
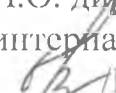


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ «ВОЛОСОВСКАЯ ШКОЛА - ИНТЕРНАТ,
РЕАЛИЗУЮЩАЯ АДАПТИРОВАННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ»

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
на заседании МО Протокол № <u>1</u> от « <u>25</u> » <u>08</u> 2022г.	с заместителем директора по УВР:  Каргозеровой Л.А.	И.О. директора школы - интерната  Кошдрашовой О.В. Приказ № <u>47</u> « <u>29</u> »



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА для 5 – 6 - 7 классов

предметная область: Человек

учебный предмет: Основы социальной жизни

Программа составлена:

Цветковой В. Г.

2022 - 2023

учебный год

Оглавление

<u>Пояснительная записка</u>	3
<u>Общая характеристика предмета</u>	4
<u>Место предмета в учебном плане</u>	7
<u>Планируемые результаты освоения программы</u>	8
<u>Содержание учебного предмета</u>	14
<u>Система оценки достижения планируемых результатов</u>	18
<u>Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса</u>	19

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми инструктивно – методическими документами:

1. Федеральный закон № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. СанПиН 2.4.2.3286-15
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1015
4. Приказ Минобрнауки России № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».
5. Программы специальных (коррекционных) образовательных школ III вида 5-9 классов, под редакцией В. В. Воронковой
6. Учебный план ГБОУ ЛО «Волосовская школа-интернат» на 2022-2023 учебный год.
7. Адаптированная общеобразовательная программа основного общего образования 5-9 классов.

Программа по ОСЖ является компенсаторно-адаптационной. Она определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОСЖ.

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

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета основы социальной жизни:

- формирование знаний, умений, навыков сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции как непереносимое условие социальной адаптации.

Занятия по ОСЖ проводятся в кабинете, обеспечивающем выполнение всех видов теоретических и практических работ, предусмотренной программой

Особые образовательные потребности школьников по ОСЖ

У школьников с легкой умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии всех сторон речевой деятельности: фонетической, лексической, грамматической. Недостатки речевой деятельности напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Отмечается бедность представлений об окружающей действительности, недостаточность владения различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в уменьшении словарного запаса, неумении составлять завершённые по смыслу, устные высказывания. Отсутствует основа для овладения более сложной формой речи — письменной

Общая характеристика предмета

Курс основы социальной жизни (ОСЖ) направлен на практическую подготовку учащихся 5 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. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Занятия по основам социальной жизни проводятся в специально оборудованном кабинете, обеспечивающем выполнение в полном объеме всех видов теоретических и практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета необходимо учитывать санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Программа ОСЖ составлена с учетом возможностей учащихся специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида, 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. При этом, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала происходит использование опыта учащихся как базы 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. Происходит демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, 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 урока и оснащенности кабинета могут использоваться как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя) методы организации практических работ. Однако при любой форме организации занятия каждый ученик должен на практике овладеть всеми необходимыми знаниями и умениями. В планировании обращено внимание на изучение правил техники безопасности, формирование 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.

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, 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 на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов).

Тематика и последовательность занятий по основам социальной жизни отражаются в классном журнале.

В 6-9 классах все уроки основам социальной жизни сдвоены. В 5 и 9 классах уроки сдваиваются при проведении практических занятий и экскурсий. К проведению бесед о гигиене подростков (отдельно для мальчиков и девочек) привлекаются специалистов-медиков и психологов.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся 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 воспитанников и т. д.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ОСЖ использую: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она применяется для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы выбираю небольшой по объему материал, делю его на несколько логических частей, к каждой части подбираю вопросы. Учитывается знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ОСЖ.

В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации **практических работ**, как коллективные, так и индивидуальные

Экскурсии – им отводится значительное место в программе. Экскурсии: вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Так, при изучении раздела «Средства связи» в 6 классе проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» 8 класс следует закончить экскурсией в сбербанк.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения (беседа, рассказ, практическая работа).

