

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Общеобразовательная школа № 5 города Глазова»  
(ГКОУ УР «ОШ № 5 города Глазова»)

**Рабочая программа  
по учебному предмету  
«Основы социальной жизни»  
в 10у классе**

**РАССМОТРЕНО**

Методическое объединение  
учителей трудового обучения  
ГКОУ УР «ОШ №5 города Глазова»  
Протокол №1 от «28» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогический совет  
ГКОУ УР «ОШ №5 города Глазова»  
Протокол № 5 от «30» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГКОУ УР «ОШ № 5 города Глазова»  
\_\_\_\_\_ Я.Е. Корлякова  
Приказ № 01-04/426 от «30» августа 2024 г.

Составил: Богданова О.А.  
учитель высшей квалификационной категории

Рецензент: Невоструева О.Ю., заместитель  
директора  
по учебно-воспитательной работе, учитель  
высшей квалификационной категории

## 2. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026. ФАООП УО вариант 1 адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей. Рабочая программа составлена для обучающихся 8-9 классов на основе нормативной базы:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закона Удмуртской Республики от 21 марта 2014 года № 11-РЗ «О реализации полномочий в сфере образования»;
- Федерального закона от 27.07.2006 г. №149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» и Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Федерального закона от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24 июня 1998г №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Постановления Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021г № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2022 № 69 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021г №115»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 5.12.2022 № 1063 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021г №115»;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022г. №1026;
- Приказа Министерства образования РФ от 10.04.2002 г. № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.02.2024 № 119 "О внесении изменений в приложения № 1 и № 2 к приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022 г. № 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников" (Зарегистрирован 22.03.2024 № 77603);
- Письма Министерства просвещения РФ от 01.06.2023г № АБ-2324/05 «О внедрении единой модели профессиональной ориентации»;
- Устава Учреждения;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы «Успех» ГКОУ УР «ОШ № 5 города Глазова»;
- Локальных актов школы, регламентирующих организацию образовательного процесса.
- Приказа ГКОУ УР «ОШ №5 города Глазова» от 30.08.2024г №01-04/427 «Об утверждении перечня учебников».

**Цель** изучения предмета «Основы социальной жизни» заключается в создании условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» должен способствовать решению следующих **задач**:

- 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.

**Дети с нарушением интеллекта.** Под **умственной отсталостью** понимается стойкое нарушение познавательной деятельности, возникшее в результате органического поражения головного мозга. Развитие детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития.

**Физическая и двигательная активность** может иметь незначительное отклонение от возрастной нормы. Моторная неловкость. Недостаточно сформированы тонкие движения пальцев рук. Отмечаются недостатки произвольных движений.

**Бытовые навыки:** владеют элементарными навыками самообслуживания и выполняют несложные бытовые действия. Способны контролировать свои физиологические потребности, соблюдая гигиену (принимать пищу, пережевывая и не проливая, пользоваться носовым платком, туалетной бумагой, чистить зубы и т.д.). В случаях затруднения используют помощь.

**Социальный опыт.** Испытывают трудности при самостоятельной ориентировке в окружающем мире:

- знание дороги в школу, местонахождение класса, туалета, столовой и т.д.;
- различение средств передвижения, соблюдение правил перехода улицы с учетом сигнала светофора;
- использование предметов одежды, бытовых предметов и др. учетом сезона; ситуаций (дома, в школе, театре и др.). Трудности в установлении временных отношений (времена года, дни недели, части суток), определении времени по часам, последовательности событий. Ограничены знания о себе, семье, ближайшем окружении.

*Способность к общению.* Способны самостоятельно устанавливать взаимоотношения с взрослыми и детьми на вербальном уровне. Могут длительное время поддерживать контакт со взрослыми, проявляя интерес к взаимодействию. У некоторых детей возникают трудности при налаживании контакта, у других проявляется в ходе общения недостаточно адекватное реагирование, несоблюдение дистанции, некритичность. Проявляется потребность в одобрении со стороны окружающих.

*Способность к деятельности.* Проявляют интерес к предлагаемой деятельности, но он носит неустойчивый характер. Легче понимают инструкцию невербального характера. Способны действовать по образцу, пошаговой инструкции. Возможны простейшие самостоятельные действия. В процессе деятельности требуется организующая и направляющая помощь. Самоконтроль при выполнении задания отсутствует. Волевые усилия недостаточно сформированы. Эмоционально реагируют на оценку их деятельности.

