

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КАЛИНИНГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
«ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ П. СОСНОВКА»**

**Проект
рабочей программы
для обучающихся с легкой умственной
отсталостью
(интеллектуальными отклонениями) (вариант 1)
по предмету: основы социальной жизни
класс: 5класс
на 2023-2024 учебный год.**

Разработала учитель
высшей категории:
Молокова
Валентина Юрьевна

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа составлена в соответствии с АООП Воскресенская КШИ, (Вариант 1) программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой – Москва, Просвещение, 2011 год и ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Минобрнауки РФ №1599 от 19 декабря 2014года.

Программа курса «Основы социальной жизни» реализует основные положения Концепции о стандартах специального образования.

Цель: Сформировать знания, умения, навыки, направленные на социальную адаптацию выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повысить уровень общего развития обучающихся и их всестороннюю подготовку к ведущей самостоятельной жизнедеятельности.

В качестве ведущих можно выделить следующие **задачи** предмета ОСЖ:

- Формировать знания, умения, навыки, сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных(коррекционных)
- организовывать и использовать групповые формы обучения во всех видах практических занятий: экскурсиях, тренировочных упражнениях
- корригировать недостатки психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развивать коммуникативную функцию речи как неременное условие социальной адаптации;
- учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка, подходить к обучающимся дифференцированно, принимая во внимание не только своеобразие их развития, но и возможности овладения учебным материалом, трудовыми умениями и навыками.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальные, коллективные, групповые.

Технология обучения: вводный урок, урок формирования (сообщения) новых знаний, урок формирования и закрепления умений и навыков обобщающий (повторительно-обобщающий) урок, контрольный урок, комбинированный урок.

Текущий контроль: устный, письменный, индивидуальный, фронтальный, уплотнённый и выборочный, по пройденному материалу, по новому материалу.

Методы, в основе которых лежит способ организации урока: словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.); наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.) практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.)

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию; репродуктивный – воспитанники воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

На уроках используются все **виды наглядности:** *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные

инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема пассажирского транспорта).

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Общая характеристика предмета.

Социальная адаптация представляет собой один из механизмов социализации, позволяющей личности активно включаться в структурные элементы социальной среды, т.е. посылно участвовать в труде и общественной жизни производственного коллектива, приобщаться к социальной и культурной жизни общества, устраивать свой быт в соответствии с нормами и правилами общежития. Социальная адаптация – это непрерывный процесс, в котором взаимодействуют личность и общество.

Хотя социальную адаптацию обучающихся обеспечивает изучение всех предметов, входящих в учебный план специальных (коррекционных) классов, направленное формирование социально-бытовой компетентности осуществляется в ходе ОСЖ. Программа по предмету составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы 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.

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Согласно федеральному базисному плану Российской Федерации для коррекционных общеобразовательных учреждений на изучение предмета ОСЖ отводится 35 часов, из расчета 1 час в неделю для 5 класса.

Программа 5 класс

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в четверти				Количество часов в год
		I	II	III	IV	
5	1	9	8	10	8	35

1. Личная гигиена – 4 часа
2. Одежда и обувь – 4 часа
3. Питание – 8 часов
4. Семья – 3 часа
5. Культура поведения - 3 часа
6. Жилище -3 часа
7. Транспорт – 1 час
8. Торговля – 2 часа
9. Почтовый адрес – 1 час
10. Правила дорожного движения - 1 час
11. Обобщение пройденного материала. Тестирование. – 5 часов

Практические работы

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос, выполнение вечернего туалета, чистка ушей; заполнение почтового адреса на открытках, приготовление бутербродов, салата, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к чаю, чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды; изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе; чистка и сушка повседневной одежды, обуви, составление генеалогического дерева, составление правил поведения в общественных местах, транспорте; работа на пришкольном участке.

3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Часы	Дата	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски.	1		Осознавать значение здоровья для жизни и деятельности человека. Совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности.
2	Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки.	1		Называть особенности ухода за вещами индивидуального пользования.
3	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки.	2		Знать правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач. Уметь следить за своей осанкой
4	Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.	2		Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная). Подбирать одежду, обувь, головные уборы по сезону.
5	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.	2		Уметь сушить, чистить мокрую одежду и обувь и подготавливать её к сезонному хранению.
6	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	1		

