

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШКОЛА №25 ПЕТРОГРАДСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

«Принята»
на Педагогическом совете
Протокол № 9
от «29 » августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ школы № 25
_____ А.Б. Петрова
Приказ № 631
от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

6 «А» класс

2023/2024 учебный год

Составитель:
Афанасьева М.Н.,
учитель,
высшая кв. к.

Санкт-Петербург
2023 г.

Пояснительная записка

Основы социальной жизни, как учебный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, формированию личности обучающихся с интеллектуальной недостаточностью. Воспитанию положительных навыков и привычек.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» - практическая подготовка обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название предметов, используемых для ухода за руками и ногами.

Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности, ухаживать за руками и ногами;
- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за кожей рук и ног;
- знать приемы закаливания организма;
- знать название и назначение индивидуальных предметов личной гигиены и предметов общего пользования;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;
- уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

- знать типы жилых помещений;
- знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;

Достаточный уровень:

- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой, в том числе мелкий ремонт, ручную стирку и глажение предметов одежды;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания;
- знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;

- соблюдать под руководством учителя санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком; правила пользования электроплитой.
- готовить кашу, салат, накрывать стол к ужину под руководством учителя.

Достаточный уровень:

- знать способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, посуде, кухонным принадлежностям, месту приготовления пищи;
- знать о значении ужина для здоровья человека;
- знать технологию приготовления и готовить для ужина холодных и горячие блюда;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню ужина.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе и варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части;
- иметь представление о видах пригородного транспорта: автобусы пригородного сообщения, электрички (стоимость проезда).

Раздел «Средства связи»

Минимальный уровень:

- знать название основных средств связи;
- отличать письма и открытки.

Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи;
- уметь подписывать адрес на почтовом конверте.

Раздел «Семья»

Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно определять и называть степень родства членов семьи их профессии;
- соблюдать правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).

Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).

Раздел «Торговля»

Минимальный уровень:

- различать виды торговых предприятий, называть отделы магазинов;
- соблюдать правила поведения в торговом зале.

Достаточный уровень:

- знать порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание), классифицировать товары, различать специализированные продуктовые магазины.
- выбирать необходимые продукты по заданию, с учётом срока годности;
- знать и соблюдать правила поведения в торговом зале, культурно ведет себя с работниками торговли, называть профессии людей, работающих в торговле.

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

- знать виды медицинских учреждений, профессии работников медицинских учреждений;
- измерять температуру с помощью взрослого.

Достаточный уровень:

- знать функции основных врачей - специалистов
- различать виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация.

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

Минимальный уровень:

- знать название детских и дошкольных учреждений.

Достаточный уровень:

- знать и называть детские дошкольные учреждения, профессии их работников.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

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 хлопчатобумажных 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. Виды досуга: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).

Жилище

Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Уход за полом. Средства по уходу за полом. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Практические работы: Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов. Уход за комнатными растениями.

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.

Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные), порядок отправления писем

Практическая работа: Написание адреса и индекса на конвертах.

Охрана здоровья

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. Использование различных видов медпомощи. Экскурсия в аптеку.

Предприятия, организации, учреждения

Дошкольные образовательные учреждения. Экскурсия в Дом Детского творчества.

Календарно – тематическое планирование

	№ урока	тема	дата
1 четверть			
1	1	Закаливание организма.	05.09
2	2	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).	05.09
3	3	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног, кремы).	12.09
4	4	Практическая работа: Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	12.09
5	5	<i>Диагностическая контрольная работа.</i>	19.09
6	6	Стирка изделий из хлопчатобумажных тканей.	19.09
7	7	Стирка изделий из шелковых тканей.	26.09
8	8	Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.	26.09
9	9	Практическая работа: стирка и утюжка носовых платков.	03.10
10	10	Ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	03.10
11	11	Пришивание вешалок.	10.10
12	12	Подшивание низа брюк или платья.	10.10