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их использую при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном провожу 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.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод моделирования реальных сюжетных ситуаций и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На занятиях по ОСЖ уделяю внимание обогащению словарного запаса: использую пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Слежу за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях ОСЖ использую все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутога, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта)

Место предмета в учебном плане

Настоящая программа рассчитана на учащихся 5 – 6 - 7 классов. Срок реализации 1 учебный год. Занятия проводятся в форме урока. Согласно учебному плану для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (вариант № 1 Базисный план общего образования умственно отсталых учащихся с легкой и средней степенью) всего на изучение учебного предмета «Основы социальной жизни» (таблица)

Возможно изменение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадение уроков на праздничные дни

класс	количество часов в неделю	Количество часов в четверть				Количество часов в год
		1	2	3	4	
5	1	1	2	3	4	34
		9	7	10	8	

класс	Количество часов в неделю	Количество часов в четверть				Количество часов в год
		1	2	3	4	
6	1	1	2	3	4	34
		9	7	10	8	

класс	количество часов в неделю	Количество часов в четверть				Количество часов в год
		1	2	3	4	
7	2	1	2	3	4	68
		18	14	20	16	

Планируемые результаты освоения программы

Личностные, базовые и предметные результаты освоения курса

Так как одной из основных задач коррекционная (специальная) школа VIII вида ставит подготовку учащихся к жизни, к овладению доступными им профессиями, посильному участию в труде, то большое место в программе отводится привитию учащимся практических умений и навыков. Наряду с формированием практических умений и навыков программа предусматривает знакомство учащихся с некоторыми теоретическими знаниями, которые они приобретают индуктивным путем, т.е. путем обобщения наблюдений над конкретными явлениями действительности, практических операций с предметными совокупностями

Обучение невозможно без пристального, внимательного отношения к формированию речи учащихся. Поэтому на уроках учитель учит детей повторять собственную речь, которая является образцом для учащихся, вводит хоровое, а затем индивидуальное комментирование предметно-практической деятельности и действий с предметами, формами

Программа в целом определяет оптимальный объем знаний и умений, который доступен большинству учащихся, обучающихся в специальной (коррекционной) школе VIII вида. Для отстающих учащихся, нуждающихся в дифференцированной помощи со стороны учителя, настоящая программа определяет упрощения, которые могут быть сделаны в пределах программных тем.

В результате освоения предметного содержания курса у учащихся предполагается *формирование универсальных учебных действий* (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных), позволяющих достигать *личностных, метапредметных: регулятивных, познавательных, коммуникативных и предметных* результатов.

На первый план при изучении курса выносится задача совершенствования познавательной, эмоционально-волевой и двигательной сферы учащихся.

Личностными результатами изучения курса являются:

- Развитие образного восприятия и освоение способов творческого самовыражения личности;
- Гармонизация интеллектуального и эмоционального развития;
- Формирование мировоззрения, целостного представления о мире, о формах
- Развитие умений и навыков познания и самопознания, накопление опыта эстетического переживания;
- Формирование готовности к труду, навыков самостоятельной работы
- Умение познавать мир через образы и формы

Базовыми результатами изучения курса являются:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда,

- владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий – исследовательскими, логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;
- получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания, и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую информацию.

В развитии зрительной памяти, фантазии, воображения, художественной интуиции,

В формировании умения выделять главное, устанавливать взаимосвязь между общим и частным; планировать свою работу, осуществлять самоконтроль

В совершенствовании зрительно-двигательной координации, эмоционально-волевой сферы, глазомерных навыков.

В области предметных результатов обучающемуся предоставляется возможность научиться:

1. В познавательной сфере:

- познавать мир, представлять место и роль ОСЖ в жизни человека и общества;
- осваивать основы грамотности,
- приобретать практические навыки и умения в трудовой деятельности;
- наблюдать объекты и явления,
- формировать умения выделять признаки и свойства объектов; основные мыслительные операции: сравнение, анализ, синтез; развивать способности к обобщению и конкретизации
- создавать условия для коррекции памяти, внимания и других психических функций.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- формировать эмоционально-ценностное отношение к жизни, представлять систему общечеловеческих ценностей;
- развивать эстетический (художественный) вкус
- уважать культуру другого народа, осваивать духовно-нравственный потенциал, накопленный в произведениях искусства, проявлять эмоционально-ценностное отношение к жизни, ориентироваться в системе моральных норм и ценностей,

3. В коммуникативной сфере:

- формировать коммуникативную, информационную и социально-эстетическую компетентности, в том числе овладевать культурой устной и письменной речи (: школьники учатся комментировать свою деятельность (сначала по образцу учителя), давать полный словесный отчет о выполненных действиях, выполнении графических действий или задания, формулировать (при помощи учителя) вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы выполнения работы).