7	Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1	Осознавать значение продуктов питания для здоровья человека. Выбирать необходимые продукты.
8	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его.	1	Знать санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи ;назначение кухонных принадлежностей и посуды;
9	Сервировка стола к завтраку. Заваривание чая. Правила поведения за столом. ТБ и гигиена на кухне.	1	Демонстрировать умение заваривать чай. Знать правила пользования электрическим чайником.
10	Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. ТБ и гигиена на кухне.	1	Мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду; пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам
11	Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Простые, сложные, открытые и закрытые бутерброды. ТБ и гигиена на кухне.	1	Знать виды бутербродов. Резать ножом продукты для бутербродов.
12	Приготовление винегрета. ТБ и гигиена на кухне.	1	Демонстрировать умение нарезать вареные овощи кубиками и соломкой.
13	Приготовление пищи требующий минимум тепловой обработки (яйца отварные, яичница, омлет). ТБ и гигиена на кухне.	1	Знать правила пользования плитой Демонстрировать умение отваривать яйца, жарить яичницу и омлет.
14	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	1	
15	Семья и семейные отношения. Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка)	1	Уметь объяснять понятие «семья» и родственные отношения в семье.
16	Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.	1	Знать состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников; место работы и должность родителей
17	Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь	1	Знать свои обязанности в семье
18	Культура поведения. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом.	1	Демонстрировать умения вежливо и тактично вести себя при разговоре со старшими и сверстниками
19	Поведение в музее, библиотеке.	1	Называть правила поведения в музее, библиотеке.
20	Поведение в кино, театре.	1	Демонстрировать умение приобретать билет в кино, театр.

21	Жилище. Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное.	1		Знать и назвать виды жилых помещений в городе, селе.
22	Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе.	1		Назвать виды жилых помещений
23	Почтовый адрес дома, школы.	1		Демонстрировать умение писать адреса на почтовых открытках
24	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	1		
25	Транспорт. Виды транспортных средств. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта).	1		Уметь определять виды транспортных средств.
26	Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	1		Знать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения
27	Торговля. Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных.	1		Уметь определять основные виды магазинов, их назначение
28	Продуктовые магазины и их отделы. Хлебные и кондитерские изделия. Бакалея, молочные и колбасные изделия, кулинария. Продуктовые специализированные; «Булочная», «Булочная- кондитерская», «Овощи и фрукты» и др. Срок годности, стоимость продуктов.	2		Демонстрировать умение выбрать месторасположения нужных товаров. Уметь выбрать продукцию в соответствии с её качеством, количества, цены.
29-30	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	2		
31-32	Обобщение пройденного материала за год.	2		
33-34	Итоговое тестирование.	2		

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

График тестирования по ОСЖ в5 классе

№	Наименование	Вид деятельности	Планируемая дата
1	Итоговая проверочная работа за Iчетверть	Тестирование	28 октября
2	Итоговая проверочная работа за IIчетверть	Тестирование	30 декабря
3	Итоговая проверочная работа за IIIчетверть	Тестирование	24 марта
4	Итоговая проверочная работа за IVчетверть	Тестирование	12 мая
5	Итоговая проверочная работа загод	Тестирование	26 мая
6	Экскурсии	Экскурсия	по плану

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Тестирование за Iчетверть.

Вопросы и задания	Варианты ответов
1. Что такое ОСЖ?	О - С - Ж -
2.Зачем нужен урок социально-бытовой ориентировки?	Выбери один вариант ответа. а) учиться самостоятельной жизни б) учиться читать и писать
3. Личная гигиена – это.....	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) уход за волосами; б) уход за руками; в) уход за телом; г) уход за квартирой.

4. Когда нужно мыть руки?	Выбери один вариант ответа. а) утром; б) вечером; в) в течение дня; г) один раз в день.
5. Что должно быть личным?	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) туалетная бумага; б) зубная щетка; в) носовой платок; г) расческа.
6. Какая одежда нужна на каждый день?	Выбери один вариант ответа. а) праздничная; б) спортивная; в) повседневная; г) домашняя.
7. Обувь нужно.....	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) сушить; б) гладить; в) чистить.

Тестирование за 2 четверть

Вопросы задания.	Варианты ответов.
1. Место приготовления пищи - это...	Выбери один вариант ответа. а) спальня; б) прихожая; в) кухня; г) гостиная.
2. Кухонная посуда – это...	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) сковорода; б) блюдце; в) чайник; г) кастрюля.
3. Столовые приборы - это...	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) нож; б) вилка; в) тарелка; г) ложка.
4. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана...	Выбери один вариант ответа. а) расстановка; б) сервировка; в) установка;
5. Грязную посуду нужно мыть...	Выбери один вариант ответа. а) вечером; б) сразу после еды; в) один раз в день; г) утром.
6. Является ли бутербродом хлеб с маслом?	Выбери один вариант ответа. а) да б) нет
7. Какие бутерброды бывают, отметь все правильные ответы.	Выбери и подчеркни правильные ответы. а) открытые б) раскрытые

	в) закрытые г) простые д) сложные
8. Как называется блюдо, приготовленное из яиц и молока?	Выбери один вариант ответа. а) глазунья б) омлет
9. Правила заваривания чая. Расставь цифры в порядке выполнения работ.	Расставь цифры в порядке выполнения работ. - ополосни чайник кипятком; - залей на половину кипятком и накрой чайник полотенцем или салфеткой; - положи в чайник чай из расчёта 1 ч.л. на 1 чашку чая; - чай готов; - через 5 минут долей до полного объёма.

