

**Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области  
МУ Управление образования администрации  
МО «Кузоватовский район» Ульяновской области  
МОУ ОШ с. Чириково имени Героя Советского Союза Б.А.Кротова**

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
Педагогического совета  
школы  
Протокол №1 от  
29.08.2024

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
по УВР Кротова С.М.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МОУ ОШ с. Чириково  
имени Героя Советского Союза  
Б.А.Кротова

\_\_\_\_\_ Чалмаева Т.И.  
Приказ № 68 от 29.08.2024 г.

**Адаптированная рабочая программа  
по предмету «Основы социальной жизни»  
для обучающихся 9 класс с ЛУО**

## **Пояснительная записка.**

Проблема социализации учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является наиболее значимой в процессе их образования. Практическая направленность всего образовательного процесса, ориентированного на индивидуально-типологические особенности каждого учащегося,- важная составляющая обучения предмету «Основы социальной жизни» в течение всех лет обучения в школе.

В основу уроков по предмету «Основы социальной жизни» положен интегрированный подход, который предполагает освоение учащимся системы жизненно необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих адекватное проживание в социуме.

На уроках учащихся осваивает:

- элементарную систему информационно - бытовых знаний, обеспечивающих комфортное пребывание в школе;
- социально-бытовые навыки и умения, операции, необходимые в течение времени, установленного определенным режимом жизнедеятельности (урока, дня, недели и т. д.);
- невербальные и вербальные модели коммуникативного общения, необходимого в процессе межличностного взаимодействия с окружающими в различных социально-бытовых ситуациях.

Процесс обучения и воспитания детей с нарушениями в развитии направлен на формирование личности, коррекцию недостатков развития и создает предпосылки социальной адаптации детей данной категории.

Предмет ОСЖ формирует знания, умения, навыки, сопутствующие социальной адаптации учащихся специальной (коррекционной) школы, повышает уровень общего развития учащихся их всестороннюю подготовку к будущей самостоятельной жизнедеятельности.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ формируют у учеников умения, способствуют реабилитации и их общему развитию, расширению кругозора, развитию элементов творческих способностей.

Межпредметные связи, устанавливаемые на ОСЖ, помогают не только закреплению знаний, но и более глубокому развитию личности.

Занятия предусматривают активное включение учеников в окружающую их жизнь. В связи с этим обязательным для ОСЖ является наличие экскурсий, с помощью которых дети расширяют свои знания и представления об окружающем. Развивают наблюдательность, внимание, учатся действовать в новых условиях.

Эффективность работы по ОСЖ, осуществляемая на уроках и вне их, зависит от согласованности действий учителя и воспитателя, их контакта, информированности о работе друг друга, скоординированности планов работы. Успеху работы способствует также заранее спланированная совместная деятельность учителя и воспитателя в подготовке и проведении различных мероприятий: конкурсов, праздников и т.д.

Необходимость включения предмета «Основы социальной жизни» в учебный план обусловлена крайне низким развитием высших психических функций учащегося, сниженными возможностями манипулятивных действий и участия в любом виде деятельности. Раннее начало коррекционных занятий позволит в более полном объеме усвоить социально значимые умения и навыки.

Срок реализации программы: 1 учебный год.

### **Цель и задачи программы.**

**Цель:** Освоение системы социально значимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни. Подготовка учащегося к взрослой жизни через овладение им навыками самообслуживания, общения,

приспособление к жизни в обществе, воспитание максимально возможного уровня самостоятельности.

#### **Задачи:**

- формируются, затем уточняются и закрепляются основные бытовые умения и навыки, обеспечивающие постепенное вхождение в социальную жизненную среду.
- формируется, закрепляется и постепенно расширяется спектр социально-бытовых умений, навыков, операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности в разные временные периоды (во время пребывания в школе, в течение дня, недели и т. д.).
- формируются и вводятся в предметно-бытовые и межличностное общение с учетом индивидуальных особенностей учащегося невербальные и вербальные средства коммуникации.

#### **Условия реализации программы.**

##### **Виды и формы организации учебного процесса.**

Для реализации данной программы используются разнообразные типы уроков, формы и виды работ, а также средства обучения и технологии.

**Уроки:** традиционные (ознакомления с новым материалом; систематизации и повторении изученного материала), комбинированные.

**Формы работы на уроке:** индивидуальная работа.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

**Технологии обучения:** игровые, здоровьесберегающие;

При реализации данной программы используется одна **форма** контроля: индивидуальный. Контроль (диагностика) проводится (в начале года) и итоговый (конец года).

