

РАССМОТРЕНО
Методическом совете
Протокол № 1
От « 30 » 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
И.В. Шарых
Протокол № 1
« 30 » 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Ильинская СОШ»
Никитина И.Н.
Приказ № 169
« 08 » 09 2024 г.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ильинская средняя общеобразовательная школа»

Адаптированная рабочая программа
для обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными
нарушениями)
по учебному предмету «ОСЖ»
9 класс

Гайдай В.А., учитель
Первой квалификационной категории

с.Ильинка, 2024 г.

Пояснительная записка

Настоящая программа по ОСЖ для 9 класса составлена на основании следующих нормативных документов:
Федерального компонента государственного стандарта образования утвержденного приказом Минобразования России от 5.03.2004 г. №1089.
Федерального закона РФ №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
Образовательная программа МБОУ «Ильинская СОШ»
Учебного плана МБОУ «Ильинской СОШ»
Программа специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида 5-9 классы (Сборник 1 под ред. В.В.Воронковой допущенный Министерством образования науки Российской Федерации (издательство Владос, 2011)
Рабочая программа для 9 класса рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю). Изменений программы нет.

Цель: Практическая подготовка учащихся 5—9 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Задачи:

Обучающие - формирование и совершенствование необходимых навыков ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, -усвоение морально-этических норм поведения,
Развивающие - умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи;
Воспитательные -воспитание навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса.

Межпредметные связи:

Занятия по социально-бытовой ориентировке тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания. На занятиях по социально-бытовой ориентировке следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

Учебно-методическое обеспечение

- Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя, под редакцией А.М. Щербаковой, Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2004, (Коррекционная педагогика);
- Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида: пособие для учителя, под редакцией В.В.Воронковой, Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2006, (Коррекционная педагогика)

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает

возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей. Реализуя разделы курса ОСЖ в учебном процессе, решаются следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость. Элементы 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. Развитие психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На занятиях по ОСЖ уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

ОСЖ учащихся имеет свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Учитель принимает активное участие в тех внеклассных мероприятиях, которые позволяют закрепить усвоенное на практике, проверить, что и как восприняли ученики на занятиях ОСЖ. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

Результативность занятий поОСЖ обеспечивается при условии – тесной связи учителя и воспитателя с родителями, которые должны оказывать помощь в проведении экскурсий, практических работ.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Содержание учебного материала

Личная гигиена	5
Одежда и обувь	6
Питание	10
Культура поведения	4
Жилище	4
Транспорт	4
Торговля	4

Средства связи	2
Медицинская помощь	7
Бюджет	7
Семья	8
Учреждения и организации и предприятия	5
Итого;	68

Требования к уровню подготовки

Должны знать: В 9 классе:

1.Учащиеся должны знать:

- ☐ Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- ☐ Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- ☐ Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- ☐ Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- ☐ Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- ☐ Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- ☐ Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- ☐ Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- ☐ Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- ☐ Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- ☐ Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Учащиеся должны уметь:

- ☐ Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- ☐ Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

- ☐ Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- ☐ Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- ☐ Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- ☐ Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- ☐ Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- ☐ Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- ☐ Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- ☐ Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Должен знать выпускник

- о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.
- размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата;
- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;
- средства для выведения пятен в домашних условиях;
- санитарно-гигиенические требования в правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.
- способы приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола;
- культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе,
- правила расстановки мебели в квартире.
- основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов;
- отделы рынка, цены на отдельные товары, отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах
- современные виды связи, виды денежных переводов, их стоимость;
- меры по предупреждению инфекционных заболеваний , правила ухода за больными;
- о назначении предприятий бытового обслуживания;
- о значении и характере культурных потребностей. значений экономии в домашнем хозяйстве, значении кредита, страхования;
- способы и последовательность приготовления изделий из теста, способы и последовательность соленья овощей, способы варки варенья из фруктов и ягод.