*Восприятие.* Способны к восприятию знакомых предметов, объектов. Самостоятельно узнают их изображения. Трудности при дифференцировке сходных зрительных, слуховых сигналов, тактильных и обонятельных раздражителей.

Затрудняются при словесном обозначении основных признаков предметов, но способны к их группировке с учетом формы, величины, цвета. Уменьшен объем восприятия – трудно воспринимают группу предметов. Форма видится упрощенной. Легче узнают простые предметы. Значительно нарушено пространственное восприятие и ориентировка в пространстве.

*Внимание.* Трудность привлечения внимания, невозможность длительной активной концентрации, неустойчивость, быстрая и легкая отвлекаемость, рассеянность, низкий объем.

*Память.* Страдает как произвольное, так и произвольное запоминание.

Самостоятельно использовать приемы запоминания не могут, необходима помощь взрослого. Образы сложных объектов резко уподобляются, а порой отождествляются. Упрощение знаний в сознании. На этапе запоминания и воспроизведения предлагаемого материала необходимы различные наглядные, звуковые, тактильные и другие опоры.

*Мышление.* Операции обобщения возможны только на самом элементарном уровне.

Испытывают трудности при решении проблемных ситуаций, требующих установления причинно-следственных связей. Задания словесно-логического характера требуют помощи взрослого. Трудности переноса усвоенного способа действия на новое задание и в новую ситуацию.

*Речь.* Страдают все компоненты речи: лексика, грамматический строй, звукопроизношение. Скучный словарный запас. В речи отсутствуют обобщающие слова. Нарушен грамматический строй речи – фрагментарность, структурная неформленность предложений. Доступны пересказы, но с пропуском важных смысловых частей, привнесение. Рассказы бессвязны, сюжет не раскрывают, перечисление элементов ситуаций. Речь монотонная и маловыразительная.

Понимание обращенной речи ограничено понятиями ближайшего окружения. Преобладание пассивного словаря. Активный словарь беден. Трудности в построении фразы. Речь может служить средством коммуникации, побуждения к действию.

***В основу данной программы положены следующие принципы:***

- принципы государственной политики Российской Федерации в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся);

- Часть 1 статьи 3 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 53, ст. 7598; 2019, N 49, ст. 7598).

- принцип коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса, обуславливающий развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;

- принцип практической направленности, предполагающий установление тесных связей между изучаемым материалом и практической деятельностью обучающихся; формирование знаний и умений, имеющих первостепенное значение для решения практико-ориентированных задач;

- принцип воспитывающего обучения, направленный на формирование у обучающихся

нравственных представлений (правильно или неправильно; хорошо или плохо) и понятий, адекватных способов поведения в разных социальных средах;

- онтогенетический принцип;

- принцип преемственности, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста;

- принцип целостности содержания образования, обеспечивающий наличие внутренних взаимосвязей и взаимозависимостей между отдельными предметными областями и учебными предметами, входящими в их состав;

- принцип учета возрастных особенностей обучающихся;

- принцип учета особенностей психического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивающий возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

- принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что позволяет обеспечить готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;

- принцип сотрудничества с семьей.

В основу разработки программы заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

Дифференцированный подход предполагает учет их особых образовательных потребностей, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания образования.

Применение дифференцированного подхода к созданию образовательных программ обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

Деятельностный подход основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности и структуру образования с учетом специфики развития личности обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Деятельностный подход в образовании строится на признании того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) школьного возраста определяется характером организации доступной им деятельности (предметно-практической и учебной).

Основным средством реализации деятельностного подхода в образовании является обучение как процесс организации познавательной и предметнопрактической деятельности обучающихся, обеспечивающий овладение ими содержанием образования.

В контексте разработки программы реализация деятельностного подхода обеспечивает:

придание результатам образования социально и личностно значимого характера;

прочное усвоение обучающимися знаний и опыта разнообразной деятельности и поведения, возможность их продвижения в изучаемых предметных областях;

существенное повышение мотивации и интереса к учению, приобретению нового опыта деятельности и поведения;

обеспечение условий для общекультурного и личностного развития на основе формирования базовых учебных действий, которые обеспечивают не только успешное усвоение некоторых элементов системы научных знаний, умений и навыков (академических результатов), но и прежде всего жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности.

