

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее адаптированные основные  
общеобразовательные программы,  
«Центр «Дар»

Утверждено приказом директора ГБОУ «Центр «Дар»

№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Рабочая программа  
по предмету «ОСЖ»  
для обучающейся 9 класса (1в)  
Бабаковой Марины  
на 2024-2025 учебный год

Составитель:  
Ваганова О.Л.  
Учитель, высшая квалификационная категория

### Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «ОСЖ» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом РФ «Об образовании» № 273 –ф от 29.12.2012
- Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г №1026 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью ГБОУ СО «Центр «Дар»

Предмет ОСЖ изучается с 5 по 9 классы. В 9 классе позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использовать опыт обучающейся, как базу для расширения знаний, совершенствования имеющихся умений и навыков и формирования новых. Учитель осуществляет закрепление полученных на занятиях по ОСЖ знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки.

**Целью** данной программы является развитие социальной компетентности у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и подготовка их к самостоятельной жизни в социуме.

#### Основные задачи:

- формирование у воспитанников специальной (коррекционной) школы-интерната знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непременное условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

Учебный предмет «ОСЖ» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом по учебному предмету «ОСЖ» на индивидуальное обучение в 9 классе отводится 34 часа (1 час в неделю)

### Планируемые результаты

#### Предметные

| Минимальный уровень                     | Достаточный уровень                     |
|---|---|
| Будет возможность познакомиться(узнать) | Будет возможность познакомиться(узнать) |

|  |  |
|--|--|
| - о диетическом питании,<br>-повторить основные санитарно- гигиенические правила<br>-правила содержания своего жилища<br>-о правилах выведения пятен с одежды<br>- инфекционные заболевания<br>-основных видах работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних<br>- о документах, необходимые для поступления на работу<br>-повторить правила безопасного поведения во время летнего отдыха. | - с видами национальных блюд<br>-о распределении обязанностей в семье<br>-о видах денежных переводов |
| Будет возможность научиться:   | Будет возможность научиться:   |
| -готовить диетическое блюдо  | готовить национальное блюдо  |
| определять собственный размер одежды и обуви   | - заполнять бланк почтового перевода   |
| -отличать рынок от магазина  | сервировать праздничный стол   |
| - формировать в письменной форме деловые бумаги  |  |

#### Личностные :

- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально – значимых мотивов учебной деятельности;

### Содержание

| Тема, раздел   | Содержание   | Виды деятельности  |                     |
|----------------|--|--|---------------------|
|                |  | Минимальный уровень  | Достаточный уровень |
| Одежда и обувь | Мода. Стиль одежды.<br>Способы определения собственного размера одежды и обуви.<br>Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.<br>Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде.<br><b>Практическая работа</b><br>Определение собственного размера обуви и одежды. | Стиль одежды и моды, гарантийные сроки носки, правила возврата покупок, санитарно-гигиенические требования и правила по Т.Б. при работе со средствами для выведения пятен. |                     |
| Семья          | Российская семья. Основы семейных отношений.<br>Условия создания семьи.<br>Распределение обязанностей по ведению хозяйства и   | - Порядок и условия заключения и расторжения брака, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.   |                     |

|                    |   |  |  |
|--------------------|---|--|--|
|                    | <p>семейного бюджета.<br/>Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.</p>   |  |  |
| Культура поведения | <p>Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при общении.</p>  | <p>Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей, соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.</p>   |  |
| Питание            | <p>Диетическое питание, его виды.<br/>Национальные блюда, их виды.<br/>Составление меню диетического питания<br/><b>Практические работы</b><br/>Приготовление диетического блюда.<br/>Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.</p> | <p>Знание о диетическом питании, национальных блюдах.<br/>Составление меню праздничного стола</p>  |  |
| Жилище             | <p>Рациональная расстановка мебели в квартире.<br/>Интерьер.<br/>Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.<br/>Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт жилья.</p>  | <p>- Правила расстановки мебели в квартире.<br/>Требования к подбору тюли, светильников и других деталей интерьера</p>   |  |
| Транспорт          | <p>Назначение авиатранспорта. Аэропорт.<br/>Правила поведения в аэропорту. Правила посадки и безопасного поведения в самолете</p>   | <p>Основные службы аэровокзала, основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения авиабилетов, правила регистрации билета и багажа, правила посадки и безопасного поведения в самолете</p>                         |  |
| Торговля           | <p>Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.<br/>Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену.</p>   | <p>Отделы рынка, цены на отдельные товары, отличия цен на ярмарке, рынке, в магазинах.<br/>Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями, вежливо обращаться к продавцу, подсчитывать стоимость покупки.</p> |  |
| Средства связи     | <p>Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).<br/>Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.</p>  | <p>- Заполнять бланки почтово-телеграфного перевода</p>  |  |

