

Комитет администрации Романовского района по образованию  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гуселетовская средняя  
общеобразовательная школа»

«Согласовано»  
Родители: \_\_\_\_\_

« Утверждаю»  
Директор школы:  
Приказ № 64 от «31» августа 2023

«Согласовано»  
Зам. директора по УВР  
«31» августа 2023

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни»  
5 класс специальной коррекционной программы VIII вида  
Срок освоения программы: 2023-2024 учебный год  
Разработчик программы:  
Игнатенко Светлана Михайловна – учитель истории и обществознания

с. Гуселетово

Рабочая программа по ОСЖ составлена на основе:

- АООП ООО МБОУ «Гуселетовская СОШ имени Героя советского Союза В.И. Захарова»
- ФГОС ООО
- Положения о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) общеобразовательного учреждения «МБОУ «Гуселетовская СОШ имени Героя советского Союза В.И. Захарова»
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ «Гуселетовская средняя общеобразовательная школа имени Героя советского Союза В.И. Захарова»
- Положение о системе оценок в МБОУ «Гуселетовская средняя общеобразовательная школа имени Героя советского Союза В.И. Захарова»
- рабочей программы С.В. Комаровой, Е.А. Александровой по ОСЖ, 2023 год

#### **Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена с учётом психофизических особенностей обучающихся с интеллектуальной недостаточностью и возможностями их познавательной деятельности, способствует умственному развитию, определяет оптимальный объем знаний и умений. В целях максимального коррекционного воздействия в программу включен учебно-игровой материал, коррекционно-развивающие игры и упражнения, направленные на повышение интеллектуального уровня.

**Цели предмета:** Формирование и развитие накопления социально-трудовых и профессиональных навыков современного человека, способного к успешной адаптации в социуме, конкуренции в условиях рыночной экономики, как полноценного члена общества, через профессиональную ориентацию на всех этапах обучения.

Профессиональная ориентация – это научно обоснованная система социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических и производственно-технических мер по оказанию молодежи личностно-ориентированной помощи в выявлении и развитии способностей и склонностей, профессиональных и познавательных интересов в выборе профессии, а так же формирование потребности и готовности к труду в условиях рынка. Она реализуется через учебно-воспитательный процесс, внеурочную и внешкольную работу с учащимися

#### **Задачи предмета:**

##### *Образовательные:*

- Научить выполнять определённые программой виды работ по алгоритму.
- Сформировать навыки безопасного поведения при работе с устройствами, механизмами, химическими средствами.
- Сформировать элементарные коммуникативные навыки, обеспечивающие возможность работы в небольшом коллективе.
- Обеспечить получение опыта деятельности.
- Передать технологию выбора алгоритма в зависимости от вида работ.

##### *Коррекционные:*

- Корригировать внимание учащихся развивать устную речь.
- Способствовать формированию познавательного интереса учащихся к предмету.
- Развивать эмоционально волевую сферу в процессе практической деятельности.
- Активизировать словарный запас, умение вести диалог по теме.

##### *Воспитательные:*

Воспитание личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

#### **Общая характеристика учебного курса**

Формы организации учебного процесса

Особое внимание обращено на исправление имеющихся у воспитанников специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы: принцип коррекционной направленности, воспитывающий и развивающий принципы, принцип доступности обучения, принцип систематичности и последовательности, принцип наглядности в обучении, принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д. Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации учащихся.

При последовательном изучении курса "Основы социальной жизни" может быть использован разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, типологических и индивидуальных особенностей учеников.

### **Место предмета в учебном плане**

На изучение предмета «ОСЖ» в 5 классе отводится 68 часов (2 часа в неделю).

### **Содержание учебного предмета**

АООП определяет для изучения в курсе «Основы социальной жизни» следующие разделы: «Личная гигиена и здоровье»; «Охрана здоровья»; «Жилище»; «Одежда и обувь»; «Питание»; «Транспорт»; «Средства связи»; «Предприятия, организации, учреждения»; «Семья».

В 5 классе учащиеся знакомятся со следующими темами и соответствующим учебным материалом (в соответствии с АООП):

#### **«Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека».**

**Утренний и вечерний туалет:** содержание, значение, правила и приёмы выполнения. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

**Гигиена тела.** Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приёмы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее бельё, носки, колготки).

**Закаливание организма.** Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и

приёмы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

**Гигиена зрения.** Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотра телепередач, работы с компьютером. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

**Общее представление о доме.** Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес.

**Комнатные растения.** Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

**Уход за жилищем.** Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Ежедневная уборка.

**Одежда.** Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т. д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей.

Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Значение одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

#### **«Значение опрятного вида человека».**

**Уход за одеждой.** Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

**Уход за обувью.** Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

**Обувь и здоровье человека.** Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

**Организация питания семьи.** Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

**Приготовление пищи.** Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды.

**Общественный транспорт.** Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте.

**Основные средства связи:** почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

**Родственные отношения в семье.** Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Места работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между

родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим. Домашние обязанности

### **Планируемые результаты**

В соответствии с ФГОС и ПрАООП освоение обучающимися с умственной отсталостью образовательной программы предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

Причём, в структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования, — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

#### **Предметные результаты**

Предметные результаты образования, согласно ПрАООП, включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

ПрАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный достаточный.