**Инструментарий учителя:** рабочая программа, календарно-тематическое планирование, конспект урока, тематические презентации, методическая литература, наглядно-дидактический материал.

##### **Учебно-тематический план.**

<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
Одежда и обувь.	12
Питание.	12
Жилище.	15
Средства связи.	4
Культура поведения.	9
Транспорт.	9
Торговля.	7
<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>

##### **Содержание тем учебного курса.**

**Одежда и обувь:** Обучение учащегося названию предметов одежды и обуви, элементарным способам ухода за ними, аккуратному пользованию этими предметами.

**Питание:** Учитывая низкий уровень самостоятельности и психофизических возможностей, в данном разделе предлагаются варианты обучения учащегося, овладевшего элементарными навыками разговорной речи, так и неговорящих. Учитывать практическим умениям приготовления элементарных блюд, правилами хранения некоторых продуктов, соблюдению санитарно-гигиенических требований к содержанию посуды, хранения и использования продуктов.

**Жилище:** Учащийся приобретает умения выбирать и пользоваться средствами и инвентарем по уходу за жилищем, выполнять элементарные действия по созданию уюта в доме, использовать для украшения интерьера изделия собственного изготовления.

**Культура поведения:** Обучение элементарным правилам поведения в классе, дома, в транспорте, в общественных местах, а также альтернативной коммуникации и правилам общения со взрослыми и сверстниками. Учащийся обучается культуре приема пищи, ношения одежды, обуви.

**Транспорт:** Обучение алгоритмам поездки на транспорте, нахождению нужной обстановки, оплате за проезд, альтернативной коммуникации и навыкам элементарного общения.

**Семья:** Обучение элементарным знаниям о составе семьи и ее членах, о распределении обязанностей между членами семьи при выполнении совместной деятельности.

**Торговля:** Обучение направлено на умение различать магазины по видам, совершать элементарные покупки для приготовления пищи и ухода за собой, жилищем, для стирки белья и одежды.

**Средства связи:** Знакомство с почтой, телеграфом, телефоном, правилами пользования ит поведения в экстренных случаях. Формирование элементарных навыков посещения поликлиники, общения и альтернативной коммуникации.

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

В период обучения учащиеся будут иметь представление:

#### **Одежда обувь:**

- О видах одежды.
- О видах сезонной одежды.
- О способах чистки одежды.
- О вариантах размещения одежды (на плечиках в шкафу, на полке, на спинке стула).
- О назначении инвентаря и приспособлений, которые используются для ручной стирки.
- О приспособлениях для сушки вещей.
- Особенности сушки шерстяных вещей.

#### **Питание:**

- О видах салатов.
- О способах приготовления пищи не требующей тепловой обработки.
- О видах блюд, не требующих тепловой обработки.
- Об этапах первичной обработки овощей.
- О способах нарезки овощей.
- О правилах безопасной работы с режущими инструментами.
- О видах круп.
- О технологии приготовления каши.
- О правилах сервировки стола к завтраку, ужину.

**Жилище:**

- О видах мебели.
- О средствах и способах ухода за мебелью.
- О средствах и способах ухода за ковровыми покрытиями.
- О названиях и функциональном назначении предметов мебели.
- О моющих и чистящих средствах, используемые при уборке санузла и ванной комнаты.
- О значении и применении инвентаря.
- О правилах и периодичности уборки туалетных комнат.
- Об уходе за руками после уборки помещений.

**Средства связи:**

- О назначении почты.
- Об основных средствах связи.
- О видах почтовых отправлений.

**Культура поведения:**

- О правилах поведения при общении.
- О культуре общения мальчиков и девочек.
- О составление различных форм общения детей при встрече и расставании.
- О приемах обращения с просьбой, вопросом к сверстникам.
- О правилах личной гигиены: уход за носом, лицом.
- О правилах личной гигиены: опрятное ношение одежды.
- О правилах выбора одежды для посещения театра.

**Транспорт:**

- Об общественный транспорт (повторение).
- О правилах поведения в общественном транспорте.
- О правилах пользования общественным транспортом.
- О способах и правилах оплаты проезда.
- Об остановках общественного транспорта.

**Торговля:**

- О сети специализированных магазинов (повторение).
- О видах магазинов.
- О названии овощей.
- О выборе овощей для приготовления салата.
- Об определении количества овощей.
- О стоимости овощей.
- О видах мебели.
- О назначении мебели.
- О выборе необходимой мебели для жилых помещений.

**Учащийся должен уметь:****Одежда обувь:**

- Чистить одежду.
- Размещать свою одежду в шкафу: на плечиках, на полке, на стуле.

