

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Иркутской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Русско-Янгутская средняя общеобразовательная школа имени А.А. Козьмина"

РАССМОТРЕНО

На ШМО учителей классных  
руководителей

 Щадова И.Н.

Протокол № 1  
от "28" августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

 Габидулина О.В.

Протокол № 1  
от "29" августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Холодкова Л.Г.

Приказ № 92/13  
от "30" августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Основы социальной жизни»**  
**(для 7-9 класса)**

**Срок освоения программы 1 год**

**Составитель: Щадова И.Н.**

Русские Янгуты, 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по кружку «Основы социальной жизни» составлена на основе Программ специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013. – сб.1. и на основе программы «Домоводство», допущенной Министерством образования Российской Федерации под редакцией И.М. Бгажноковой.

Программа составлена с учетом всех особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и обеспечивает их подготовку к самостоятельной жизни, хозяйственно - бытовому труду. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями) 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.

### Содержание занятий

Вводный инструктаж по охране труда обучающихся на занятиях.

**ОБУВЬ И ОДЕЖДА.** Стиль одежды, мода. Обновление одежды. Стирка изделий из тюля и трикотажа. Практическая работа

**ПИТАНИЕ.** Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Практическая работа. Составление меню на неделю для ребенка ясельного возраста. Национальное блюдо, (дранки). Приготовление национальных блинов (блины)

Практическая работа. Приготовление национального блюда. Практическая работа. Составление меню праздничного стола. Практическая работа. Сервировка праздничного стола.

**СЕМЬЯ.** Российская семья. Распределение обязанностей по ведению хозяйства. Бюджет. Практическая работа: формы организации досуга и отдыха в семье

**КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.** Правила проживания в общежития. Правила хорошего тона в общении с друзьями и взрослыми

**ТРАНСПОРТ.** Назначение авиатранспорта. Аэровокзал

**ЖИЛИЩЕ.** Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Практическая работа. Сохранение жилищного фонда

**ТОРГОВЛЯ.** Значение ярмарок. Виды ярмарок

**СРЕДСТВА СВЯЗИ.** Виды связи: и денежных переводов. Экскурсия на почту.

**МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.** Инфекционные заболевания. Уход за больным. «На приеме у врача «Больной в доме». Практическая работа. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

**УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ** «Моя будущая профессия». Детская биржа труда. Оформление на работу: постоянную и договорную. Знакомство с ТК РФ. Практическая работа. Деловые бумаги: автобиография и расписка. Практическая работа. Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

Изучение этих разделов позволяет практически знакомить обучающихся с окружающим их социумом, формировать у них навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких.

Соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, обучающиеся продолжают изучение тем, изученных ранее, но с усложнением материала и выполнением качества работы. Обучающиеся продолжают изучение тем, включенных в программы по предмету ОСЖ. Программа построена по тому же принципу: опора на имеющиеся

знания и умения и навыки, формирование на их базе новых, с расширением и углублением изученных ранее тем. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими обучающихся.

**Цель:** подготовка обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни (труду) и приспособление к самостоятельной жизни в условиях социальной среды.

Задачи:

- овладение обучающимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками, достаточными для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве;

- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции речи как неслепое условие социальной адаптации;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде;
- обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду.

Занятия по данной программе проводятся в форме урока по 40 минут. На курс отведено 34 часа (1 час в неделю).

Данная программа учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями). Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации.

### КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	дата	тема	цель	Основные знания	Контролирующая работа
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА</b>					
1		Здоровый образ жизни	ЗОЖ – одно из условий успеха в жизни человека, (вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух)	-необходимость поддержания физического здоровья; -современные спортивные увлечения; -вред курения для курящих и окружающих, о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки. - вредное воздействие алкоголя, наркотиков и курения на организм	
<b>ОДЕЖДА И ОБУВЬ</b>					
2		Стиль одежды. Мода.	Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей) Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности	-стиле одежды и моде; -средствах выражения индивидуальности; -средства выражения индивидуальности, -воздействию средств для выведения пятен на различные виды тканей.	Упражнения в умении подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями, определять стиль одежды.
3		Выбор одежды при покупке. Выбор обуви при покупке.	Выбор одежды и обуви при покупке (размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата)	-размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата; -способы обновления одежды с помощью мелких деталей;	Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви
4		Выведение мелких пятен с одежды	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях (средства, правила выведения). Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	-средства для выведения пятен в домашних условиях; -общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.)	Выведение пятен различными способами и средствами

