

Государственное бюджетное образовательное учреждение
Республики Хакасия
«Богградская санаторная школа - интернат»

РАССМОТРЕНО
На заседании педагогического
Совета
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора ГБОУ РХ «Богградская
санаторная школа - интернат»
_____ Д.К. Закатов
Приказ № 54 от 30.08.2023г

Рабочая программа по предмету:
«Основы социальной жизни»
для обучающихся 5 - 8 классов

Разработала:
учитель : Бикищенко Л.В.

с. Боград

2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая учебная программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для 5 – 8 классов составлена на основе следующих документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 (Приказ Минобр №1599 от 19.12.2014 г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (с последующими изменениями).
2. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденная приказом Минпросвещения России от 24.11.2022г № 1026
3. Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования ГБОУ РХ «Богградская санаторная школа-интернат».
4. Учебный план ГБОУ РХ «Богградская санаторная школа-интернат».
5. Положение о рабочей программе ГБОУ РХ «Богградская санаторная школа-интернат»

Целью данной программы является практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Задачи программы:

- 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.

В соответствии с учебным планом ГБОУ РХ «Богградская санаторная школа-интернат» на изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится:

- в 5 классе - 2 часа в неделю (68 часов в год)
- в 6 классе - 2 часа в неделю (68 часов в год)
- в 7 классе - 2 часа в неделю (68 часов в год)
- в 8 классе – 2 часа в неделю (68 часов в год)

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

- коррекционно-обучающую;
- коррекционно-развивающую;
- коррекционно-воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение трудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Межпредметные связи:

- ОСЖ – русский язык (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ);
- ОСЖ – математика (математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п.);
- ОСЖ – география (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий);
- ОСЖ – биология (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления);
- ОСЖ – трудовое обучение (выполнение практических заданий по уходу за одеждой).

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса «Основы социальной жизни»

5 класс.

Личностные результаты:

- уважительное отношение к иному мнению, культуре других народов;
- несёт личную ответственность за свои поступки;
- умеет сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях, не создаёт конфликтов и умеет находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

минимальный уровень

- имеют представления о разных группах продуктов питания;
- знают отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам, понимают их значения для здорового образа жизни человека;
- готовят несложные виды блюд под руководством учителя;
- имеют представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдают требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- знают отдельных виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдают усвоенные правила в повседневной жизни;
- знают правила личной гигиены и их выполняют под руководством взрослого;
- знают названия торговых организаций, их виды и назначения;
- совершают покупки различных товаров под руководством взрослого;
- знают и соблюдают правила поведения в общественных местах (в магазине, транспорте); достаточный уровень:
- знают способы хранения и переработки продуктов питания;
- самостоятельно готовят несложные знакомые блюда;
- самостоятельно совершают покупки товаров ежедневного назначения;
- соблюдают правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, глазами, ушами;
- соблюдают правила поведения в доме и общественных местах;
- имеют представления о морально-этических нормах поведения;
- владеют некоторыми навыками ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.)

6 класс.

Личностные результаты:

- уважительное отношение к иному мнению, культуре других народов;
- несёт личную ответственность за свои поступки;
- умеет сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях, не создаёт конфликтов и умеет находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

минимальный уровень

- имеют представления о разных группах продуктов питания;
- знают отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам, понимают их значения для здорового образа жизни человека;
- готовят несложные виды блюд под руководством учителя;
- имеют представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдают требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- знают отдельных виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдают усвоенные правила в повседневной жизни;
- знают правила личной гигиены и их выполняют под руководством взрослого;
- знают названия торговых организаций, их виды и назначения;
- совершают покупки различных товаров под руководством взрослого;
- знают и соблюдают правила поведения в общественных местах (в магазине, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

достаточный уровень:

- знают способы хранения и переработки продуктов питания;
- самостоятельно готовят несложные знакомые блюда;
- самостоятельно совершают покупки товаров ежедневного назначения;
- знают способы закаливания организма;
- соблюдают правила личной гигиены по уходу за руками, ногами,
- соблюдают правила поведения в доме и общественных местах;
- имеют представления о морально-этических нормах поведения;
- владеют некоторыми навыками ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.)
- владеют навыками обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- умеют пользоваться различными средствами связи для решения практических житейских задач.