4. В эстетической сфере:

- реализовывать творческий потенциал в собственной художественно-творческой деятельности;
- развивать мышление, вкус, воображение и фантазию;
- воспринимать эстетические ценности, художественным традициям своего народа; формировать эстетический кругозор

5. В трудовой сфере:

- применять различные средства, материалы и техники в своей деятельности
- Деятельностный подход** – основной способ получения знаний.

В результате освоения предметного содержания курса ОСЖ у учащихся с ОВЗ должны сформироваться как предметные, так и общие учебные умения, а также способы познавательной деятельности. Такая работа может эффективно осуществляться только в том случае, если ребёнок будет испытывать мотивацию к деятельности, для него будут не только ясны рассматриваемые знания и алгоритмы действий, но и представлена интересная возможность для их реализации. Когда действия учеников мотивированы, когда они смогут полученные на уроках ОСЖ знания применять в своей повседневной или трудовой деятельности, качество усвоения материала возрастает.

Планируемые результаты изучения предмета

Требования к уровню подготовки учащихся, прописанные в Рабочей программе, соответствуют требованиям, сформулированным в программах специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы / Под ред. В.В. Воронковой; 4-е издание. - М.: Просвещение, 2013 и отражены в календарно тематическом планировании при изучении каждой темы.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.

1. в сфере организации питания:

- различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жаренном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;

2. в сфере ухода за телом;

- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;
- пользоваться дезодорантом;

- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

3. в сфере ухода за одеждой и обувью:

- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;
- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;

4. в сфере ухода за жилищем:

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др
- подметать и мыть, пол пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий;
- пользоваться пылесосом; - выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
- ухаживать за комнатными растениями (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

Учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями **сферы обслуживания населения**. В процессе обучения у детей формируются следующие **жизненно значимые умения**:

ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);

- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.
- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения *способам проведения досуга*. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения музея, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 6 класса учащиеся постепенно *готовятся к семейной жизни*. Семья – это микро социальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и **социально значимые умения:**

- называть себя (фамилию, имя, отчество, возраст), адрес;
- называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
- определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
- ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
- планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семье за месяц, планировать расходы;
- называть правила ухода за маленькими детьми в семье; - приглашать и принимать гостей;
- поздравлять с праздником - называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Содержание данного раздела «Трудоустройство» (9 кл.) направлено на ориентировку учащихся.

- называть основные документы гражданина РФ.
- называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;
- оформлять документы (заявление, анкета);
- ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

Итак, **основными содержательными линиями** в области основ социальной жизни школьников с ОВЗ является следующие:

- **бытовая трудовая деятельность:** умения в сфере организации питания, ухода за телом, одеждой, обувью, жилищем, комнатными растениями и другими предметами обихода;
- **предприятия и учреждения сферы обслуживания населения:**

Ориентировка в услугах предприятий и учреждений сферы обслуживания населения (торговли, службы быта, связи, культуры, медицинской помощи, транспорта), практические умения пользоваться ими;

- **семья:** представления о семье, семейных взаимоотношениях, организации быта и досуга семьи;

- **трудоустройство:** представления о возможностях и порядке трудоустройства, об организационных аспектах профессиональной трудовой деятельности;
- **организация досуга;** места и способы проведения досуга.

Прогнозируемые результаты:

- достижение максимально возможного уровня социально-бытовой умелости;
- формирование положительного отношения к осваиваемым видам деятельности;
- умение жить в коллективе детей.

Содержание учебного предмета

Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ 5 класс

Разделы	Краткое содержание
«Введение»	Беседа о цели, содержании и значении предмета сбо. Особенности уроков ОСЖ. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях
«Личная гигиена»	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Практические работы Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов, Выполнение вечернего туалета, Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причесывание волос Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы Чистка ушей
«Одежда и обувь»	Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.) Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви. Практические работы Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.
«Питание»	Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.) значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку. Практические работы Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды
«Культура поведения»	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы.

