



Министерство просвещения Российской Федерации
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)

федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Неманское специальное учебно-воспитательное учреждение
закрытого типа»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий учебной частью

 Г.С. Вольските

«02» июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 А.В. Катаева

«02» июня 2025 г.



Адаптированная рабочая программа
по предмету «Основы социальной жизни»
9 «Б» класса
для обучающихся с нарушениями интеллекта
учитель Трасковская Наталия Ивановна
2025 – 2026 учебный год

Рассмотрено на заседании МО
учителей

(протокол № 9 от 28.05.2025)

Руководитель МО 

И.С. Гайвороненко

г. Неман
2025 год

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание тем учебного предмета
3. Планируемые результаты освоения учебного предмета
4. Тематическое планирование учебного предмета

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по основам социальной жизни (ОСЖ) для обучающихся с нарушением интеллекта разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 9 классе в ФГБПОУ «Неманского специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа». Программа определяет минимальный объем содержания курса ОСЖ для основного общего образования

Программа разработана на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 7-9 классы под редакцией доктора педагогических наук В. В. Воронковой. – М.: «Просвещение» и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Рабочая программа разработана с учетом Программы воспитания учреждения на 2023 – 2027 года и нацелена на коррекцию поведения обучающихся, социализацию и адаптацию их в современном обществе, налаживание ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми, формирование у них системных знаний, в том числе о различных аспектах развития России и мира, гражданской идентичности в рамках преподавания учебного предмета.

Цель: практическая подготовка обучающихся с нарушением интеллекта к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства;
- воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения;
- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности;
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;

- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;
- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Развитие всех психических процессов у детей с нарушением интеллекта отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания – ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с нарушением интеллекта в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с нарушением интеллекта оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Сроки реализации программы:

Согласно базисного учебного (образовательного) плана в 5 классе на изучение предмета «ОСЖ», отводится 2 учебных часа в неделю (68 уроков в год).

2. Содержание учебного предмета

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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 обучающихся. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Темы	Краткое содержание тем
«Одежда и обувь»	Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.
«Питание»	Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.
«Семья»	Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения. распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.
«Культура поведения»	Адекватность поведения в обществе. Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми
«Жилище»	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.
«Транспорт»	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.
«Торговля»	Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.
«Средства связи»	Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни
«Медицинская помощь»	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.
«Учреждения, организации и предприятия»	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.

«Трудоустройство»	Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.
-------------------	--

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате освоения курса «Основы социальной жизни» у обучающихся предполагается формирование универсальных учебных действий (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных), позволяющих достигать предметных и личностных результатов.

Обучение обучающихся должно быть направлено на достижение следующих результатов:

Личностные результаты.

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;

- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общественно-полезную социальную деятельность;
- осознанно относиться к выбору профессии;
- соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Предметные результаты освоения определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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 учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание сезонных явлений и их особенностей, название месяцев
- знание способов хранения и переработки 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 и т.д.;
- 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 и т. п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

4. Тематическое планирование учебного предмета

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Используемые электронные (цифровые) ресурсы
1	Вводный урок. Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по ТБ	1	Лекция
2	Определение собственного размера одежды и обуви. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
3-4	Выбор и покупка одежды и обуви	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082

			https://infourok.ru
5	Входная контрольная работа	1	
6	Использование подручных средств, для выведения различных пятен на одежде. ПР. Анализ контрольной работы.	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
7	Российская семья. Основные семейные отношения	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
8	Условия создания семьи	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
9-10	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
11-12	Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
13-14	Адекватное поведение в обществе	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
15-16	Прием гостей и правила хорошего тона с друзьями и знакомыми	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
17	Интерьер	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
18	Характерные особенности жилища. Понятие о композиции	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082

	в интерьере.		https://infourok.ru
19	Рациональная расстановка мебели. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
20	Сохранение жилищного фонда	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
21	Диетическое питание. Составление меню диетического питания. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
22	Питание детей ясельного возраста. Составление меню для детей ясельного возраста на день, на неделю. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
23	Составление меню к праздничному столу. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
24	Сервировка праздничного стола. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
25-26	Национальные блюда. Запись рецептов национальных блюд.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
27-28	Приготовление национальных мясных блюд	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
29	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэропорт.	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
30	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов.	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru

31-32	Стоимость билета. Службы касс Аэрофлота. Промежуточный контрольный тест	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
33-34	Значение ярмарок: международные, межрайонные и т.д. Их назначение. Анализ контрольной работы.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
35	Виды ярмарок и их отличия	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
36	Разновидности ярмарок	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
37-38	Время и место проведений ярмарок	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
39-40	Денежные переводы. Назначение. Виды.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
41	Виды связи	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
42	Современные виды связи	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
43-44	Оформление квитанций по оплате телефонных услуг	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru

45-46	Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
47-48	Уход за больным. Сюжетно – ролевая игра «Больной в доме». ПР	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
49-50	Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
51-52	Предприятия бытового обслуживания	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
53	Отдел кадров	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
54	Знакомство с выбором предложенных работ в отделах по трудоустройству. Знакомство с профилем учреждения. ПР	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
55 56	Способы поиска работы. Разговор с работодателем.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
57	Документы, необходимые для поступления на работу	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
58	Перечень основных, деловых бумаг и требования к их	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082

	написанию		https://infourok.ru
59	Заявление	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
60-61	Постоянная работа	2	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
62	Анкета	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
63	Правила перехода на другую работу	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
64	Работа по контракту	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
65	Расписка	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
66	Промежуточная аттестация за учебный год	1	
67	Обращение в бюро занятости после окончания училища. Анализ контрольной работы.	1	https://pedsovet.su/publ/ https://urok.1sept.ru/articles/595082 https://infourok.ru
68	Итоговый урок	1	