7 класс.

Личностные результаты:

- уважительное отношение к иному мнению, культуре других народов;
- несёт личную ответственность за свои поступки;
- умеет сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях, не создаёт конфликтов и умеет находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

минимальный уровень

- имеют представления о разных группах продуктов питания;
- знают отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам,
- понимают их значения для здорового образа жизни человека;

- готовят несложные виды блюд под руководством учителя;
- имеют представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдают требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- знают отдельных виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдают усвоенные правила в повседневной жизни;
- знают правила личной гигиены и их выполняют под руководством взрослого;
- знают названия торговых организаций, их виды и назначения;
- совершают покупки различных товаров под руководством взрослого;
- знают и соблюдают правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знают названия организаций социальной направленности и их назначения;

достаточный уровень:

- знают способы хранения и переработки продуктов питания;
- самостоятельно готовят несложные знакомые блюда;
- самостоятельно совершают покупки товаров ежедневного назначения;
- соблюдают правила личной гигиены по уходу за нательным и постельным бельём;
- соблюдают правила поведения в доме и общественных местах;
- имеют представления о морально-этических нормах поведения;
- владеют некоторыми навыками ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- владеют навыками обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- умеют пользоваться различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знают основные статьи семейного бюджета;
- выполняют коллективный расчёт расходов и доходов семейного бюджета;

8 класс.

Личностные результаты:

- уважительное отношение к иному мнению, культуре других народов;
- несёт личную ответственность за свои поступки;
- умеет сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных ситуациях, не создаёт конфликтов и умеет находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

минимальный уровень

- имеют представления о разных группах продуктов питания;
- знают отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам, понимают их значения для здорового образа жизни человека;
- готовят несложные виды блюд под руководством учителя;
- имеют представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдают требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- знают отдельных виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдают усвоенные правила в повседневной жизни;
- знают правила личной гигиены и их выполняют под руководством взрослого;
- знают названия торговых организаций, их виды и назначения;
- совершают покупки различных товаров под руководством взрослого;
- знают и соблюдают правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знают названия организаций социальной направленности и их назначения;

достаточный уровень:

- знают способы хранения и переработки продуктов питания;
- самостоятельно готовят несложные знакомые блюда;
- самостоятельно совершают покупки товаров ежедневного назначения;
- соблюдают правила личной гигиены по уходу за кожей лица;
- соблюдают правила поведения в доме и общественных местах;
- имеют представления о морально-этических нормах поведения;
- владеют некоторыми навыками ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- владеют навыками обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- умеют пользоваться различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знают основные статьи семейного бюджета;
- выполняют коллективный расчёт расходов и доходов семейного бюджета;
- составляют различные виды деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Содержание тем учебного предмета.

5 класс

Тема	Кол – во часов	Содержание темы.
Личная гигиена	8	Личная гигиена – ее значение для здоровья человека. Соблюдение санитарно – гигиенических требований. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке вещей индивидуального пользования. Стирка носового платочка. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме. Пагубное влияние курения и алкоголя на здоровье и развитие детского организма и окружающих. Воспитание силы воли
Одежда и обувь.	4	Значение и виды одежды для сохранения здоровья человека Значение и виды головных уборов. Правила выбора головных уборов для определенного времени года. Предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
Семья	4	Взаимоотношения и родственные связи в семье. Правила поведения и обязанности в семье. Знакомство с полным именем. День рождения в семье.
Культура поведения.	6	Кто такой – культурный человек? Формы обращения к старшим, сверстникам при встрече и расставании. Приемы обращения с просьбой, вопросом.

		Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Правила поведения за столом дома, в школе и в гостях.
Жилище.	6	Знакомство с видами жилых помещений. Жилье по конструкции. Соблюдение порядка в жилом помещении. Знакомство с видами отопления в городе и селе. Пожарная безопасность. Почтовый адрес дома, школы.
Питание	14	Значение питания в жизни и деятельности людей. Режим питания. Рацион питания. Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой помещением, где готовят пищу. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Приготовление напитка из варенья. Приготовление овощного салата. Нарезка хлеба. Сервировка стола к завтраку.
Транспорт.	8	Знакомство с видами транспортных средств. Правила поведения в транспорте и на остановке. Правила дорожного движения. Специальный транспорт. Оплата проезда в транспорте.
Торговля.	14	Виды торговых предприятий. Значение торговых предприятий для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Виды товаров фасованные, в развес и в розлив. Порядок приобретения товара с помощью продавца и самостоятельно. Срок годности товара. Стоимость. Хранение фасованных товаров и в розлив. Правила поведения в магазине. Выбор необходимых продуктов с учетом срока годности.
Всего.	68	

6 класс.

Тема.	Кол – во часов.	Содержание темы.
Личная гигиена.	6	Значение закаливания организма. Правила и приемы ухода за органами зрения. Гигиена зрения при чтении, просмотре передач. Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на здоровье.
Одежда и обувь.	6	Значение опрятного вида человека. Мелкий ремонт одежды.

		<p>Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани.</p> <p>Утюг. Правила ТБ при работе с утюгом.</p> <p>Утюжка изделий из х/б тканей.</p>
Семья.	4	<p>Место работы каждого члена семьи. Занимаемая должность.</p> <p>Права и обязанности каждого члена семьи.</p>
Культура поведения.	4	<p>Правила поведения в общественных местах.</p> <p>Культура общения со сверстниками и старшими при встрече и расставании.</p> <p>Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.</p> <p>Мимика и жесты при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
Жилище.	6	<p>Гигиенические требования к жилому помещению.</p> <p>Уборка помещения, мытье окон, зеркал.</p> <p>Подбор предметов для влажной уборки.</p> <p>Виды уборки помещения, их отличия.</p> <p>Правила и приспособления сухой уборки.</p> <p>Правила и приспособления для влажной уборки.</p> <p>Пылесос и его устройство. Работа с пылесосом.</p> <p>Виды мебели. Виды материала для изготовления мебели. Виды покрытия мебели, их особенности.</p> <p>Уход за мебелью в зависимости от покрытия.</p>
Транспорт.	6	<p>Виды городского транспорта и их отличия.</p> <p>Маршруты городского транспорта.</p> <p>Правила поведения, принятые в транспорте..</p> <p>Способы оплаты проезда.</p> <p>Виды междугородного транспорта.</p> <p>Расписание. Направления.</p> <p>Пригородные поезда. Расписания. Направления.</p> <p>Способы заказа и приобретение билетов.</p>
Торговля.	6	<p>Назначение промышленных магазинов.</p> <p>Разновидности отделов. Правила поведения покупателя.</p> <p>Понятие «специализированные» магазины.</p> <p>Соблюдение правил безопасного поведения в общественных местах.</p> <p>Порядок приобретения товара. Оплата. Хранение чека.</p> <p>Экскурсия в магазин промышленных товаров.</p>
Средства связи.	6	<p>История развития средств связи. Основные средства связи и их назначение.</p> <p>Назначение почты. Виды услуг. Работники почты</p> <p>Разновидности писем. Назначение писем.</p> <p>Требования написания писем. Написание индекса.</p> <p>Виды бандеролей. Допустимый вес. Товары, пересылаемые бандеролью.</p> <p>Правила упаковки. Порядок отправления. Оплата.</p>
Медицинская помощь.	8	<p>Виды медицинской помощи. Виды врачебной помощи. «Скорая помощь». Амбулаторный прием, госпитализация.</p>

		Понятие «доврачебная помощь». Температура тела, способы измерения и оказание помощи. Виды и названия лекарственных растений. Их назначение. Способы использования. Меры предупреждения глистных заболеваний.
Питание.	14	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Приготовление каши. Заваривание чая. Приготовление омлета. Сервировка стола к завтраку.
Учреждения, организации и предприятия.	2	Дошкольные учреждения, школа, ДДТ, гимназия, лицей, колледж и их назначение.
Всего.	68	

7 класс.

