подсчитать стоимость денежных отправок. -Оформить квитанции по оплате услуг.
33	Мясо и мясопродукты: правила хранения.	Знать виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их значимость, необходимость.
34	Магазины по продаже продуктов питания.	Знать виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их значимость, необходимость.
35	Виды хлебной продукции.	Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.
36	Мясо и мясопродукты, правила хранения.	Совершенствовать знания учащихся, применять их в жизни.

37	Виды круп, правила хранения.	Знать правила и меры по предупреждению инфекционных заболеваний.
38	Чай и кофе: вред и польза продуктов.	Развивать практическую деятельность по уходу.
39	Виды городского транспорта.	Знать документы по нетрудоспособности.
40	Правила поведения в транспорте.	Знать документы по нетрудоспособности.
41	Виды пригородного транспорта.	Уметь пользоваться услугами предприятий
42	Междугородний железнодорожный транспорт.	Уметь пользоваться услугами предприятий
43	Вокзалы и его службы.	Знать учреждения и отделы по трудоустройству.
44	Авиационный транспорт и его назначение.	Знать учреждения и отделы по трудоустройству.
45	Водный транспорт. Виды и назначение.	Знать учреждения и отделы по трудоустройству.
46	Средства связи – почта.	Развивать слуховое и зрительное восприятие.
47	Средства связи – интернет.	Учить составлять деловые бумаги.
48	Посылка: способы и правила отправления посылки.	Учить составлять деловые бумаги.
49	Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	Учить оформлять деловые бумаги.
50	Назначение универсальных и специализированных магазинов.	Учить оформлять деловые бумаги.
51	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	Учить составлять деловые бумаги.
52	Экскурсия в промтоварный магазин.	Соблюдение личной гигиены.
53	Приобретение товаров в промтоварном магазине.	Правила ухода за личными вещами.
54	Виды денежных переводов.	Правила пользования предметами личной гигиены.

55	Образовательные организации. Виды, их назначение.	Правила ухода за волосами.
56	Типы, предприятий, организаций, учреждений.	Способы закаливания организма.
57	Исполнительные органы государственной власти.	Гигиенические требования к использованию личного белья.
58	Родственные отношения в семье. Состав семьи.	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни человека.
59	Место работы членов семьи, должности, профессии.	Вредные привычки и их влияние на организм человека.
60	Распределение обязанностей в семье.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.
61	Семейный отдых, виды отдыха.	Чай и кофе. Виды чая. Виды кофе. Польза и вред напитков.
62	Культура межличностных отношений в семье.	Магазины по продаже продуктов питания.
63	Старшее поколение в семье, уход и помощь.	Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые.
64	Бюджет семьи.	Режим питания. Приготовление пищи.
65	Виды и источники дохода в семье.	Место для приготовления пищи и его оборудование.
66	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	Виды продуктов питания.
67	Заработная плата членов семьи, пенсия.	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка.
68	Заработная плата членов семьи, пенсия.	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка.
ИТОГО: 68 ч.		