

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тульской области**

**Комитет по социальным вопросам администрации МО Веневский**

**район**

**МОУ ВЦО № 1**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель ШМО  
учителей  
гуманитарного цикла

\_\_\_\_\_  
Бизюкова Н.М.  
Протокол №1 от «29»  
августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

с педагогическим  
советом МОУ ВЦО №1  
им.И.И.Мусатова

\_\_\_\_\_  
Протокол №1 от «29»  
августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ ВЦО  
№1 им.И.И. Мусатова

\_\_\_\_\_  
Н.Н.Малазония  
Приказ №92 от «29»  
августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**для индивидуального обучения**

**по учебному предмету «Основы социальной жизни»**

**для обучающихся 7 класса с интеллектуальными нарушениями**

**Венев 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по социально – бытовой ориентировке составлена на основе Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой – М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2014. – Сб.1. – 232с.

Исходными документами для составления рабочей программы явились:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012года №273-ФЗ; Федерального базисного учебного плана специальных коррекционных образовательных учреждений VIII вида;
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой, 5-9 классы (сборник 1.), издательство «Владос», 2014 г.;

Соответствует федеральному государственному компоненту стандарта образования и учебному плану школы.

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

Курс основы социальной жизни направлен на достижение следующих целей, обеспечивающих реализацию личностно — ориентированного, когнитивно — коммуникативного, деятельностного подходов к обучению.

**Цель** – совершенствование процесса социализации детей с нарушением интеллекта.

### **Задачи:**

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

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

«Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень важные **задачи:**

- расширение кругозора детей о знании питания в жизни и деятельности человека;
- формирование знаний о разнообразии пищи, ее целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания;
- формирование умений определить простейшими приемами экологически чистые продукты;
- приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются **задачи воспитания личностных качеств:**

- трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда;
- воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду;
- развития обоняния, осязания, ловкости, скорости;

- внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

### **Формы и методы реализации программных задач**

- практические работы;
- экскурсии;
- сюжетно-ролевые игры;

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д.

Беседа на занятиях 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.

### **Коррекционная работа включает следующие направления.**

Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;
- коррекция – развитие памяти;
- коррекция – развитие внимания;
- развитие пространственных представлений и ориентации.

Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;
- развитие словесно-логического мышления.

Развитие основных мыслительных операций:

- развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий;
- умение работать по инструкциям, алгоритму; планировать деятельность.

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:

- развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;
- формирование адекватности чувств;
- формирование умения анализировать свою деятельность.

Коррекция – развитие речи:

- коррекция нарушений устной и письменной речи;
- коррекция монологической речи; диалогической речи; обогащение словаря.

### **Место предмета в федеральном базисном учебном плане**

На изучение курса основы социальной жизни отводится 34 часа, из расчета 1 в неделю.

### **Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы у детей должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

Учащиеся с интеллектуальной недостаточностью должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда:

#### ***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, жареном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;

### ***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;

### ***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;

### ***в сфере ухода за жилищем:***

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;

## **Общая характеристика курса**

Программа по СБО включает разделы: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Питание», «Культура поведения», «Жилище», «Транспорт», «Торговля» «Семья».

## **Межпредметные связи**

*Письмо и развитие речи.* Обогащение словарного запаса. Запись текстов, составление деловых бумаг.

*Математика.* Расчет ингредиентов при приготовлении пищи в (мг, г, кг), измерение площади квартиры (см кв., м кв.)

*Чтение и развитие речи.* Использование пословиц, поговорок, загадок для развития устной речи. Следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, обосновывать вывод. Развитие диалогической речи учащихся.

*Природоведение.* Экскурсии на промышленные сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

*Трудовое обучение.* Организация труда. Творческие отношения к домашнему труду: уборка помещения, чистка одежды и обуви.

## **Основные требования к знаниям и умениям**

### **Учащиеся должны знать:**

- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.
- Виды одежды и обуви, правила ухода за одеждой и обувью.
- Виды бутербродов, санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, правила сервировки стола к завтраку, правила заваривания чая, правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником.
- Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.
- Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

- Наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната, варианты проезда до школы различными видами транспорта, количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут, правила передвижения на велосипеде.
- Основные виды магазинов, их назначение, виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них, стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, причесывать волосы и выбирать прическу.
- Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.
- Резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, жарить яичницу и омлет, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.
- Следить за своей осанкой, походкой и жестикуляцией, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, тактично вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).
- Писать адреса на почтовых открытках.

