

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Астраханской области  
«Школа-интернат №1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол от 30.08.23 № 1

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ от 30.08.23 № 121

Директор Б.Ю.Митячкин



**Рабочая программа по учебному предмету  
«Основы социальной жизни»  
для 6 класса  
на 2023-2024 учебный год**

Составители: Трещева Н.П.  
учитель ОСЖ, высшая квалификационная категория  
Барсенкова М. А.

Астрахань  
2023

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа – локальный нормативный акт школы-интерната № 1, определяющий содержание, объем, структуру учебного процесса по изучению учебного предмета «Основы социальной жизни»

**Цель рабочей программы** – организация учебного процесса, обеспечивающего достижение планируемых результатов освоения АООП по изучению учебного предмета «Основы социальной жизни», формирование у учащихся знаний, умений и навыков для социальной адаптации.

**Задачей изучения программы является:**

- прививать интерес к различным областям деятельности человека, чтобы уметь в ней ориентироваться;
- формировать коммуникативные навыки, умение обращаться с вопросом или просьбой;
- воспитывать культуру поведения.

**Основные формы работы с учащимися:** На уроках «Основы социальной жизни» используются такие формы работы с учащимися: инструктаж, беседа, объяснение теоретического материала с применением современных информационных технологий, выполнение практических заданий с опорой на инструкционные технологические карты, тренировочные упражнения, тесты, экскурсии, работа в тетрадях и другое.

Согласно Уставу школы – интерната № 1 Астраханской области, текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется учителями по 5-бальной системе. Учитель, проверяя и оценивая работы (в том числе контрольные, устные ответы, письменные работы, тестовые задания, практические навыки и умения), выставляет отметку в электронном журнале. В процессе обучения выставляются промежуточные отметки успеваемости за освоение учебных дисциплин за четверть. В конце учебного года выставляются годовые отметки на основании отметок, полученных обучающимися при прохождении промежуточной аттестации за четверти.

## 2. Общая характеристика учебного предмета:

Среди различных видов деятельности человека ведущее место занимает труд; он служит важным средством развития духовных, нравственных, физических способностей человека. В обществе именно труд обуславливает многостороннее влияние на формирование личности, выступает способом удовлетворения потребностей, созидателем общественного богатства, фактором социального прогресса. С 5 класса начинается обучение предмета «Основы социальной жизни» в специально оборудованных учебных кабинетах.

Особенности психофизического развития школьников со сниженным интеллектом затрудняют их вхождение в социум. Уроки технологии направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную нагрузку. На изучение программы отведено определенное количество часов - 68, соответствующее годовому календарному плану.

Общеобразовательная школа – интернат № 1 готовит школьников к самостоятельному труду и дает им определенный объем знаний и умений по ряду предметов школьного курса, а также необходимые нравственные понятия, навыки культурного поведения. Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности аномального ребенка, коррекцию недостатков развития, в конечном счете, создает предпосылки социальной адаптации школьников с ограниченными возможностями здоровья.

### **3. Содержание программного материала:**

Введение

#### **Личная гигиена**

- Закаливание организма (зарядка, обливание).
- Уход за руками и ногами
- Уход за кожей рук и ногтями.
- Гигиена ног и уход за ногтями.
- Обобщение пройденного материала.

#### **Одежда и обувь.**

- Мелкий ремонт одежды.
- Способы пришивания пуговиц.
- Пришивание пуговиц.
- Пришивание кнопок и крючков.
- Правила ручной стирки и сушки изделий.
- Стирка изделий из цветных х\б и шёлковых тканей.
- Утюг. Его устройство.
- Правила техники безопасности при работе с утюгом.
- Утюжка белья.
- Обобщение пройденного материала.

