

**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

8 «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;
- подбирать косметические средства по уходу за кожей под руководством педагога;
- знать название индивидуальных предметов личной гигиены и предметов общего пользования.

Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;
- выбирать средства косметики в зависимости от цели, состояния кожи, времени года;
- знать приемы закаливания организма;
- знать и выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щёткой, расчёской, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать последовательность уборки жилого помещения, кухни, санузла, ванной;
- называть моющие средства, используемые при уборке;
- осуществлять под контролем педагога уборку жилого помещения, кухни, санузла, ванной.

Достаточный уровень:

- знать и соблюдать правила уборки жилых помещений, кухни, ванной, санузла;
- пользоваться инструкциями, соблюдать правила техники безопасности, при уборке пользоваться резиновыми перчатками.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- знать виды одежды, правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность утюжки изделий;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- называть бытовую технику для ухода за одеждой.

Достаточный уровень:

- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- объяснять значение символов по уходу за одеждой;
- 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;
- называть и показывать продукты растительного и животного происхождения, отличать фрукты, овощи, приправы.
- соблюдать под руководством учителя санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком; правила пользования электроплитой;
- находить рецепты приготовления в кулинарной книге;
- готовить несложные блюда под руководством учителя;
- культурно себя вести за столом.

Достаточный уровень:

- знать способы первичной и тепловой обработки овощей, мяса, рыбы;
- называть приправы, используемые при приготовлении блюд;
- готовить холодные и горячие блюда, под руководством учителя;
- объяснять способы заготовки продуктов: соление, квашение, маринование, сушку, заморозку овощей, фруктов и ягод.
- классифицировать виды теста;
- подбирать продукты к рецепту и находить рецепты в кулинарной книге;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню.
- выполнять санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с режущими инструментами, горячими жидкостями и электроплитой.
- знать и выполнять правила приёма пищи и поведения за столом.

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 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 междугородного транспорта: автобусы пригородного сообщения, электрички, поезда, водный транспорт (примерная стоимость проезда).
- знать правила пользования транспортом и правила безопасности в поездке;
- могут обращаться с просьбами, вопросами к работникам транспорта, доброжелательно относиться, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Раздел «Средства связи»

Минимальный уровень:

- знать название основных средств связи;
- отличать домашний телефон от сотового;
- находить в справочнике, при помощи взрослого, телефоны экстренных служб.

Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи;
- рассказывать правила пользования телефонами и культуры разговора;
- пользоваться различными средствами связи для решения практических задач.

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);
- умыть, одевать, причёсывать куклу, собирать игрушки с помощью и под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи;
- знать виды досуга, соблюдать правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке);
- называют санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, правила ухода за грудным ребёнком;
- знать правила ухода за младшими детьми и помогать взрослым в уходе за младшими детьми.

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 и непродовольственном магазине, классифицировать товары, различать специализированные магазины, рынки;
- выбирать необходимые товары по заданию;
- знать и соблюдать правила поведения в торговом зале, культурно вести 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 и оказывать первую помощь с помощью взрослого.

Достаточный уровень:

- знать функции основных врачей – специалистов;
- знать содержимое домашней аптечки;
- различать виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация;
- знать последовательность оказания первой помощи при порезе, ушибе;
- уметь измерять температуру;
- объяснять причины несчастных случаев и рассказывать о мерах по предупреждению несчастных случаев в быту и соблюдать их.

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

Минимальный уровень:

- называть исполнительные органы государственной власти города, их назначение.

Достаточный уровень:

- знать и называть органы государственной власти, объяснять назначение полиции.

Раздел «Экономика домашнего хозяйства»

Минимальный уровень:

- иметь первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- знать, говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома.

Достаточный уровень:

- знать и называть основные статьи семейного бюджета;
- называть источники дохода: заработная плата членов семьи, пенсия и т.д.;
- называть статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам).

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) Практическая работа: Упражнение в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема.

Одежда и обувь

Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживание. Практическая работа: Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья. Экскурсия в прачечную.

Питание

Приготовления изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.

Практические работы: Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнение в составлении меню.

Семья

Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек) Практическая работа: Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы

Жилище

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.

Практическая работа: Мытье кафельных стен, чистка раковин.

Транспорт

Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Экскурсия на автобусную станцию или в порт.

Торговля

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка.

Средства связи

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок

пользования автоматической связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры. Экскурсия на переговорный пункт.

Охрана здоровья

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. Практические работы: Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении. Экскурсия в поликлинику.

Предприятия, организации, учреждения

Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение. Экскурсия в одну из организаций по теме.

Экономика домашнего хозяйства

Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.)

Практические работы: Упражнение в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах) снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах) в оказании материальной помощи родственникам.