**К особым образовательным потребностям**, характерным для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) относятся:

а) выделение пропедевтического периода в образовании, обеспечивающего преемственность между школьными этапами;

б) введение специальных учебных предметов и коррекционных курсов, способствующих

формированию представлений о природных и социальных компонентах окружающего мира, целенаправленное формирование умений и навыков социально-бытовой ориентировки;

в) опора на формирование и развитие познавательной деятельности и познавательных процессов, овладение разнообразными видами, средствами и формами коммуникации, обеспечивающими успешность установления и реализации социокультурных связей и отношений обучающегося с окружающей средой;

г) возможность обучения по программам профессиональной подготовки квалифицированных рабочих, служащих;

д) психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие обучающегося с педагогическими работниками и другими обучающимися;

е) раскрытие интересов и способностей обучающихся в разных видах практической и творческой деятельности с учетом структуры нарушения, индивидуальных особенностей;

ж) психолого-педагогическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и организации;

з) постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы организации.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку учащихся 5-9 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Рабочая программа разработана на 2 года и ориентирована на учебники:

- «Основы социальной жизни» 5 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.

- «Основы социальной жизни» 6 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.

При реализации рабочей программы возможно применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. При электронном обучении формой организации учебного процесса может быть: лекция, онлайн - консультация. Для организации электронного обучения используются следующие цифровые образовательные ресурсы: «Дистанционная школа Удмуртии», социальные сети «В Контакте», «WhatsApp».

**Виды и формы контроля:** текущий контроль осуществляется на уроках в форме устного опроса, дидактические игры, самостоятельных и практических работ, тестирования. При электронном обучении текущий контроль осуществляется через мобильную связь и через доступные информационные каналы (электронная почта, социальные сети, мессенджеры). Промежуточная аттестация проводится в соответствии с «Положением о промежуточной аттестации обучающихся».

### **3. Общая характеристика учебного предмета.**

Программа ОСЖ составлена с учетом возможностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Учитель, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала может использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, презентаций, способствующих формированию реальных образов и представлений. Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т.д.

В зависимости от задач воспитательского часа и оснащенности кабинета могут использоваться как коллективные, так и индивидуальные (выполнение обучающимся всех операций под руководством педагога) методы организации практических работ. Однако при любой форме организации занятия каждый обучающийся должен на практике овладеть всеми необходимыми знаниями и умениями.

Следует особо обратить внимание на изучение правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по Основам социальной жизни является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение. Например, она может носить информационный характер. В этом случае педагог выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний — заключительные беседы.

При определении содержания и объема учебного материала, сообщаемого на занятиях, педагог должен ориентироваться на требования к знаниям и умениям обучающихся, относящимся к соответствующему разделу программы, принимая во внимание, что из года в год объем, и сложность материала возрастает. Это в свою очередь определяет необходимость изменения и усложнения методов и приемов работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ, например «Культура поведения», «Семья» и др.

В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и т. п. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.).

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии в отделение связи учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов).

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью педагог при составлении плана занятия должен продумать, в какой его части можно применить знания и умения, полученные детьми ранее. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Например, на занятиях по приготовлению пищи целесообразно вспомнить правила ухода за кухней и посудой, во время подготовки и проведения экскурсии — повторить правила поведения в общественных местах и в транспорте, предложить детям выбрать рациональный маршрут, транспортные средства и т. д. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия.

Методика работы с детьми строится в направлении личностного - ориентированного подхода к учащимся, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую деятельность самих учеников, побуждая их творчеству при выполнении задания.

В содержание программы включены следующие основные **разделы**:

- ✓ Личная гигиена и здоровье
- ✓ Охрана здоровья
- ✓ Жилище
- ✓ Одежда и обувь
- ✓ Питание
- ✓ Транспорт
- ✓ Средства связи
- ✓ Учреждения, организации, предприятия.
- ✓ Семья

Вариативность программы проявляется в многообразии индивидуальных подходов к выполнению заданий учащимися, в предоставлении свободы учителю в выборе материалов, видов работ, тематике бесед.

