

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение -  
«Специальная (коррекционная) школа №9»

Рассмотрена:  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
от 30 августа 2023г.

Утверждаю:  
директор МКОУ СКШ № 9  
\_\_\_\_\_ А.К. Поставная  
Приказ № 217 от «30» августа 2023г.

**Адаптированная образовательная  
рабочая программа по учебному предмету  
«Основы социальной жизни»  
7 класс**

Мысковский городской округ, 2023 г.

Адаптированная образовательная рабочая программа основного общего образования по предмету «Основы социальной жизни», 7 класс, разработана учителем-дефектологом высшей квалификационной категории, Кузнецовой Жанной Валентиновной.

Адаптированная образовательная рабочая программа основного общего образования по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, автор В.И. Романина, Н.П. Павлова. – М.:Владос, 2017. Воронкова В.В.

Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учеб. пособие: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями. – М.: Издательство ВЛАДОС, 2021

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ .....	6
III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	12

#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ **Ошибка! Закладка не определена.**

##### **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 7 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование знаний о ремонте одежды (пришивание пуговиц, зашивание шва, наложение заплат и т.д.);
- формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;
- формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;
- формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений (прачечная, почта и т.д.).

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Основам социальной жизни» в 7 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 7 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На третьем году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, применения теоретических знаний на практике и формирование правильных отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и

транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения в семье, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей,

формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

### Содержание разделов

№	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Личная гигиена и здоровье	6	1
2	Охрана здоровья	3	1
3	Жилище	12	1
4	Одежда и обувь	10	
5	Питание	17	1
6	Транспорт	4	1
7	Средства связи	4	
8	Предприятия, организации, учреждения	4	
9	Семья	7	
10	Итоговое занятие	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>6</b>

#### Оборудование кабинета ОСЖ:

1. Смарт-панель-1
2. Ноутбук -1
3. Учительский стол-1
4. Учительское кресло-1
5. Ученические столы-12
6. Ученические стулья-12

#### Оборудование практической (кухонной) зоны ОСЖ

- 1.Микроволновая печь «GORENIE»-1шт
- 2.Блинная сковорода -1шт
- 3.Набор ножей «Lara» -2 шт
- 4.Печь электрическая «Лысьва»-2 шт
- 5.Кухонный комбайн «MOULINEX»-1
- 6.Тостер «TEFAL» -2 шт
- 7.Кухонный гарнитур -1шт
- 8.Холодильник «Saratov» -1шт



- 9.Набор столовой посуды (тарелки) «Luminarc»- 12 персон, набор столовых приборов (вилки, ложки)-12
- 10.Чайник «BOSCH»-1
- 11.Мясорубка «REDMOND»-1
- 12.Вытяжка «HANSA»-1
- 13.Разделочные доски 10шт
- 14.Электрический чайник 1шт
- 15.Кастрюли 3шт
- 16.Скалки 2шт
- 17.Стиральная машина «INDESIT» 1 шт
- 18.Обеденный стол 1шт , 6 стульев
- 19.Водонагреватель HAIER-1
- 20.Гладильные доски «НИКА»-2
- 21.Часы «Доброшкола»
- 22.Разделочный стол-2
- 23.Овощерезка «Либра-пласт»
- 24.Венчик-1
- 25.Брусок «Абразивный»-1
- 26.

#### **Методические пособия:**

- «Мебель»
- «Наш дом» (виды домов)
- Демонстрационный материал:
- «Транспорт» ч1, ч2
- «Семья»
- «Деревенский дворик»
- «Грибы и ягоды»
- «Фрукты-овощи»
- «Дикие животные»
- «Наш дом» (виды комнат и жилых помещений)

## **Игровой демонстрационный материал**

Лото

Коррекционно-развивающие игры»

### **Наглядные пособия по темам:**

«Обувь» (уход за обувью)

«Медицина» (домашняя аптечка, стетоскоп)

«Одежда» (выведение пятен, стиральные машинки, моющие средства)

«Питание» (виды круп, виды макаронных изделий, кассовый аппарат, набор продуктов, молочные )

«Семья» ( средства по уходу за грудным ребенком, куклы, ванночка для купания, набор одежды)

«Личная гигиена»

### **Плакаты**

#### **Тема: «Санитарно-гигиенические требования»**

Хорошие привычки

Для твоего здоровья

Правила личной гигиены

Вред курения

Распорядок дня

#### **Тема: «Питание»**

Правила безопасной работы с ножом

Правила безопасности при работе с газовой плитой

Способы нарезки овощей

Санитарно-гигиенические требования при работе на кухне

Приемы работы с ножом, приспособлениями

Завтрак

Способы консервирования

Правила работы с газовой плитой

Технологическая карта приготовления салата

Правила безопасной работы с приспособлениями

Сервировка стола

Сервировка праздничного стола

Сервировка стола к чаю

Мясные полуфабрикаты

Рыбные полуфабрикаты

Правила безопасной работы с горячей жидкостью

Требования к обработке и хранению продуктов

Оборудование и оснащение кухни

Блюда из черствого хлеба

Приготовление яиц

#### **Тема: «Основы безопасности»**

Правила личной безопасности

Правила дорожного движения

Правила пожарной безопасности

#### **Тема: «Стирка и утюжка изделий»**

Правила безопасной работы на швейной машинке с ручным приводом  
Правила безопасной работы с нагревательными приборами  
Организация рабочего места и правила работы с электроустьем  
Организация рабочего места  
Остановись на минутку и подумай  
Правила безопасной работы перед включением прибора

**Тема: «Правила поведения и этикет». Разное**

Хорошие манеры  
Этикет  
Профессии  
Генеалогическое дерево

### **III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Личностные:**

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

#### **Предметные:**

##### Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

– знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

Достаточный уровень:

– знание способов хранения и переработки продуктов питания;  
– составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

– самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;  
– самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

– соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;

– соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

– некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);

– навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого).

### **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных,

текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

### **Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»** ставится если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;
- отвечает на наводящие вопросы.

**Оценка «3»** ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.

## Список литературы

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 г. N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной протоколом ФУМО от 22 декабря 2015 г. N4/15;
- Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, автор В.И. Романина, Н.П. Павлова. – М.: Владос, 2017.
- Устав МКОУ СКШ № 9;
- АООП МКОУ СКШ №9, 1-7 класс;
- Положение о рабочей программе МКОУ СКШ № 9.

## Учебники

Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учеб. пособие: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями. – М.: Издательство ВЛАДОС, 2021.