13	13	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).	17.10
14	14	Виды почтовых отправлений.	17.10
15	15	Экскурсия на узел связи.	24.10
16	16	Экскурсия на узел связи.	24.10
2 четверть			
17	1	Виды писем. Порядок их отправки.	07.11
18	2	Практическая работа: написание адреса на конверте.	07.11
19	3	Основные транспортные средства	14.11
20	4	Городской транспорт, оплата проезда.	14.11
21	5	Рациональные маршруты передвижения по городу.	21.11
22	6	Вокзал. Пригородные поезда. Расписание. Зоны.	21.11
23	7	Расчет стоимости билета. Экскурсия на вокзал.	28.11
24	8	Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход).	28.11
25	9	Гигиенические требования к жилому помещению.	05.12
26	10	Основные правила организации рабочего места школьника.	05.12
27	11	Сухая и влажная уборка квартиры.	12.12
28	12	Использование в уборке пылесоса.	12.12
29	13	Уход за полом. Средства по уходу за полом.	19.12
30	14	Практическая работа: уборка пола.	19.12
31	15	Контрольная работа.	26.12
32	16	Дом, где я живу (проект)	26.12
3 четверть			
33	1	Гигиена приготовления и хранение продуктов и готовой пищи.	09.01
34	2	Замораживание и размораживание продуктов.	09.01
35	3	Правила пользования кухонными плитами.	16.01
36	4	Ужин. Сервировка стола к ужину.	16.01
37	5	Молоко и молочные продукты.	23.01
38	6	Приготовление картофеля и других овощей.	23.01
39	7	Блюда из круп.	30.01
40	8	Практическая работа: приготовление каши.	30.01
41	9	Приготовление блюд из макаронных изделий	06.02
42	10	Практическая работа: отваривание макарон.	06.02
43	11	Медицинские учреждения: поликлиники, диспансеры и др.	13.02
44	12	Работники медицинских учреждений.	13.02
45	13	Виды медицинской помощи: помощь на дому, «скорая помощь»	20.02
46	14	Амбулаторный прием, госпитализация.	20.02
47	15	Вызов врача, пользование телефонным справочником.	27.02
48	16	Запись на прием к врачу.	27.02
49	17	Приобретение лекарств в аптеке.	05.03
50	18	Экскурсия в аптеку.	05.03
51	19	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.	12.03

52	20	Экскурсия в дом детского творчества.	12.03
53	21	Состав семьи. Родственные отношения.	19.03
54	22	Личные взаимоотношения в семье.	19.03
4 четверть			
55	1	Права и обязанности членов семьи	09.04
56	2	Правила поведения в семье. Досуг семьи.	09.04
57	3	Поведение в общественных местах (музее, библиотеке).	16.04
58	4	Экскурсия в районную библиотеку	16.04
59	5	Поведение в общественных местах (кино, театре). Меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.	23.04
60	6	Продовольственные магазины.	23.04
61	7	Виды товаров, их стоимость.	07.05
62	8	Порядок приобретения товаров.	07.05
63	9	Повторение изученного в 6 классе.	14.05
64	10	Контрольная работа (Тестирование).	14.05
65	11	Правила поведения в магазине	21.05
66	12	Экскурсия в продовольственный магазин.	21.05
Фактическое количество часов			66

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Учебно-методическое обеспечение:

- Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год;
- Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год
- Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - 304 с: илл.
- Практический материал по урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А. Львова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. -136 с:
- Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. - 192 с.
- Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. -М.: АРКТИ, 2002. - 79 с.
- Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. - М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2001. - 576 с: илл.

- Золотая книга этикета/ В.Ф. Андреев. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ВЕЧЕ, 2004.-400 с: илл.
- Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.- 382 с

2. Учебные пособия для учащихся

- В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 6 класс» (Москва, Владос, 2021),

3. Компьютерные и информационно-коммуникативные средства

- видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения, аудио - и видеозаписи), отражающие основные темы учебного предмета;

4. Технические средства

- Классная доска
- Персональный компьютер (ноутбук, планшет)
- мультимедийный проектор, экран.

5. Учебно-практическое оборудование.

- раздаточный дидактический материал в виде: рабочих листов, карт, схем, плакатов
- бытовая техника, техника для ухода за домом, одеждой;
- образцы и муляжи средств гигиены, продуктов питания и т.д.
- кухонная посуда и утварь.