- Применять по назначению инвентарь и приспособления для ручной стирки.
- Выбирать приспособления для сушки изделий из шерсти.
- Стирать и сушить изделия.

#### **Питание:**

- Соблюдать правила техники безопасности при приготовлении пищи.
- Пользоваться столовой посудой и приборами по назначению.
- Выполнять первичную обработку овощей: сортировать, мыть, чистить.
- Приготовить салат по рецепту (с помощью педагога).
- Нарезать овощи (с помощью педагога).
- Выбирать необходимые продукты для приготовления каши (с помощью педагога).
- Наблюдать за приготовлением каши.
- Сервировать стол к завтраку и ужину (с помощью педагога).

#### **Жилище:**

- Различать виды мебели.
- Замечать беспорядок.
- Выбирать инвентарь и использовать его по назначению.
- Выбирать моющие и чистящие средства и использовать их по назначению.
- Ухаживать за руками после работы.

#### **Средства связи:**

- Наблюдать за работой почтальона.
- Выполнять обозначительные действия отправителя, адресата, почтальона.

#### **Культура поведения:**

- Разговаривать в различных видах деятельности, обращаться друг к другу с просьбой.
- Рассматривать иллюстрации отображающие сцены общения, давать им правильную характеристику.
- Следить за своим внешним видом.
- Выбирать одежду для посещения театра.

#### **Транспорт:**

- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте.
- Обращаться к кондуктору, дежурному по станции метро, водителю, пассажирам с просьбой, вопросом.
- Оплачивать проезд.
- Находить остановки общественного транспорта.
- Выбирать транспортное средство.
- Переносить полученные знания в реальную ситуацию.

#### **Торговля:**

- Называть овощи.
- Выбирать овощи для приготовления салата.
- Определять количество овощей для приготовления салата и их стоимость.
- Называть виды мебели.

- Наблюдать за приобретением мебели в магазине.
- Наблюдать за погрузкой мебели для доставки покупателю.
- Выбирать необходимую мебель для жилых помещений.

**Тематическое планирование «Основ социальной жизни»**  
9 класс 68 часов (2 часа в неделю)

№ п. п.	Кол-во часов	Дата	Темы уроков	Требования к уровню подготовки уч-ся	Примечание
1.	1		Виды одежды. Виды сезонной одежды.	Знать виды одежды, одежда сезонная; способы чистки и варианты размещения; инвентарь и приспособления для ручной стирки; приспособления для сушки вещей; практические действия.	
2.	1		Повседневный уход за одеждой.		
3.	1		Чистка одежды.		
4.	1		Способы ухода за сезонной одеждой.		
5.	1		Ролевая игра «Помоги кукле одеться по сезону».		
6.	1		Подготовка одежды к сезонному хранению.		
7.	1		Виды салатов.	Знать виды салатов и способы их приготовления; виды блюд и этапы первичной обработки овощей; способы нарезки овощей; правила безопасности.	
8.	1		Рецепты салатов.		
9.	1		Технология приготовления салатов. Виды обработки овощей.		
10.	1		Правила безопасной работы с режущими инструментами.		
11.	1		Нарезка овощей (соломка, дольки, кружки...).		
12.	1		Виды мебели. Дидактическая игра «Узнай и назови предметы мебели».		
13.	1		Средства и способы ухода за мебелью.	Знать виды мебели, средства и способы ухода за ней; названия и назначение предметов мебели.	
14.	1		Средства и способы ухода за ковровыми покрытиями.		
15.	1		Инвентарь для уборки.		
16.	1		Моющие средства для уборки гостиной.		
17.	1		Последовательность уборки гостиной.		
18.	1		Ролевая игра «Убери комнату».		
19.	1		Почта. Виды почтовых отправлений.	Знать о назначении	