### **Базовый уровень**

#### **Личная гигиена**

##### *Должны знать:*

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- периодичность и правила чистки ушей;
- правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;
- правила освещенности рабочего места;
- правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- о вреде курения, алкоголя.

##### *Должны уметь:*

- совершенствовать вечерний туалет в определенной последовательности;
- стричь ногти на руках, ногах;
- выбирать прическу и причесывать волосы;
- стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте;
- беречь зрение;
- корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

#### **Культура поведения**

##### *Должны знать:*

- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;
- правила поведения при встрече и расставании;
- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения за столом.

##### *Должны уметь:*

- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- следить за своей походкой, жестикуляцией;
- правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым.

#### **Жилище**

### ***Должны знать:***

- виды жилых помещений в городе и селе и их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы;
- правила организации рабочего места школьника.

### ***Должны уметь:***

- писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе;
- соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

## **Питание**

### ***Должны знать:***

- чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов;
- нарезка хлеба, сырых и вареных овощей;
- строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами;
- приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки овощной на кефире, напитка из варенья;
- сервировка стола с учетом различного меню;
- мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения;
- стирка салфеток.

### ***Должны уметь:***

- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;
- нарезать хлеб, сырые и вареные овощи;
- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

## **Транспорт**

### ***Должны знать:***

- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- наиболее рациональный маршрут проезда до школы;
- варианты проезда до школы рациональными видами транспорта;
- количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;
- правила передвижения на велосипеде.

### ***Должны уметь:***

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения;
- различать знаки дорожного движения, встречаются по пути из дома до школы и обратно.

## **Торговля**

### ***Должны знать:***

- виды магазинов;
- назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции;
- правила поведения в магазине;
- правила покупки товаров;
- стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп, (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

### ***Должны уметь:***

- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности;
- округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты;
- оплатить, проверить чек и сдачу;
- культурно вести себя с работниками торговли.

## **Одежда и обувь**

### ***Должны знать:***

- виды одежды, обуви и их назначение;
- правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных).

### ***Должны уметь:***

- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду;
- подготавливать одежду и обувь к хранению;
- подбирать крем и чистить кожаную обувь.

## **Минимальный уровень**

### **Личная гигиена**

#### *Должны знать:*

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;
- правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- о вреде курения, алкоголя.

#### *Должны уметь:*

- совершенствовать вечерний туалет в определенной последовательности;
- беречь зрение;
- отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя.

### **Культура поведения**

#### *Должны знать:*

- правила поведения при встрече и расставании;
- правила поведения за столом.

#### *Должны уметь:*

- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- правильно сидеть за столом, пользоваться салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым.

### **Жилище**

#### *Должны знать:*

- виды жилых помещений в городе и селе;
- почтовый адрес своего дома;
- правила организации рабочего места школьника.

#### *Должны уметь:*

- писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте;
- соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

### **Питание**

#### *Должны знать:*

- чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов;
- мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения;
- стирка салфеток.

#### *Должны уметь:*

- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;

### **Транспорт**

#### *Должны знать:*

- основные транспортные средства, имеющиеся в городе;
- наиболее рациональный маршрут проезда до школы;
- правила передвижения на велосипеде.

#### *Должны уметь:*

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения;

## **Семья.**

### *Должны знать:*

иметь представление о понятии «семья», её функциях, семейных праздниках, распределений обязанностей в семье.

- детские тихие и подвижные игры;
- свои обязанности в семье;
- правила поведения в семье.

В плане психического здоровья учащиеся должны знать, как выражаются чувства у разных людей, описывать восприятие чувств другими людьми, знать положительные качества человека, различать приемлемое и неприемлемое в семье.

### *Должны уметь:*

- соблюдать правила поведения в семье;
- играть с малышами;
- пояснять своё личностное отношение к членам своей семьи, школьной семьи.

## **Торговля**

### *Должны знать:*

- виды магазинов;
- назначение продуктовых магазинов;
- правила поведения в магазине;
- правила покупки товаров;

### *Должны уметь:*

- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности;
- оплатить покупку;
- культурно вести себя с работниками торговли.

## **Одежда и обувь**

### *Должны знать:*

- виды одежды, обуви и их назначение;
- правила ухода за одеждой и обувью.