|                                  |   |   |  |
|----------------------------------|---|---|--|
|                                  | Правила безопасного пользования интернетом.<br><b>Практические работы</b><br>Заполнение бланка почтового денежного перевода.  |   |  |
| Медицинская помощь               | Инфекционные заболевания.<br>Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.<br>Уход за больным.<br>Документы, подтверждающие нетрудоспособность.<br>Справка и листок нетрудоспособности   | - Меры по предупреждению инфекционных заболеваний, условия освобождения от работы (по болезни и ухода за больным). - Одевать, умыть, кормить больного, измерять температуру, ставить горчичники |  |
| Профориентация и трудоустройство | Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.<br>Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.<br>Документы, необходимые для поступления на работу.<br>Правила составления деловых бумаг.<br>Ситуация выбора после окончания 9 класса. | - Учреждения и отделы по трудоустройству.   |  |
| Личная гигиена                   | Я - выбираю здоровый образ жизни!<br>Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.   | О вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека  |  |

### Календарно - тематическое планирование

| № п / п | Тема урока   | Кол-во часов | Дата |
|---------|--|--------------|------|
| 1.      | Мода. Стиль одежды.  | 1            |      |
| 2.      | Способы определения собственного размера одежды и обуви.<br>Практическая работа. Определение собственного размера обуви и одежды | 1            |      |
| 3.      | Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.<br>Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде       | 1            |      |
| 4.      | Диетическое питание, его виды.   | 1            |      |
| 5.      | Составление меню диетического питания.   | 1            |      |
| 6.      | Пр.р. Приготовление диетического блюда.  | 1            |      |

|     |   |   |  |
|-----|---|---|--|
| 7.  | Национальные блюда, их виды. Пр.р. Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.  | 1 |  |
| 8.  | Меню и сервировка праздничного стола. Практическая работа   | 1 |  |
| 9.  | Российская семья. Основы семейных отношений. Условия создания семьи.  | 1 |  |
| 10. | Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.   | 1 |  |
| 11. | Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при общении.   | 1 |  |
| 12. | Рациональная расстановка мебели в квартире.   | 1 |  |
| 13  | Интерьер. Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере  | 1 |  |
| 14. | Косметический ремонт жилья  | 1 |  |
| 15. | Назначение авиатранспорта. Аэропорт. Правила поведения в аэропорту. Правила посадки в самолет.  | 1 |  |
| 16. | Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).<br>Практическая работа. Заполнение бланка почтового денежного перевода | 1 |  |
| 17. | Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.<br>Правила безопасного пользования интернетом.                                 | 1 |  |
| 18. | Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.   | 1 |  |
| 19. | Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену   | 1 |  |
| 20. | Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.  | 1 |  |
| 21. | Уход за больным. Чтение рецепта на лекарства  | 1 |  |
| 22. | Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.  | 1 |  |
| 23. | Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.  | 1 |  |
| 24. | Документы, необходимые для поступления на работу. Правила составления деловых бумаг.  | 1 |  |

|     |   |   |  |
|-----|---|---|--|
| 25. | Практическая работа. Составление деловых бумаг: заявление, расписка.            | 1 |  |
| 26. | Практическая работа. Составление деловых бумаг: автобиография                   | 1 |  |
| 27. | Я - выбираю здоровый образ жизни! Курение - это вред!                           | 1 |  |
| 28  | Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.                          | 1 |  |
| 29  | Обобщение пройденного материала по разделу: «Профориентация и трудоустройство». | 1 |  |
| 30. | Контрольное тестирование по разделу: «Профориентация и трудоустройство».        | 1 |  |
| 31. | Повторение раздела: «Культура поведения».                                       | 1 |  |
| 32. | Повторение раздела: « Личная гигиена».  | 1 |  |
| 33. | Тест по пройденным темам. Закрепление   | 1 |  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 162597629024552560771860534290451572951297962795

Владелец Шляпникова Надежда Ивановна

Действителен с 02.10.2024 по 02.10.2025