ЖИЛИЩЕ					
5		Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	Рациональная расстановка мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели). Требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера	-правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели); -требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера; -расставлять мебель в квартире (на макете); -подбирать детали интерьера; -правила сохранения жилищного фонда	Упражнения в рациональной расстановки мебели в квартире, подборе деталей интерьера.
6		Сохранение жилищного фонда	Сохранение жилищного фонда		
ПИТАНИЕ					
7		Национальные блюда	Приготовление национальных блюд.	-способы приготовления национальных блюд; -готовить национальные блюда.	Запись рецептов национальных блюд
8		Пельмени, чебуреки.	Способы приготовления пельменей, чебуреков.		Приготовление национальных блюд: пельменей, чебуреков
9		Меню праздничного стола.	Меню праздничного стола.		Составить меню праздничного стола.
10		Сервировка праздничного стола	Сервировка праздничного стола	-правила сервировки праздничного стола; -сервировать праздничный стол	Сервировать праздничный стол
11		Диетическое питание	Диетическое питание	- представление о диетическом питании; -готовить отдельные диетические блюда.	Приготовление диетических блюд
12		Питание детей ясельного возраста	Питание детей ясельного возраста		Приготовление блюд для детей ясельного возраста

СЕМЬЯ					
13		Моя будущая семья	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Морально-этические нормы взаимодействия в семье.	представление о: - порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье; -морально-этических нормах взаимодействия в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях;	
14		Российская семья	Закон Российской Федерации о браке и семье. Обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи	- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи -анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку	Упражнение в анализе различных семейных ситуаций
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ					
15		Традиции культуры поведения в современном обществе	Традиции культуры поведения в современном обществе: культура поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимопомощь)	-культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимопомощь); -правила приема гостей (поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита)	Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку
16		Прием гостей	Правила приема гостей (поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита)	-встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей; -анализировать поступки людей и давать им правильную оценку; -соблюдать морально – эстетические нормы в семье и обществе.	Упражнения в умении планировать свои действия во время приема гостей

ТРАНСПОРТ				
17	Авиатранспорт	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	- назначение авиатранспорта - основные маршруты самолетов; - службы аэровокзала; - порядок приобретения и возврата билетов; - правила посадки в самолет. - ориентироваться в расписании; - определять маршрут и выбирать транспортные средства.	Упражнения в умении ориентироваться в расписании
СРЕДСТВА СВЯЗИ				
18	Денежные переводы	Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.	- современные виды связи, - виды денежных переводов, их стоимость	Заполнение бланков денежных переводов
19	Виды связи	Виды связи. пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет	- заполнить бланки почтового и телеграфного переводов; - оформить квитанцию по оплате телефонных услуг	Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг
МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ				
20	Инфекционные заболевания	Инфекционные заболевания (кишечные, воздушно-капельные инфекции), пути распространения и меры по их предупреждению	Представление о кишечных инфекционных заболеваниях, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций; - меры по предупреждению инфекционных заболеваний;	Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам
21	Уход за больным. Листок нетрудоспособности	Уход за больными. Листок нетрудоспособности. Условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным)	- правила ухода за больными; - условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным) - одевать, умывать, кормить больного (взрослого, ребенка); - измерять температуру; - ставить горчичники (на куклу); - перестилать постель лежачего больного.	Упражнения в умении измерять температуру, ставить горчичники

ТОРГОВЛЯ (8 ч.)				
22	Рынок	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями	-отделы рынка; -цены на отдельные товары; -отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах;	Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей.
23	Комиссионные магазины	Торговля уцененными товарами скупки вещей у населения. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи	-правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин, -правила получения денег за проданные вещи	Упражнения в вежливом обращении к продавцу и подсчете стоимости покупки
24	Ярмарка	Виды ярмарок, время и место их проведения	-выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями;	
25	Экскурсия на рынок		-вежливо обращаться к продавцу, -подсчитывать стоимость покупок	Упражнение в нахождении отделов рынка. Знакомство с ценами на отдельные товары

ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА (8 ч.)				
26	Бюджет. Текущие расходы	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театр, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви одежды) Экономия в домашнем хозяйстве. Правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.)	представление о значении и характере культурных потребностей; - о значении экономии в домашнем хозяйстве; - о значении кредита, страхования - правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.)	Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства
27	Сбережения	Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Виды и цели сбережений; Порядок помещения денег в сберкассу	-виды и цели сбережений, -порядок помещения денег в сберкассу; -виды кредита, порядок его оформления; - виды страхования	
28	Кредит. Государственное страхование	Кредит. Виды кредита, порядок его оформления. Виды страхования		Упражнение в умении оценить свои возможности при оплате кредита

УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ (2 ч.)				
29	Экскурсия на предприятия бытового обслуживания населения	Служба быта. Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.). Виды оказываемых услуг. Правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания. Профессии работников предприятий.	представление о назначении предприятий бытового обслуживания; -местонахождение предприятий бытового обслуживания; -виды оказываемых ими услуг; -правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания; -профессии работников предприятий; -обращаться с вопросами, просьбами к работникам	Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ И ТРУДОУСТРОЙСТВО (10 ч.)				
30	Где работать мне тогда, чем заниматься?	Выбор профессии. Профессионально-жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству	-отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии; -учреждения и отделы по трудоустройству;	Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии
31	Экскурсия в отдел занятости населения		-местонахождение и названия предприятий, где требуется рабочие по специальностям, изучаемым в школе; -виды документов, необходимых для поступления на работу;	Упражнение в умении обращаться в службу занятости
32	Оформление на работу	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Правила перехода на другую работу	-правила перехода на другую работу; -перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию. -соотнести выбранную профессию со своими возможностями; -заполнять анкету;	Упражнения в умении обращаться в отделы кадров для устройства на работу
33	Деловые бумаги	Деловые бумаги. Правила составления деловых бумаг (заявление, анкета)	-писать заявление, автобиографию; -составлять заявки на материалы, инструменты; -писать расписку, докладную, записку; -обращаться в отделы кадров учреждения для устройства на работу;	Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты
34	Обобщение пройденного материала			

ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА (8 ч.)				
26	Бюджет. Текущие расходы	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театр, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви одежды) Экономия в домашнем хозяйстве. Правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.)	представление о значении и характере культурных потребностей; - о значении экономии в домашнем хозяйстве;  -о значении кредита, страхования.  - правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.)	Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства
27	Сбережения	Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Виды и цели сбережений; Порядок помещения денег в сберкассу	-виды и цели сбережений;  -порядок помещения денег в сберкассу;  -виды кредита, порядок его оформления;  - виды страхования.	
28	Кредит. Государственное страхование	Кредит. Виды кредита, порядок его оформления. Виды страхования		Упражнение в умении оценить свои возможности при оплате кредита.

УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ (2 ч.)				
29	Экскурсия на предприятия бытового обслуживания населения	Служба быта. Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.). Виды оказываемых услуг. Правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания. Профессии работников предприятий.	представление о назначении предприятий бытового обслуживания; -местонахождение предприятий бытового обслуживания; -виды оказываемых ими услуг; -правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания; -профессии работников предприятий -обращаться с вопросами, просьбами к работникам.	Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания
ПРОФОРИЕНТАЦИЯ И ТРУДОУСТРОЙСТВО (10 ч.)				
30	Где работать мне тогда, чем заниматься?	Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству	-отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии; -учреждения и отделы по трудоустройству; -местонахождение и названия предприятий, где требуется рабочие по специальностям, изучаемым в школе;	Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии
31	Экскурсия в отдел занятости населения		-виды документов, необходимых для поступления на работу;  -правила перехода на другую работу;	Упражнение в умении обращаться в службу занятости
32	Оформление на работу	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Правила перехода на другую работу	-перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию -соотнести выбранную профессию со своими возможностями; -заполнять анкету;	Упражнения в умении обращаться в отделы кадров для устройства на работу
33	Деловые бумаги	Деловые бумаги. Правила составления деловых бумаг (заявление, анкета)	-писать заявление, автобиографию, -составлять заявки на материалы, инструменты, -писать расписку, докладную, записку; -обращаться в отделы кадров учреждения для устройства на работу.	Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты
34	Обобщение пройденного материала.			