**Используемые технологии:** игровые, здоровьесберегающие, элементы ТРКМ, технологии деятельностного подхода, ИКТ – технологии.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические работы, рассказ, беседа, работа с книгой, журналами мод, метод иллюстраций, метод демонстраций.

**Формы обучения:** индивидуальные, групповые, в парах, урок, экскурсии.

**Режим занятий:** Продолжительность учебных занятий 40 минут.

#### 4. Место учебного предмета в учебном плане.

Предметные области	Учебные предметы классы	Количество часов в неделю		
		10 класс	11 класс	Всего часов в неделю
<b>Обязательная часть</b>				
Человек и общество	Основы социальной жизни	2	2	4

	1 четверть ( 02.09.24- 25.10.24)	2 четверть (05.11.24- 29.12.24) 04.11	3 четверть (09.01.25 - 21.03.25) 24.02, 10.03	4 четверть ( 31.03.25- 28.05.25) 01-04.05; 09.05-11.05	Год ( 02.09.24- 28.05.25)
количество недель	8	8	10	8	34
количество часов, из них:	16	16	20	16	68
-количество часов на практическую часть образовательной программы	8	8	10	8	34
-часы, отведённые на проведение экскурсий	1	1	1	2	5
-количество уроков на проведение контрольных работ	1	1	1	1	4

	1 четверть ( 01.09.23- 27.10.23)	2 четверть (07.11.23- 29.12.23) 23.02, 08.03	3 четверть (09.01.24 - 22.03.24)	4 четверть ( 01.04.24- 28.05.24) 29.04-01.05; 09.05-10.05	Год ( 01.09.23- 28.05.24)
количество недель	8	8	10	8	34
количество часов, из них:	16	16	20	16	68
-количество часов на практическую часть образовательной программы	8	8	10	8	34
-часы, отведённые на проведение экскурсий	1	1	1	2	5

## 5. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» по итогам обучения в 5-9 классах.

### Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

#### *Личностные:*

- Знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости; осознание своей национальности; уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину.
- Принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения. Определять сильные и слабые стороны своей личности с помощью учителя.
- Сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности.
- Умение устанавливать личностный смысл (т.е. значения для себя); понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя.
- Умение устанавливать личностный смысл (т.е. значения для себя); понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю», «незнания» и стремления к преодолению этого разрыва.
- Умение устанавливать личностный смысл (т.е. значения для себя); понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю», «незнания» и стремления к преодолению этого разрыва. Ставить самостоятельно цели и добиваться результатов.
- Умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности.
- Уважительно относиться к чужому мнению .
- Регулятивные
- Способность принимать и сохранять учебную цель и задачу.
- Способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, проявлять инициативу и планировать свою деятельность.
- Умение планировать собственную деятельность и вносить свои коррективы, проявлять инициативу.
- Умение работать по совместно с учителем составленному плану, используя необходимые дидактические средства (рисунки, инструкционные карты, инструменты и приспособления) осуществлять контроль выполнения точности выполнения операций.

#### *Коммуникативные:*

- Умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, умение

добывать нужную информацию с помощью учителя.

- Умение контролировать и оценивать свои действия с помощью учителя.
- Умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своей действий; умение добывать нужную информацию
- Умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своей действий; умение добывать нужную информацию и применять её. Умение контролировать и оценивать свои действия самостоятельно.

#### ***Познавательные:***

- Умение находить необходимую информацию в учебнике, предложенных учителем наглядных пособиях
- Умение преобразовывать практическую задачу в познавательную, с помощью учителя.
- Умение планировать собственную деятельность на выполнение познавательных задач с помощью учителя.
- Самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную. Умение планировать собственную деятельность

#### **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.

### **Система оценки достижения планируемых результатов**

Контроль и учет теоретических знаний учащихся осуществляется путем бесед, устного и письменного опроса, тестирования.

В течение учебного года запланировано проведение 4 контрольных работ (4 часа). Контрольные работы включают в себя проверку теоретических знаний (ответы на вопросы - устно и письменно, тесты, творческие работы) и практические задания.

#### **Оценка «5»**

*Знает:* содержание ответа соответствует поставленному вопросу (проблеме). Знает факты, понятия, термины, законы.

*Понимает:* умеет объяснить, привести примеры, понимает необходимость выполнения правил охраны труда (далее - ОТ).