	Практическая работа Заполнение почтового адреса на открытках.
«Транспорт»	Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Экскурсии Коллективные поездки в транспорте.
«Торговля»	Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Экскурсия в продовольственный магазин

Основное содержание предмета, практические работы по СБО 6 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Закаливания организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы) Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног) Профилактика грибковых заболеваний. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Практическая работа Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук;
«Одежда и обувь»	Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва). Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б и шелковых тканей. Глажение фартуков, косынок, салфеток. Практическая работа Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва.
«Питание»	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи . ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину Практические работы Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде, и молоке. Пюре. Запеканок (из творога, и других продуктов). Оформление готовых блюд
«Семья»	Состав семьи учащихся: имя, отчества, возраст, место работы членов семьи, личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.
«Жилище»	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом. Практические работы

	Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов. Уход за комнатными растениями : полив, опрыскивание, пересадка.
«Транспорт»	Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на вокзал (станцию)
«Торговля»	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.
«Средства связи»	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправок (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные), порядок отправления писем. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков составление текста телеграмм. Практическая работа Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.
«Медицинская помощь»	Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптек). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. помощи. Использование различных видов мед. Помощи
«Учреждения, организации и предприятия»	Дошкольные учреждения и их назначения.

Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ 7 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
«Одежда и обувь»	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования. Практические работы Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка мелких

	предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Экскурсия в химчистку.
«Питание»	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду. Практическая работа Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми Практическая работа Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.
«Культура поведения»	Поведение в гостях. Подарки. Практическая работа Изготовление несложных сувениров.
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак. Животные дома (кошка, собака, попугай). Практическая работа Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал, утепление окон.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия На железнодорожный вокзал, станцию
«Торговля»	Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков. Практические работы Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Экскурсия на почту.
«Медицинская помощь»	Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах. Практические работы Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного чая.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты местности, Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

**СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.
НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ.**

В целях обеспечения усвоения программного материала и овладения необходимыми умениями каждым учеником организован систематический контроль уровня обученности. Он включает в себя контроль: за усвоением знаний и контроль сформированности умений и навыков. Формы контроля отражены в тематическом планировании.			
Отметка «5»	Отметка «4»	Отметка «3»	Отметка «2»
За письменный ответ ставится учащемуся, если он:			
При выполнении от 90% до 100% задания.	При выполнении от 60% до 90% задания.	При выполнении от 40% до 60% задания.	При выполнении менее 40% задания.
Отметка «5»	Отметка «4»	Отметка «3»	Отметка «2»
За устный ответ ставится учащемуся, если он:			
Обнаруживает понимание пройденного материала. Самостоятельно или с помощью учителя может сформулировать и обосновать ответ, привести необходимые примеры полученных знаний в практике, в жизни. Допускает незначительные неточности (оговорки), не влияющие на правильность понятий, которые исправляет сам или с помощью учителя. Ученик в основном, последователен в изложении учебного материала.	Дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки "5", но затрудняется в формулировании отдельных понятий и определений. Исправляет их с помощью учителя. Делает ошибки по практическому применению отдельных положений изучаемых предметов в повседневной жизни. Исправляет их с помощью учителя.	Обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал (вопрос) недостаточно полно и последовательно, с большими затруднениями. Допускает ошибки в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя. Делает ошибки, вызванные недопониманием учебного материала.	Обнаруживает незнание большей, или наиболее существенной, части изученного материала. Допускает ошибки в формулировке правил, понятий, искажает их смысл. Не всегда в состоянии понять и ответить на поставленный вопрос. Делает грубые ошибки в изложении материала, не использует помощь учителя.

Формы контроля и возможные варианты его проведения. Оценочная деятельность состоит из фронтального и индивидуального письменного и устного опроса использованием: тестов, кроссвордов, буквенных и цифровых заданий (карточек-заданий), практических работ. Контрольно-измерительный материал создается в соответствии с психофизическими особенностями учащихся каждого класса.

В конце года проводится контрольная (проверочная) работа (итоговый контроль) по изученному материалу в виде теста.

Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ОСЖ использую: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она применяется для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы выбираю небольшой по объему материал, делю его на несколько логических частей, к каждой части подбираю вопросы. Учитывается знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ОСЖ.