Календарно – тематическое планирование

	№ урока	тема	дата
1 четверть			
1	1	Уход за кожей лица. Типы кожи.	07.09
2	2	Косметические средства для ухода за кожей лица.	07.09
3	3	Правила пользования косметическими средствами.	14.09
4	4	Практическая работа: протирание кожи лосьоном, нанесение крема.	14.09
5	5	<i>Диагностическая контрольная работа.</i>	21.09
6	6	Уход за одеждой из шерстяных тканей.	21.09
7	7	Уход за одеждой из синтетических тканей	28.09
8	8	Утюжка блузок, рубашек, платья.	28.09
9	9	Практическая работа: утюжка изделий из шерстяных тканей.	05.10
10	10	Уборка кухни.	05.10
11	11	Моющие средства, используемые при уборке кухни.	12.10
12	12	Уход за ванной.	12.10
13	13	Моющие средства, используемые при уборке санузла.	19.10
14	14	Практическая работа: мытье кафельных стен, чистка раковины.	19.10
15	15	Телефонная связь. Виды телефонной связи Культура разговора по телефону.	26.10
16	16	Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.	26.10

2 четверть			
17	1	Междугородная телефонная связь. Роуминг.	09.11
18	2	Бюджет семьи. Основные статьи расходов	09.11
19	3	Снятие и расчет показаний электросчетчика.	16.11
20	4	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям (ЖКХ)	16.11
21	5	Планирование дорогостоящих покупок. Правила экономии.	23.11
22	6	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям (лекарства, питание, одежда и др.)	23.11
23	7	Практическая работа: планирование расходов на день, месяц.	30.11
24	8	Семейный досуг. Досуг как средство укрепления здоровья, (туризм, походы, спорт) и как хобби.	30.11
25	9	Домашние обязанности. Кормление детей грудного возраста.	07.12
26	10	Правила купания грудного ребёнка.	07.12
27	11	Одевание и пеленание грудного ребёнка	14.12
28	12	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детских игрушек, посуды, постели, одежды.	14.12
29	13	Практическая работа: пеленание и купание куклы.	21.12
30	14	<i>Контрольная работа.</i>	21.12
31	15	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание. Маршруты.	28.12
32	16	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Порт.	28.12
3 четверть			
33	1	Заготовка продуктов впрок. Соль и её значение для питания.	11.01
34	2	Виды пряностей и приправ. Хранение приправ, пряностей.	11.01
35	3	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, маринование, сушка, соление.	18.01
36	4	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.	18.01
37	5	Сахар: его польза и вред. Варенье из ягод и фруктов. Консервирование фруктов и ягод.	25.01
38	6	Заготовка продуктов впрок. Заморозка овощей и фруктов. Сушка.	25.01
39	7	Практическая работа. Заготовка продуктов впрок.	01.02
40	8	Практическая работа: квашение капусты.	01.02
41	9	Мука, виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.). Сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт).	08.02
42	10	Виды теста: дрожжевое, пресное, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др.	08.02
43	11	Приготовление изделий из теста.	15.02
44	12	Тесто пресное. Приготовление лапши.	15.02
45	13	Тесто дрожжевое.	22.02
46	14	Песочное тесто.	22.02
47	15	Приготовление печенья из песочного теста. Рецепт. Практическая работа.	29.02
48	16	Приготовление печенья из песочного теста. Рецепт. Практическая работа.	29.02
49	17	Приготовление блинов.	07.03
50	18	Приготовление оладьев.	07.03
51	19	Приготовление сырников.	14.03

52	20	Замороженное тесто. Выпечка слоек.	14.03
53	21	Ожоги, обмороживания, тепловой и солнечный удар.	21.03
54	22	Первая помощь при несчастном случае (ожогах, отравлениях).	21.03
4 четверть			
55	1	Первая помощь утопающему.	04.04
56	2	Предупреждение глистных заболеваний.	04.04
57	3	Экскурсия в поликлинику.	11.04
58	4	Практическая работа: Первая помощь при несчастном случае.	11.04
59	5	Рыночная торговля, виды рынков.	18.04
60	6	Отличия рынка от магазина.	18.04
61	7	Государственная и местная (муниципальная) власть в РФ.	25.04
62	8	Городская администрация, мэр города и др.	25.04
63	9	Полиция: структура, назначение.	02.05
64	10	Повторение изученного в 8 классе.	02.05
65	11	Тестирование.	16.05
66	12	Итоговый урок по теме «Чему научились в 8 классе».	16.05
67	13	Поведение в местах большого скопления людей.	23.05
68	14	Экскурсия на автовокзал.	23.05
Фактическое количество часов			68

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, 8 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.