Тема.	Кол – во часов.	Содержание темы.
Личная гигиена.	2	Переходный возраст. Особенности личной гигиены подростка. Правила приема сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волос. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела и постельного белья.
Одежда и обувь.	8	Значение продления срока службы одежды. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. Стирка белья вручную. Знакомство учащихся с особенностями глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец. Знакомство учащихся с назначением прачечной, химчистки, видами услуг, способами сдачи вещей в химчистку, прачечную.
Семья.	2	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Разучивание игр для младших детей.
Торговля.	4	Расширение представления учащихся о назначении универмага и универсама, их отличие. Знакомство с названиями отделов магазина,

		стоимостью некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия.
Транспорт.	5	Междугородный железнодорожный транспорт. Расписание поездов. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Знакомство с видами пассажирских вагонов, их назначением, устройством, примерной стоимостью проезда до разных пунктов.
Учреждения, организации и предприятия.	2	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия Хакасии.
Жилище.	9	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Сухая и влажная уборка помещения. Использование пылесоса и уход за ним. Знакомство с видами покрытий мебели, особенностями и средствами ухода. Знакомство с видами покрытий полов в помещении в зависимости от покрытия (лак, краска, линолеум, ковер), особенностями и средствами ухода. Правила содержания и ухода за животными в домашних условиях.
Средства связи.	2	Виды бандеролей. Виды посылок.
Питание.	16	Знакомство с разнообразными видами питания, его значением для организма человека Использование механических и электроприборов. Значение первых блюд и их приготовление. Приготовление вторых блюд. Кисель. Компот. Салаты. Десерт. Сроки варки разных продуктов. Составление меню завтрака, обеда, ужина Сервировка стола к обеду.
Медицинская помощь.	6	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, ушиб, укус насекомого). Ушиб, носовое кровотечение. Знакомство с составом домашней аптечки. Основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др. Срок годности лекарств. Знакомство с лекарственными растениями и их использованием.
Экономика домашнего хозяйства.	5	Основные потребности человека. Деньги. Понятие – бюджет. Источники дохода.

		Расходы семьи. Расчет дохода семьи на месяц.
Культура поведения.	5	Подготовка к поездке в гости. Знакомство с правилами поведения во время визитов: при встрече и расставании, при приеме и вручении подарка. Знакомить с правилами выбора, вручения и принятия подарка
Всего.	68	

8 класс.

Тема.	Кол – во часов.	Содержание темы.
Личная гигиена.	2	Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Значение косметики для девушки и юноши.
Одежда и обувь.	6	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Правила и приемы утюжки блузок, рубашек, платьев. Химчистка.
Транспорт.	4	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения. Значение водного транспорта.
Семья.	4	Участие в уходе за грудным ребенком: кормление из соски, с ложечки, купание, одевание, пеленание. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.
Учреждения, организации и предприятия.	2	Департамент – основная административно – территориальная единица. РОУ – назначение, функции. Полиция, КДН, ПДН их значение
Питание.	12	Консервирование, сушка овощей и фруктов. Нарезка зелени, фруктов, подготовка ягод для сушки. Технология приготовления компотов и варенья за зиму Запись рецептов. Заготовка продуктов впрок: консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей и зелени Виды теста: дрожжевое, пресное. Блюда из пресного теста. Блюда из дрожжевого теста.
Торговля.	4	Рынки. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые. Различия рынка от магазина. Право выбора товара

Культура поведения.	4	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. Деловой человек и его имидж. Служебные отношения
Экономика домашнего хозяйства.	12	Бюджет семьи. Статьи доходов. Помощь подросткам родителям Составление доверенности. Основные статьи расходов – создание домашнего уюта. Обязательные платежи. Налоги Коммунальные платежи, как основные статьи расходов. Незапланированные расходы . Основные статьи расходов. Сбережения. Способы сохранения расходов. Бюджет семьи – доход и расход.
Медицинская помощь.	4	Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный удар и тепловой удар. Первая помощь Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.
Жилище.	4	Правильный выбор моющих средств, используемых при уборке кухни, санузла. Значение чистоты раковины, унитаза, ванной комнаты для здоровья человека.
Средства связи.	8	Правила пользования телефоном. Тариф. Оплата связи. Культура разговора по телефону. Вызов спецслужб. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора.
Всего.	68	