### *Должны уметь:*

- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду.

## **Формы контроля.**

Руководство учебно-воспитательным процессом не может успешно осуществляться, если оно не предполагает проведение контроля за уровнем усвоения знаний и формирования практических умений и навыков на уроках социально-бытовой ориентировки. Методы контроля определяются требованиями к его всеобщности и целесообразности. Учитель должен проверить:

- усвоил ли ученик новый материал, понял ли, какие именно действия и в какой последовательности он должен осуществлять, решая задачу, поставленную в рамках содержания материала;
- может ли ученик последовательно и целенаправленно достигать поставленной цели;
- способен ли ученик осуществлять освоенные действия в свернутом виде.

Таким образом, контроль усвоения материала по теме должен состоять из **трех частей:**

- итоговый контроль усвоения содержания (контроль знаний);
- Контроль уровня сформированности умений (контроль умений);
- итоговый контроль свернутой деятельности (контроль навыков).

## **Критерии оценки достижения учащихся**

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей учащихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

Оценка «5» при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

Отметка «4» при выполнении от 60 до 90% заданий – ответ полный, правильный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

Отметка «3» если верно выполнено от 40 до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

Отметка «2» – ответ неправильный, основное содержание не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

**Выставление отметки за четверть** выставляется как среднеарифметическое отметок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

**Годовая отметка** выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики .

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА**

Влияние алкоголя и курения на организм детей. Личная гигиена. Гигиена зрения. Чистка ушей. Правила утреннего и вечернего туалета. Практическое занятие «Предметы личной гигиены в чистоте» (расчёска, носовой платок, зубная щётка).

### **2. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ**

Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Приёмы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Правила поведения за столом.

### **3. ЖИЛИЩЕ**

Виды жилых помещений в городе и деревне. Варианты квартир, жилые и подсобные помещения. Почтовый адрес дома и интерната.

### **4. ПИТАНИЕ**

Продукты питания. Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи. Кухонные принадлежности, посуда. Уход за посудой, помещением для приготовления пищи. Виды бутербродов. Заваривание чая. Приготовление винегрета. Сервировка стола к завтраку.

### **5. ТРАНСПОРТ**

Наземный городской транспорт. Проезд в школу (маршрут, транспортные средства). Поведение в транспорте, на улице при движении в школу. Дорожные знаки.

### **6. ТОРГОВЛЯ**

Продовольственные магазины и магазины промышленных товаров. Виды торговых предприятий.

Их назначение. Виды товаров: фасованный и развесной. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Экскурсия в продовольственный магазин.

## **7.СЕМЬЯ**

Родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся.

## **8.ОДЕЖДА И ОБУВЬ**

Виды одежды. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

## Календарно-тематическое планирование

Тема урока	Кол-во часов
Правила личной гигиены	1
Уход за полостью рта	1
Уход за ушами	1
Уход за волосами	1
Предметы и средства личной гигиены	1
Поведение в общественных местах	1
Слова прощания и приветствия	1
Виды жилых помещений	1
Названия улиц, номера домов	1
Почтовый адрес дома и школы	1
Гигиенические требования к жилью	1
Общие правила и последовательность уборки	1
Уборка детской комнаты	1
Проверочная работа	1
Значение продуктов. Витамины	1
Кухонная и столовая посуда	1
Приготовление бутербродов	1
Блюда из яиц	1
Сервировка стола к чаю. Заваривание чая	1
Поведение за столом	1
Упражнения по этикету	1
Виды городского транспорта	1
Правила дорожного движения	1
Виды магазинов	1
Порядок покупки товаров	1
Продукты в продовольственном магазине	1
Семья. Родственные отношения в семье	1
Состав семья	1
Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь	1
Виды одежды. Уход за одеждой	1
Виды обуви. Уход за обувью	1
Личная гигиена. Одежда и обувь. Питание	1
Культура поведения. Торговля. Транспорт	1
Жилище. Семья	1

## Учебно – методический комплекс

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой – М: Гуманит. изд. центр «Владос», 2014. – Сб.1. – 232с.
2. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях. Методическое пособие — М., «Владос», 2013. –87 с. : ил.
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка учебное пособие для специальных (коррекционных) школ 8 вида. 7 класс. — М., «Владос», 2014. – 55 с.: ил.
4. Девяткова Т.А. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя ; под редакцией А.М. Щербаковой.- М.: Владос, 2008.