Освоение курса «Основы социальной жизни» в 5 классе предполагает овладение следующими предметными результатами на соответствующих уровнях.

#### Минимальный уровень:

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- представления о некоторых группах продуктов питания;
- приготовление несложных видов блюд под руководством взрослого;
- представления о различных видах средств связи, использование под руководством взрослого доступных средств связи для решения практических задач;
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах;
- соблюдение правил поведения в транспорте.

#### Достаточный уровень:

- соблюдение правил личной гигиены, в том числе по уходу за полостью рта, кожей рук и ног;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.);
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

### Личностные результаты

Изучение программы «Основы социальной жизни» в 5 классе ориентировано на целенаправленное достижение следующих личностных результатов, предусмотренных ПрАООП:

- 1) формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 2) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире
- 4) овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия
- 5) формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 6) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

### Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Вводный урок	1
2	Личная гигиена и здоровье	10
3	Охрана здоровья	4
4	Проектная работа	2
5	Жилище	9
6	Одежда и обувь	8
7	Обобщение	2
8	Питание	12
9	Транспорт	6
10	Средства связи	5
11	Семья	5
12	Закрепление и обобщение пройденного	2
13	Итоговая контрольно – диагностическая работа	2
	Итого	68 часов

### Поурочное планирование

№	Раздел, тема	Дата
1	Вводное занятие. Что такое ОСЖ?	
<b>Раздел 1. Личная гигиена и здоровье ( 10 часов)</b>		
2	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	
3	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Утренняя гимнастика	
4	Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	
5	Забота о себе	
6	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	
7	Уход за волосами. Здоровье и красота прически.	
8	Забота о руках	
9	Забота о ногтях	
10	Закаливание	
11	Обобщение по разделу	

<b>Раздел 2. Охрана здоровья ( 4 часа)</b>		
12	Забота о глазах	
13	Уход за полостью рта	
14	Уход за ушами	
15	Обобщение по разделу	
<b>Проектная работа (2 часа)</b>		
16	Важные правила здорового человека	
17	Важные правила здорового человека	
<b>Раздел 3. Жилище ( 9 часов)</b>		
18	Каким бывает дом	
19	Виды жилых помещений в городе и селе	
20	Варианты квартир и подсобных помещений.	
21	Почтовый адрес дома, школы	
22	Практическая работа. Заполнение адреса на конвертах.	
23	Порядок в доме	
24	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола	
25	Комнатные растения	
26	Обобщение по разделу	
<b>Раздел 4. Одежда и обувь ( 8 часов)</b>		
27	По одежке встречают	
28	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.	
29	Виды одежды и головных уборов	
30	Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	
31	Виды обуви. Повседневный уход за обувью.	
32	Практическая работа. Определить размер обуви и головного убора	
33	Идеальная пара	
34	Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь»	
<b>Раздел 5. Обобщение (2 часа)</b>		
35	Обобщение по 1и 2 разделам	
36	Обобщение по 3и 4 разделам	
<b>Раздел 6. Питание ( 12 часов)</b>		
37	Еда для здоровья. Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей.	
38	Как правильно есть	
39	Завтрак начало дня	
40	Экскурсия в магазин.	
41	Место приготовления пищи и оборудование его.	
42	Посуда и приборы.	
43	Правила и приемы ухода за посудой и помещением.	
44	Сервировка стола к завтраку. Практическая работа.	
45	Мастерская бутербродов	
46	Приготовление салатов и винегретов. Практическая работа.	
47	Практическая работа Правила заваривания чая. Отварные яйца.	
48	Обобщение по разделу	
<b>Раздел 7. Транспорт ( 6 часов)</b>		
49	Транспорт – это удобно	
50	Виды транспортных средств.	
51	Поведение в транспорте и на улице	
52	Правила и знаки дорожного движения.	
53	Мы - пассажиры	
54	Обобщение по разделу	
<b>Раздел 8. Средства связи ( 5 часов)</b>		
55	Зачем нужны средства связи	
56	Виды средств связи	
57	Средства связи в моем населенном пункте	
58	Мои средства связи	

59	Обобщение по разделу	
<b>Раздел 9. Семья ( 5 часов)</b>		
60	Семья и ее роль в жизни человека	
61	Состав семьи, взаимоотношение в семье.	
62	Семейные традиции	
63	Моя семья	
64	Обобщение по разделу	
<b>Раздел 10. Закрепление и обобщение пройденного ( 2 часа)</b>		
65	Важные правила современного человека: знаю понимаю, умею	
66	Важные правила современного человека: знаю понимаю, умею	
<b>Раздел 11. Итоговая контрольно – диагностическая работа ( 2 часа)</b>		
67	Итоговый урок	
68	Заключительный урок	

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **Обязательные учебные материалы для ученика:**

Учебник «Основы социальной жизни» 5 класс С.В. Комарова, Е.А. Александрова, Просвещение, 2023

### **Методические материалы для учителя**

Методическое пособие по «Основам социальной жизни» 5 класс, С.В. Комарова, Е.А. Александрова, Просвещение, 2023