#### **Питание.**

- Гигиена приготовления пищи.
- Правила пользования и т\б при работе с кухонной плитой, уход за плитой
- Посуда, приборы, приспособления. Мытьё и чистка.
- Правила безопасной работы на кухне (режущие предметы, кипяток).
- Правила хранения продуктов и готовой пищи в холодильнике и без него
- Блюда из круп и макаронных изделий.
- Приготовление гречневой каши на воде.
- Приготовление отварных макарон.
- Запеканка из творога.
- Отварной картофель.

- Манная каша на молоке.
- Последовательность заваривания чая. Виды чая
- Заваривание чая.
- Правила поведения за столом. Сервировка стола (повторение).
- Обобщение пройденного материала.

#### **Семья.**

- Состав семьи. Ролевые обязанности в семье (дедушка, бабушка, отец, мать, дети)
- Правила поведения в семье.
- Обязанности по дому.

#### **Жилище**

- Гигиенические требования к жилому помещению.
- Значение уборки жилых помещений. Периодичность уборки (ежедневная, еженедельная, сезонная).
- Инвентарь и приспособления для уборки помещений.
- Уборка помещения. Практическая работа.
- Требования к организации спального места. Гигиенические требования к постельному белью.
- Виды половых покрытий: паркет, линолеум, ковролин.
- Инвентарь, приспособления и средства по уходу за полами. Расширение знаний.
- Ковры и ковровые покрытия, их виды
- Пылесос. Правила и т\б при работе с ним .Практическая работа.
- Обобщение пройденного материала.

#### **Транспорт**

- Основные транспортные средства.
- Правила пользования городским транспортом.
- Пригородные поезда. Расписание.
- Пригородные поезда. Расписание.
- Направления, ж/д зоны, билеты Оплата проезда. Виды оплаты за проезд: разовый билет, проездной билет, удостоверение. Порядок приобретения билетов
- Экскурсия на вокзал (станцию)

#### **Средства связи**

- Основные средства связи.
- Почта. Виды отправлений.
- Виды писем.
- Порядок отправления письма Индекс. Написание индекса.
- Написание адреса на конверте. Практическая работа.
- Телеграф. Тарифы.
- Экскурсия на телеграф.

#### **Охрана здоровья**

- Виды медицинских учреждений.
- Работники медицинских учреждений
- Виды медицинской помощи.
- Доврачебная медицинская помощь

- Экскурсия в медицинское учреждение - аптеку

#### **Предприятия, организации, учреждения**

- Детские дошкольные учреждения (ясли, сад). Их назначение.
- Центры досуговой деятельности (ДДТ, Дом молодёжи, спортивные секции).
- Экскурсия в ДДТ

#### **4. Планируемые результаты освоения учебного предмета:**

##### - личностные результаты освоения учебного предмета :

- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

##### - предметные результаты освоения учебного предмета:

( минимальный (обязательный) и достаточный уровни).

В результате работы по программе учащиеся **должны знать /иметь представление о/:**

- необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья и о необходимости поддержания физического здоровья;
- виды одежды и обуви и правила ухода за ними;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами;
- значении продуктов питания для здоровья человека;
- режиме питания и рациионе;
- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи;
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;
- гигиенические требования к жилому помещению;
- правила передвижения на велосипеде;;
- основные виды продовольственных магазинов, их отделы;
- виды и стоимость различных товаров;
- порядок приобретения товаров;
- основные средства связи, виды почтовых отправлений;
- виды медицинской помощи;
- функции основных врачей-специалистов.
- виды детских учреждений и их назначение.

##### **Должны уметь:**

- совершать утренний и вечерний туалет;
- подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;
- готовить бутерброды;
- сервировать стол с к завтраку;
- правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий;
- культурно вести себя в общественных местах;
- выполнять влажную и сухую уборку помещения;
- использовать при уборке бытовые химические средства;

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;
- записывать адреса с индексом на конвертах;
- составлять тексты телеграмм;
- правильно обращаться к работникам дома детского творчества, библиотеки и пр;
- соблюдать правила поведения в школе.