Тестирование за 3 четверть.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Как называется принятый порядок поведения?	Выбери один вариант ответа. а) этикет б) паркет в) этика
2. В музее необходимо...	Найди и подчеркни правильные ответы. а) трогать руками экспонаты; б) слушать экскурсовода; в) шуметь; г) громко разговаривать.
3. В зрительном зале на своё место в ряду проходим...	Выбери один вариант ответа. а) спиной к сидящим; б) лицом к сидящим; в) как удобно мне.
4. Жилое помещение – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы.

	а) квартира; б) сарай; в) дом; г) киоск.
5. Напиши свой адрес.	Город – Улица – Дом – Квартира-

Тестирование за 4 четверть

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Виды городского транспорта.	Найди и подчеркни правильные ответы. -автобус, поезд, трамвай, троллейбус, катер, метро, такси.
2. Что нельзя делать в автобусе?	Выбери один вариант ответа. а) провозить собаку; б) отвлекать водителя; в) уступить место
3. Как правильно перейти улицу?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) по пешеходному переходу б) на красный свет светофора в) когда нет машин г) на зеленый свет светофора
4. Где покупают и продают товары?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) в магазине; б) в доме. в) на рынке; г) в киоске.
5. В продуктовых магазинах торгуют.....	Выбери один вариант ответа. а) одеждой; б) игрушками; в) обувью; г) продуктами питания.
6. В молочном магазине можно купить...	Допиши ответ: молоко,
7. Что должен дать продавец покупателю?	Выбери один вариант ответа. а) талон; б) билет; в) чек; г) документ.
8. Где пишут о сроке годности продукта?	Выбери один вариант ответа.

	а) на чеке; б) на этикетке; в) на упаковке; г) на ценнике.
--	---

Итоговое тестирование за год.

Вопросы и задания.	Варианты ответов.
1. Что такое ОСЖ?	О - С - Ж -
2. Зачем нужен урок основы социальной жизни?	Выбери один вариант ответа. а) учиться самостоятельной жизни б) учиться читать и писать
3. Личная гигиена – это.....	Выбери один вариант ответа. а) уход за квартирой; б) уход за собой и своими вещами; в) приготовление пищи; г) уход за мебелью.
4. Какая одежда нужна на каждый день?	Выбери один вариант ответа. а) праздничная; б) домашняя; в) повседневная; г) спортивная.

5. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана	Выбери один вариант ответа. а) расстановка; б) сервировка; в) установка.
6. Жилое помещение – это.....	Найди и подчеркни правильные ответы. а) квартира; б) сарай; в) дом; г) киоск.
7. Виды городского транспорта.	Найди и подчеркни правильные ответы. а) автобус, б) поезд, в) трамвай, г) троллейбус, д) катер, е) такси.
8. Где покупают и продают товары?	Найди и подчеркни правильные ответы. а) в магазине; б) в доме; в) на рынке; г) в киоске.

Описание материально-технических ресурсов, учебно-методического обеспечения образовательной деятельности.

Материально-техническое обеспечение.

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная доска
- Интернет-ресурсы:
- [nsportal.ru»sait-uchitelei-sbo](http://nsportal.ru/sait-uchitelei-sbo)
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/>
- <http://old.internet-school.ru>(интернет-школа)
- <http://festival.1september.ru/>
- <https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki>
- <https://pedsovet.org/publikatsii/korreksionnoe-obrazovanie/sotsialno-bytovaya-orientirovka>
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher>
- Компьютерные презентации к урокам
- Кабинет для приготовления пищи

1. Воронкова, В. В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: учебное пособие / В.В. Воронкова. - М.: «Владос»,2006.

2. Гладкая, В. В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: учебное пособие / В.В. Гладкая. - М.: НЦЭНАС,2003.

3. Девяткова, Т. А. Социально - бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида: учебное пособие / Т.А. Девяткова. - М.: «Владос»,2004.

11. Л.А.Бабушкина «СБО, поурочные планы по программе В.В. Воронковой, 5 класс» (Волгоград, Учитель,2013),

12. С.А.Львова «Практический материал к урокам СБО в СКОШ VIII вида» (Москва, Владос,2005),

13. В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; учебное пособие; (Москва, Владос,2014),

З.Н. Миронюк, Н.А. Ивершина, «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; рабочая тетрадь; (Москва, Владос,2014)