*Применяет:* демонстрирует автоматизированное безошибочное выполнение действий, выполнение правил ОТ.

*Оценивает:* объективно оценивает свои трудовые возможности и способности, определяет качество выполненной работы, исправляет недостатки.

#### **Оценка «4»**

*Знает:* при воспроизводстве фактов, понятий и терминов, законов допущены неточности.

*Понимает:* затрудняется самостоятельно объяснить материал, допускает неточности в приведении примеров, необходимость выполнения основных правил ОТ.

*Применяет:* умеет последовательно выполнять действия по алгоритму (решает типовые трудовые задачи), демонстрирует выполнение основных правил ОТ.

*Оценивает:* с организующей помощью педагога оценивает свои трудовые возможности и способности, со стимулирующей и организующей помощью педагога исправляет недостатки.

#### **Оценка «3»**

*Знает:* ответ на вопрос содержит ошибки или большое количество неточностей, искажающих содержание ответа, ответ не в полной мере соответствует вопросу (проблеме).

*Понимает:* не умеет привести примеры и объяснить материал, понимает необходимость выполнения основных правил ОТ.

*Применяет:* затрудняется в решении типовых трудовых задач, нуждается в помощи педагога, демонстрирует частичное выполнение правил ОТ.

*Оценивает:* не всегда адекватно оценивает свои трудовые возможности и способности, видит грубые недостатки выполненной работы, исправляет недостатки с помощью педагога.

#### **Оценка «2»**

*Знает:* ответ на вопрос содержит грубые ошибки или очень большое количество неточностей, искажающих содержание ответа, ответ не соответствует вопросу (проблеме).

*Понимает:* не умеет привести примеры и объяснить материал, не понимает необходимость выполнения основных правил ОТ.

*Применяет:* затрудняется в решении типовых трудовых задач, нуждается в помощи педагога, нарушает правила ОТ.

*Оценивает:* неадекватно оценивает свои трудовые возможности и способности, не видит недостатки выполненной работы, не может исправлять недостатки даже с помощью педагога.

## **6. Содержание учебного курса «Основы социальной жизни»**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Вводное занятие	1

2.	Личная гигиена и здоровье	10
3.	Охрана здоровья	4
4.	Жилище	8
5.	Одежда и обувь	10
6.	Питание	12
7.	Транспорт	6
8.	Средства связи	4
9.	Предприятия, организации, учреждения	4
10.	Семья	7
11.	Обобщение	2
Итого:		68

**Учебная программа.**

**10у класс**

<b>№ урока в году</b>	<b>№ урока в разделе</b>	<b>Тема раздела, урока</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Характеристика основных видов деятельности ученика</b>	<b>Коррекционная работа</b>		
1	1	<b>Вводное занятие</b> Инструктаж по ПБР в кабинете. Цели, содержание и значение программы ОСЖ	<b>1ч.</b>		Знают последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук и ног, ногтями; требования к использованию личного белья. Совершают утренний и вечерний туалет в определенной последовательности; причесывают волосы; стригут ногти на руках и ногах;	Способствовать развитию навыков гигиены, развивать самоконтроль при выполнении утренних и вечерних процедур.		
		<b>Личная гигиена и здоровье.</b>	<b>10 ч.</b>					
2	1	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1					
3	2	Значение режима для здоровья и жизни человека.	1					
4	3	<i>Утренний и вечерний туалет</i> содержание, правила и приемы выполнения, значение.	1					
5	4	Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.	1					
6-7	5-6	<i>Гигиена тела.</i> Уход за телом.	2					
8-9	7-8	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.	2					
10-11	10-11	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).	2					
		<b>Охрана здоровья</b>	<b>4 ч.</b>					
12-13	1-2	<i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.</i>	2				Знают основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства,	Развивать осознанное восприятие при практической работе по

		Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.			термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др., инструкции к применению лекарственных средств, составляющих домашнюю аптечку; о возможном вреде самолечения. Используют лекарственные растения при оказании первой помощи, готовят настои и отвары, обрабатывают раны и накладывают повязки.	оказанию первой медицинской помощи. Активизировать мыслительную и речевую деятельность.
14	3	<i>Первая помощь.</i> Первая помощь при ушибах и травмах. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1			
15	4	Контрольная работа	1			
		<b>Жилище</b>	<b>8ч.</b>			
16-17	1-2	<i>Общее представление о доме.</i> Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	2		Знают виды жилых помещений; гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность ухода за комнатными растениями и домашними животными. Ухаживают за комнатными растениями: поливают, опрыскивают, рыхлят землю в горшочках. Ухаживают за домашними питомцами.	Активизировать мыслительные процессы и словесно-логическое мышление при восстановлении последовательности выполнения ухода за комнатными растениями и домашними животными, опираясь на жизненный опыт учащихся.
18-19	3-4	Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	2			
20-21	5-6	<i>Комнатные растения.</i> Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.	2			
22-23	7-8	<i>Домашние животные.</i> Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	2			
		<b>Одежда и обувь</b>	<b>10ч.</b>			
24-25	1-2	<i>Одежда.</i> Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения	2		Знают виды одежды и обуви и их назначение; правила ухода за	Развивать мелкую моторику при

		(деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды.			одеждой и обувью из различных материалов. Различают одежду и обувь в зависимости от их назначения; подбирают одежду, обувь, головные уборы по сезону; сушат и чистят одежду и обувь; подготавливают одежду и обувь к хранению.	выполнении практических заданий по уходу за собственной одеждой. Активизировать словарный запас, и зрительное внимание
26-27	3-4	<i>Уход за одеждой.</i> Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	2			
28-29	5-6	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий.	2			
30-31	7-8	<i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	2			
32	9	<i>Уход за обувью.</i> 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. <i>Обувь и здоровье человека.</i> Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.	1			
33	10	Контрольная работа	1			
		<b>Питание</b>	<b>12ч.</b>			
34-37	1-4	<i>Организация питания семьи.</i> Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов,	4		Знают значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья	Активизировать мыслительную деятельность, мелкую моторику рук при приготовлении пищи.

		составляющих рацион питания.				
38-39	5-6	<i>Приготовление пищи.</i> Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.	2		посуды. Знают виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине. Выбирают необходимые продукты питания, округлённо подсчитывают сумму и сдачу, культурно ведут себя с работниками торговли. Знают виды рынков; его основные отличия от магазина.	Развивать зрительное и слуховое внимание при работе с рецептами.
40	7	<i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.	1			
41	8	<i>Рынки.</i> Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.	1			
42-43	9-10	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба	2			
44-45	11-12	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	2			
		<b>Транспорт</b>	<b>6 ч.</b>			
46	1	<i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу.	1		Знают виды междугороднего транспорта; стоимость проезда и порядок приобретения билетов и талонов; виды и значение водного и авиационного транспорта. Выбирают наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу; Ориентируются в расписании движения пригородных поездов.	Корректировать мыслительные и речевые процессы при ознакомлении с разновидностями транспорта. Развивать зрительное и слуховое восприятие в процессе экскурсий на вокзал.
47	2	<i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	1			
48	3	<i>Междугородний железнодорожный транспорт</i> Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон,	1			

		путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.				
49	4	<i>Междугородний автотранспорт</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	1			
50	5	<i>Водный транспорт.</i> Значение водного транспорта. Пристань. Порт.	1			
51	6	Контрольная работа	1			
		<b>Средства связи</b>	<b>4 ч.</b>			
52	1	<i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер.	1		Знают основные средства связи и их функции. Соблюдают культуру общения при использовании средств связи. Используют различные средства связи в повседневной жизни.	Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности.
53-54	2-3	<i>Телефонная связь.</i> Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы.	2			
55	4	<i>Интернет-связь.</i> Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	1			
		<b>Предприятия, организации, учреждения</b>	<b>4 ч.</b>			
56	1	<i>Образовательные учреждения.</i>	1		Знают виды детских учреждений и их назначение; адреса домов детского творчества; какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети. Вежливо обращаются к работникам ДДТ; умеют правильно вести себя на занятиях, в игротке, в читальном зале;	Развивать наблюдательность, осознанное восприятие в процессе знакомства с дошкольными учреждениями
57-59	2-4	<i>Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.</i> Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	3			