### 5. Описание места учебного предмета в учебном плане школе –интернате № 1;

Учебный предмет «Основы социальной жизни» включен, как обязательный учебный предмет в Учебный план 5–9 классов школы –интерната № 1. На изучение программы в бклассе отведено 68 часов, соответствующее годовому календарному плану, по 2 часа в неделю.

### 6. Учебно-тематический план программы

(Всего 68 часов, 2 час. в неделю)

№ п/п	Название разделов	Количество часов	
		всего	в т.ч. контрольных, проверочных, диагностических
1.	Вводное занятие	1	
2.	Личная гигиена и здоровье	5	
3.	Одежда и обувь	11	1
4.	Питание	16	1
5.	Семья	3	
6.	Жилище	10	
7.	Транспорт	5	
8.	Средства связи	8	1
9.	Охрана здоровья	5	
10.	Предприятия, организации, учреждения	4	1
<b>Итого :</b>		68	4

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебного процесса:**

**Перечень материально-технического обеспечения:**

1. Моющие средства для стирки, уборки;
2. Электрическая плита,
- 3.. микроволновая печь,
4. уютг.
5. холодильник

### **Перечень средств обучения, дидактических материалов для учителя:**

1. Интернет-ресурсы, электронные носители для организации процесса обучения и воспитания в рамках учебного предмета «Библиотека «Технология», 2012
2. Пособие для учителя «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) учреждениях VIII-вида» под редакцией А.М.Щербаковой, «Гуманитарный издательский центр Владос», М., 2003
3. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида, Пособие для учителя, Воронкова В.В., С.А.Казакова; Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2006;
4. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, сборник 1; Под ред. В.В. Воронковой, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2014;
5. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида, Пособие для учителя, 5-9 классы, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2005;

### **Российский общеобразовательный портал**

<http://www.school.edu.ru>

### **Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании»**

<http://www.ict.edu.ru>

### **Издательство «Просвещение»**

<http://www.prosv.ru>

### **Российский образовательный форум**

<http://www.schoolexpo.ru>

#### 6. Плакаты:

Оборудование кухни и требования к её содержанию;

Приготовление горячих напитков;

Приготовление блюд из яиц;

Правила рационального питания

Пищевые вещества

Продукты растительного происхождения.

Приготовление блюд из круп

Приготовление бутербродов

Санитарно-гигиенические правила

Чистота-залог здоровья

Закаливание-путь к здоровью;

Береги своё здоровье;

Как сохранить здоровье.

**УМК для учащихся:** СБО – учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида 6 класс Гуманитарный издательский центр «Владос» Москва 2012г

## **8.Календарно-тематическое планирование.**

	<b>6 класс</b>	<b>Дата 6А/6Б</b>
<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	
<b>I</b>	<b>Личная гигиена</b>	
1	Закаливание организма, необходимость для здоровья человека.	4.09/4.09
2	Уход за руками и ногами, средства по уходу.	4.09/5.09
3	Практическая работа. Обобщающий урок.	11.09/11.09
<b>II</b>	<b>Культура поведения</b>	
4	.Поведение на улице	11.09/12.09
5		18.09/18.09
6	Поведение в столовой, за столом.	25.09/25.09
<b>III</b>	<b>Одежда</b>	
7		25.09/26.09
	Мелкий ремонт одежды. Пуговицы, история появления.	
8	Практическая работа. Пришивание пуговиц.	2.10/2.10
9	Зашивание разорванного места, подшивание отпоровшегося подола, брючины. Виды швов.	2.10/3.10
10	Практическая работа. Зашивание разорванного места, отпоровшегося подола.	9.10/9.10
11	Шитьё подушечки для иголок. Практическая работа	9.10/10.10
12	Уход за верхней сезонной одеждой, правила хранения.	16.10/16.10
13	Ручная стирка мелких вещей (носок, шарфов, полотенце).	16.10/17.10
14	Правила глажения мелких вещей.	23.10/23.10
<b>IV</b>	<b>Транспорт</b>	
15	Автотранспорт города. Пассажирский транспорт в Астрахани, маршруты.	23.10/24.10
16	Городской железнодорожный транспорт ( трамвай, метро ), пригородные поезда, их направления.	13.11/7.11
<b>V</b>	<b>Жилище</b>	
17	Гигиена жилых помещений, виды уборки.	13.11/13.11
18	Пылесос, его устройство, правила эксплуатации.	20.11/14.11
19	Практическая работа. Уборка зала эстетики.	20.11/20.11
20	Ежедневная и еженедельная уборки, разница между ними.	27.11/21.11