20.	1		Рольевая игра «Почта» Виды почтовых отправлений. Презентация «Мы на почте».	почты, об основных средствах связи; виды почтовых отправлений.	
21.	1		Экскурсия на почту.		
22.	1		Правила поведения при общении. Культура общения мальчиков и девочек.	Знать правила поведения при общении; о культуре общения мальчиков и девочек; уметь составлять различные формы общения детей при встрече и расставании; знать приемы обращения с просьбой, вопросом к сверстникам.	
23.	1		Составление различных форм общения детей при встрече и расставании.		
24.	1		Приемы обращения с просьбой, вопросом к сверстникам.		
25.	1		Рольевая игра, ситуативные диалоги: при встрече, расставании.		
26.	1		Рольевая игра, ситуативные диалоги: помощи однокласснице.		
27.	1		Общественный транспорт. Поведение и правила пользования общественным транспортом.		
28.	1		Способы и правила оплаты проезда. Остановка общественного транспорта.		
29.	1		Рольевая игра, сюжетные диалоги: «Я пассажир».		
30.	3		Виды магазинов «Фрукты, овощи».	Знать виды магазинов «Фрукты и овощи»; закрепить понятия.	
31.			Фрукты, овощи (повторение).		
32.					
33.	1		Изделия из шерсти. Средства для ручной стирки изделий из шерсти.	Знать о назначении инвентаря и приспособления, которые используются для ручной стирки; приспособления для сушки вещей; знать особенности сушки шерстяных вещей.	
34.	1		Приспособления для сушки изделий из шерсти.		
35.	1		Алгоритм стирки изделий из шерсти.		
36.	1		Практические действия по уходу за собственной одеждой: ручная стирка шарфика, варежек, шапочки.		
37.	1		Рольевая игра «Подбери моющие средства для стирки шарфика», «Почисти одежду другу».		
38.	1		Виды круп.	Знать виды круп; технологию приготовления и правила сервировки стола.	
39.	1		Рецепт гречневой каши и рисовой каши.		
40.	1		Правила безопасного включения и выключения конфорки		

			электрической плиты (повторение).		
41.	1		Технология приготовления гречневой каши.		
42.	1		Технология приготовления рисовой каши.	Закреплять полученные знания на практике.	
43.	1		Выбор и подготовка посуды к приготовлению каши.		
44.	1		Сервировка стола к ужину, завтраку (ролевая игра).		
45.	1		Жилые помещения. Назначение жилых помещений (повторение.)		Знать о моющих и чистящих средствах, используемых при уборке туалета и ванной комнаты; о назначении и применении инвентаря; правила и периодичность уборки помещений; об уходе за руками после уборки и гигиенических требованиях к туалетным комнатам.
46.	1		Ванная и туалетная комнаты.		
47.	1		Гигиенические требования к туалетным комнатам.		
48.	1		Моющие средства, используемые при уборке санузла и ванной комнаты.		
49.	1		Инвентарь для уборки туалетных комнат.		
50.	1		Правила и периодичность уборки туалетных комнат.		
51.	1		Уход за руками после уборки помещений.		
52.	1		Уход за руками после уборки помещений.		
53.	1		Правила личной гигиены: уход за носом, лицом. Правила личной гигиены: опрятное ношение одежды.	Знать правила поведения при общении; о культуре общения мальчиков и девочек; уметь составлять различные формы общения детей при встрече и расставании; знать приемы обращения с просьбой, вопросом к сверстникам.	
54.	1		Ролевая игра, ситуативные диалоги: одежда для театра.		
55.	1		Правила поведения при общении. Культура общения мальчиков и девочек (повторение).		
56.	1		Составление различных форм общения детей при встрече и расставании. Приемы обращения с просьбой, вопросом к сверстникам.		
57.	1		Ролевая игра, ситуативные диалоги: при встрече, расставании.		
58.	1		Ролевая игра, ситуативные диалоги: помощи однокласснице.		
59.	1		Общественный транспорт. Поведение в общественном транспорте (повторение).		Знать общественный транспорт; правила поведения и пользования транспортом;
60	2		Правила пользования общественным транспортом.		
61					

62.	1		Способы и правила оплаты проезда. Остановка общественного транспорта.	способы и правила оплаты проезда; об остановках общественного транспорта.	
63.	1		Ролевая игра, сюжетные диалоги: «Я пассажир».		
64.	1		Ролевая игра, сюжетные диалоги: «В метро».		
65.	1		Ролевая игра, сюжетные диалоги: «В метро».		
66.	1		Специализированные магазины (повторение).	Знать о видах мебели, о назначении мебели, о выборе необходимой мебели для жилых помещений.	
67.	1		Виды магазинов «Мебель». Виды мебели.		
68.	1		Дидактическая игра «Моя квартира».		

#### **Перечень учебно-методического обеспечения.**

1. Программа «Образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью», под редакцией Н.Б.Баряевой, Н.Н Яковлевой, СПб, 2011год.
- 2.«Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида». Пособие для учителей, В.В. Воронкова, С.А. Казакова.
3. Тетрадь по обслуживающему труду (для учащихся коррекционных школ VIII вида) 9 класс, А.Г. Галле, Л.Л. Кочетова.
4. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.
5. Использование ИКТ: Серия «Я учусь». Мини-игры: «Найди предмет», «Найди пару», «Собери пазл».