					соблюдают правила поведения в школе и других общественных местах. Знают названия предприятий, вид их деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	
		<b>Семья</b>	<b>7 ч.</b>			
60-61	1-2	<i>Родственные отношения в семье.</i> Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.	2		Называют место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников; знают состав семьи, родственные отношения в семье и как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи; выполняют определенные обязанности в семье.	Расширять кругозор, способствовать развитию пространственной ориентировки, распределению зрительного внимания при заполнении таблиц.
62-63	3-4	<i>Семейный досуг.</i> Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.	2			
64-65	5-6	<i>Отдых.</i> Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.	2			
66-67	1-2	<b>Итоговое обобщение по курсу «ОСЖ»</b>	2			
68	<b>7</b>	Контрольная работа	1			

### 7. Информационно-методическое обеспечение (для учителя)

1. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022г. №1026;
2. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. / Под ред. В.В. Воронкой. - Москва: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2014.
3. «Основы социальной жизни» 5 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.
4. «Основы социальной жизни» 6 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.

5. Пособие для учителя «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида» В.В. Воронкова Москва: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2010.
6. Пособие для учителя «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 вида» Т.А. Девяткова Москва: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2008.
7. Справочник выпускника специальной (коррекционной) школы 8 вида С.А. Львова Москва.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2009.
8. Энциклопедия для девочек / Санкт – Петербург.: «Аякс», 1994.
9. Серия книг «Современная энциклопедия для девочек» и «Современная энциклопедия для мальчиков» / Минск.: «Современный литератор», 1999.
10. 3000 советов / Элиста ММПРИП «Ботхн» 1991.
11. Семья:500 вопросов и ответов / Москва.: «Мысль», 1992.
12. Ермакова В.И. Основы кулинарии. / Москва.: «Просвещение», 1993.
13. Наш дом / Москва.: «Экономика»,1995.
14. Домоводство / Москва.: «Колос», 1995.
15. Технология / Москва.: «Вентана - Графа», 1997.
16. Сельско – хозяйственный труд, 4 – 6 кл / Москва.: «Просвещение», 1992.
17. Технология / Москва.: «Вентана - Графа», 2001.
18. Б.Л. Смоляновский «Справочник по лечебному питанию» издательство «Гиппократ» 1993.
19. А.Л. Гребенев «Основы общего ухода за больными» М. «Медицина» 1991.
20. С.А.Львова «Практический практикум к урокам СБО в в специальной (коррекционной) школе VIII вида ГИЦ «Владос» М. 2005
21. А. Дорохов «Как себя вести» М. «педагогика» 1970

### **Информационно-методическое обеспечение (для учащихся)**

1. «Основы социальной жизни» 5 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.
2. «Основы социальной жизни» 6 класс: учебник для общеобразоват. организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы. / С.В. Комарова, Е.Л. Александрова. -М.: «Просвещение», 2023 г.
3. Энциклопедия для девочек / Санкт – Петербург.: «Аякс», 1994.
4. Серия книг «Современная энциклопедия для девочек» и «Современная энциклопедия для мальчиков» / Минск.: «Современный литератор», 1999.
5. 3000 советов / Элиста ММПРИП «Ботхн» 1991.
6. Семья:500 вопросов и ответов / Москва.: «Мысль», 1992.
7. Ермакова В.И. Основы кулинарии. / Москва.: «Просвещение», 1993.
8. Наш дом / Москва.: «Экономика»,1995.
9. Домоводство / Москва.: «Колос», 1995.

10. Технология / Москва.: «Вентана - Графа», 1997.
11. Сельско – хозяйственный труд, 4 – 6 кл / Москва.: «Просвещение», 1992.
12. Технология / Москва.: «Вентана - Графа», 2001.
13. Журналы: «Маруся», «Сделай сам», «Тошка», «Муравейник»
14. «Все обо всем: медицина» М., Астрель 2001г.
15. «Обед на каждый день» М., АСТ-Тресс СКД 2001г.
16. Профилактика : «Твое здоровье в твоих руках», «Токсикомания», «Профилактика вредных привычек» МНО, Ижевск 2005г.
17. А.Н.Маюнов «Алкоголь- шаг в пропасть», «В здоровом теле- здоровый дух»
18. М., Пед. общество России ,2004 г.
19. Б.Л. Смоляновский «Справочник по лечебному питанию» издательство «Гиппократ» 1993.
20. А.Л. Гребенев «Основы общего ухода за больными» М. «Медицина» 1991.