	21	Практическая работа. Уборка библиотеки.	27.11/27.11
	22	Итоговый урок.	4.12/28.11
<b>VI</b>		<b>Торговля</b>	
I	23	Промтоварные магазины. Виды промышленных товаров.	4.12/4.12
	24	Специализированные магазины, виды их товаров.	11.12/5.12
	25	Супермаркеты, их особенность, преимущества перед другими видами магазинов.	11.12/11.12
		Стоимость основных промышленных товаров.	18.12/12.12
	26	Порядок приобретения основных промышленных товаров	18.12/18.12
	27	Итоговый урок.	25.12/19.12
<b>VII</b>		<b>Семья</b>	
	28	Семья, её значение в обществе и для человека.	25.12/25.12
	29	Семейные традиции народов России.	8.01/26.12
	30	Дети в семье, правила поведения детей в семье, забота о детях.	8.01/8.01
	31	Место работы, обязанности членов семьи	15.01/9.01
	32	Итоговый урок.	15.01/15.01
<b>VIII</b>		<b>Средства связи</b>	
	34	История возникновения средств связи. Современные средства связи.	22.01/16.01
	35	Почта, почтовые отправления: письма, посылки, бандероли.	22.01/22.01
	36	История письма. Виды писем.	29.01/23.01
	37	Правила написания письма. Практическая работа.	29.01/29.01
	38	Правила написания адреса. Практическая работа.	5.02/30.01
	39	Итоговый урок.	5.02/5.02
<b>IX</b>		<b>Медицинская помощь</b>	
	40	Медицинские учреждения. Медицинские специальности.	12.02/6.02
	41	Правила посещения поликлиники, правила поведения в поликлинике, больнице, аптеке.	12.02/12.02
	42	Виды медицинской помощи.	19.02/13.02
	43	Моделирование ситуаций.	19.02/19.02
<b>X</b>		<b>Учреждения и организации</b>	
	44	Детские образовательные учреждения (детские сады, ясли, школы, гимназии, лицеи, колледжи).	26.02/20.02
	45	Дополнительное образование (дома творчества, музыкальные, художественные школы).	26.02/26.02
	46	Экскурсия в ДДЦ	4.03/27.02

<b>XI</b>	<b>Питание</b>	
47	Правила хранения и гигиена приготовления пищи.	4.03/4.03
48	Крупы, виды круп, их значение в питании человека	11.03/5.03
49	Каши, их полезность в питании человека	11.03/11.03
50	Каша «Геркулес».	18.03/12.03
51	Макаронные изделия, блюда из них.	18.03/18.03
52	Лазанья с зеленью и луком.	1.04/19.03
53	Овощи, их значение в питании человека. Блюда из них.	1.04/1.04
54	Капустные оладья.	8.04/2.04
55	Молоко, молочные продукты, их ценность для здоровья человека.	15.04/8.04,9.04
56	Продукты малой термической обработки.	22.04/15.04, 16.04
57	Оформление и украшение блюд. Сервировка стола к ужину.	6.05/22.04,23.04
58	Итоговый урок.	13.05/6.05, 7.05
59	Повторение	20.05/13,14,20, 21.05

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 404802855474637294615845180588164683728956522388

Владелец Митячкин Виталий Юрьевич

Действителен с 09.12.2022 по 09.12.2023