Должны уметь: - подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными ее особенностями и размером, определять стиль одежды
выводить пятна различными способами и средствами;
-анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;
-выбирать косметические средства, украшения;
-подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход;
-мыть кафельные стены, чистить раковины;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла;
-пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- выбирать покупку с учетом различных условий; подсчитывать стоимость покупок; культурно вести себя в магазине. объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- получать по телефону справки, узнавать время;
- культурно разговаривать по телефону.
-оказывать первую помощь при ожогах, обморожении;
- оказывать первую помощь утопающему.
-подсчитывать расходы; планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи; снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии и газа; заполнять квитанции; планировать крупные покупки
- готовить изделия из разных видов теста; оформлять эти изделия; солить овощи, варить варенье; составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.
- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными ее особенностями и размером; определять стиль одежды; пользоваться журналом мод;
рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности выводить пятна различными способами и средствами.
- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.
- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей; анализировать поступки людей и давать им правильную оценку; соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.
- расставлять мебель в квартире (на макете): подбирать детали интерьера.
- ориентироваться в расписании; определять маршрут и выбирать транспортные средства.
- выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями; вежливо обращаться к продавцу; подсчитывать стоимость покупок
-заполнять бланки почтового и телеграфного переводов; оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.

- одевать, умывать, кормить больного (взрослого ребенка); измерять температуру; ставить горчичники (на куклу); перестилать постель лежащего больного.
- обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.
- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности; заполнять ордера на получение и внесение денег в сберкассау соотносить выбранную профессию со своими возможностями
- заполнять анкету; писать заявление, автобиографию

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

Контрольно- измерительные материалы

Контроль за знаниями, умениями и навыками

осуществляется в ходе устных опросов, проведения открытых и закрытых тестов, заданий на установление соответствия, ответов на вопросы. Тексты контрольно-измерительные материалы создает учитель в соответствии с психофизическими особенностями каждого ученика. Время отводимое на уроке 15-20 минут

Промежуточная аттестация по социально - бытовой ориентировка не предусмотрена.

Итоговая аттестация по предмету не предусмотрена.

Тематическое планирование

№	Название темы	Кол. часов	Дата
1-2	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека.	2	1.09 7.09
3-4	Стиль в одежде, мода. Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности	2	8.09 14.09
5-6	Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением.	2	15.09 21.09
7-8	Варианты обновления одежды (замена мелких деталей) Входная контрольная работа	2	22.09 28.09
9-10	Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях.	2	29.09 5.10

	Строжайшее соблюдение техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.		
10-11	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности в процессе приготовления пищи. Рецепты приготовления блюд ясельного возраста.	2	6.10 12.10
12	Рецепты приготовления национальных блюд.	1	13.10
13	Составление меню и сервировка праздничного стола.	1	19.10
14	Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд.	1	20.10
15-16	Российская семья. Условия создания семьи, основы семейных отношений, семейные традиции	2	26.10 27.10
17	Взаимоотношения в семье. Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета.	1	9.11
18	Семейные ситуации. Формы организации досуга, отдыха в семье.	1	10.11
19	Соседи. Правила общежития	1	16.11
20-21	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.	2	17.11 23.11
22-23	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	2	24.11 30.11
24-25	Сохранение жилищного фонда	2	1.12 7.12
26-27	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты.	2	8.12 14.12
28-29	Порядок приобретения билета и их возврата. Стоимость проезда.	2	15.12 21.12
30-31	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации с/хозяйственных продуктов. Отделы рынка.	2	22.12 28.12
32-33	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупка вещей у населения.	2	12.01 18.01
34-35	Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	2	19.01 25.01
35-36	Виды связи . Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.	2	2 6.01 1.02
37-38	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов.	2	2.02 8.02

39-40	Посылки. Правила упаковки и отправления.	2	9.02 15.02
41-44	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	4	16.02 22.02 1.03 2.03
45-46	Уход за больным.	2	9.03 15.03
47	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1	16.03
48-50	Предприятия бытового обслуживания: (ремонтно-бытовые мастерские и пункты, парикмахерские и др., их назначение.	3	22.03 23.03 29.03
51-52	Виды оказываемых услуг. Профессии работников предприятия	2	5.04 6.04
53-54	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	2	12.04 13.04
55-56	Экономия в домашнем хозяйстве.	2	19.04 20.04
57-58	Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов.	2	26.04 27.04
59-60	Кредит. Оформление кредита. Государственное страхование.	2	3.05 4.05
61-62	Учреждения и отделы по трудоустройству.	2	10.05 11.05
63-64	Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу. Их оформление.	2	17.05 18.05
65	Итоговая контрольная работа	1	24.05
66	Трудовой договор. Трудовой стаж.	1	25.05
67	Охрана труда несовершеннолетних	1	30.05
68	Итоговый урок	1	31.05