В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации **практических работ**, как коллективные, так и индивидуальные.

Экскурсии – им отводится значительное место в программе. Экскурсии: вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Так, при изучении раздела «Средства связи» в 6 классе проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» 8 класс следует закончить экскурсией в сбербанк.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения (беседа, рассказ, практическая работа).

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их использую при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном провожу 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.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод моделирования реальных сюжетных ситуаций и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На занятиях по ОСЖ уделяю внимание обогащению словарного запаса: использую пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Слежу за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях ОСЖ использую все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутога, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Метапредметные связи

Занятия по ОСЖ тесно связаны с уроками русского языка, чтения, математики, географии, трудового обучения,

биологии. На всех этапах занятия в связи с изученным материалом слежу за полнотой ответов, последовательностью изложения, умением правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

7.Учебно-тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Наименование раздела	всего часов					
		Плано-вых уроков	Формирование новых знаний	Практические работы	Экскурсии	Сюжетно-ролевые игры	Контрольные работы
	Введение в предмет	1					
1	Личная гигиена	3	1,5	1,5			
2	Одежда и обувь	5	4	1			
3	Питание	10	5	5			
4	Культура поведения	4	2,5	1,5			
5	Жилище	3	2	1			
6	Транспорт	3	1	0,5	1	0,5	
7	Торговля	4	2,5	1		0,5	
	Обобщение	1					1

Учебно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Наименование раздела	всего часов					
		Плано-вых уроков	Формирование новых знаний	Практические работы	Экскурсии	Сюжетно-ролевые игры	Контрольные работы
1	Личная гигиена	3	2	1			
2	Одежда	7	3	4			
3	Питание	6	3	3			
4	Семья	2	1	1			

5	Культура поведения	2	1	1			
6	Жилище	4	3	1			
7	Транспорт	4	2	1	1		
8	Торговля	2	1	0,5		0,5	
9	Средства связи	3	2	1			
10	Медицинская помощь	1	1				
11	Учреждения, организации и предприятия	1	1				
	обобщение	1					1

Учебно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Наименование раздела	всего часов					
		Плановых уроков	Формирование новых знаний	Практические работы	Экскурсии	Сюжетно-ролевые игры	Контрольные работы
1	Личная гигиена	2	2				
2	Торговля	4	2	1	1		
3	Учреждения, организации и предприятия	2					
4	Жилище	10	7	3			
5	Одежда	10	4	5	1		
3	Питание	14	8	6			
4	Семья	2	1	1			
5	Транспорт	6	2	1	2	1	
7	Экономика домашнего хозяйства	4	3	1			
8	Медицинская помощь	8	5	3	1		
	Культура поведения	2	1	1			
9	Средства связи	4	1	1	2		
	обобщение						1

Литература

1. В.В. Гладкая. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, М., 2003г.
2. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие для школ VIII вида 5-9 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2012г.

3. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 5 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2012г.
4. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 6 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2013г.
5. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 7 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2013г.
6. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 8 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2013г.
7. В.П. Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных коррекционных школ VIII вида 9 класс. Коррекционная педагогика. М: Владос, 2013г.
8. Воронкова В.В. Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. М: Владос, 2010 г.
9. Л.А. Бабашкина, М.В. Ковтанюк и др. Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Поурочные планы по программе
10. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование. Волгоград: Учитель, 2011г.
11. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. Пособие для учителя 5-9 классы. М: Владос, 2005г.
12. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы. Сборник 1 под ред. Воронковой В.В. М.: ВЛАДОС, 2010г.
13. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы ред. Воронкова В.В., Казакова С.А. Волгоград, Учитель, 2013г.
14. С.А. Львова. Практический материал к урокам Социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, М. 2005г.
15. С.А. Львова. Справочник выпускника специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида, ВЛАДОС, 2009г.
16. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. Пособие для учителя. Под ред. А.М. Щербаковой. М: Владос, 2008г.
17. Хилько А.А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных коррекционных образовательных учреждениях VIII вида. СПб «Просвещение», 2006г.
18. С.П. Дерябина Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: вариативные тестовые задания. Волгоград, Учитель, 2013г.