МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет образования и науки Волгоградской области
Администрация Алексеевского муниципального района
МБОУ Алексеевская СШ

РАССМОТРЕНО.	СОГЛАСОВАНО.	УТВЕРЖДЕНО.
Руководитель ШМО учителей обществознания:	Председатель методического совета:	Директор школы:
/Полякова Т.В./	/Емельянова Е.В./	/Пригода С.В./
Протокол № 1	Протокол № 1	Приказ № 189
от «27» августа 2026 г.	от «28» августа 2026 г.	от «31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающегося 10 класса

ст. Алексеевская, 2026

1. Пояснительная записка.

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для обучающегося с УО (вариант 1) на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021г. №287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021г., рег. номер –64101) (далее –ФГОС ООО), также федеральной рабочей программы воспитания, с учётом Концепции преподавания обществознания в Российской Федерации (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 ноября 2019 г. № 637), АООП основного общего образования для обучающихся с УО (вариант 1) МБОУ Алексеевской СШ и в соответствии с ФГОС ООО обучающихся с ОВЗ.

Цель курса: развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.

Задачи курса:

- формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья обучающихся и условие их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непременное условие социальной адаптации детей;
- 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.

Основные направления коррекционной работы: коррекция навыков самообслуживания, коррекция крупной и мелкой моторики и коррекция нравственного развития.

Технологии обучения: дифференцированное обучение; индивидуальное обучение, личностно-ориентированное обучение.

Виды и формы контроля.

Формы контроля: текущий контроль осуществляется на уроках в форме устного опроса, самостоятельных работ, практических работ, лабораторных работ, письменных проверочных работ, тестирования; итоговый контроль по изученной теме осуществляется в форме тестирования и программированных заданий.

Виды контроля: тестирование, беседа, анкетирование, наблюдение, головоломки, ребусы, шарады, викторины. Для ряда тем специально разрабатываются кроссворды, содержащие понятия одной определенной темы.

2. Общая характеристика учебного предмета

Политические и экономические изменения, произошедшие в нашей стране, за последние пять лет, сильно изменили взгляды педагогов на обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями. Произошла смена приоритетов в задачах коррекционной школы. На первое место выходит задача социальной адаптации детей с интеллектуальными нарушениями. Социальная адаптация, т.е. активное приспособление путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в обществе, является универсальной основой для личного и социального благополучия любого человека. Положение детей с ограниченными возможностями, лишенных попечения родителей, является более плачевным еще и потому, что дети, из неблагополучных, неполных семей, не имеют представления о многих житейских, бытовых, семейных проблемах. Эти проблемы должнырешаться на предмете «Основы социальной жизни».Успешное освоение программы предполагает наличие у обучающихся навыков, обладая которыми, они не превратятся в социальный балласт после выпуска, а смогут выжить, прокормить себя и свою семью, и стать полноправным членом общества.

3.МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ:

Законодательством Российской Федерации предусмотрено право обучающегося, в том числе обучающегося с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), с инвалидностью, на получение общего образования по индивидуальному учебному плану (далее – ИУП), то есть учебному плану, обеспечивающему освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

На реализацию предмета «Основы социальной жизни», согласно ИУП, учитывая состояние здоровья обучающегося и по согласованию и заявлению родителей, отводится 1 час в неделю (34 часов в год).

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

На уроках ОСЖ формируются и совершенствуются такие качества как самостоятельность и трудолюбие, которые оказывают своеобразное влияние на развитие активности и инициативы, самоконтроля, адекватной самооценки, влияющих на статусное положение ребенка в группе сверстников, быту и социуме.

5. Личностные и предметные результаты освоения предмета.

10 класс

Личностные результаты	Предметные результаты
-осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину; -овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; -способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; -развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей; -владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации; -проявление готовности к самостоятельной жизни.	-приготовление несложных видов блюд; -представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; – соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; -знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; -решение типовых практических задач под руководством педагогического работника 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 средствах связи; -знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

Критерии и нормы оценок знаний и умений.

Проверка знаний, умений и навыков учащихся осуществляется посредством устных и письменных форм.

Устные формы контроля: беседы, вопрос-ответ, решения заданий у доски с последующим комментарием и другое.

Письменные формы: тесты на проверку понимания и запоминания материала, контрольные работы промежуточной и тематической проверки ЗУН, самостоятельные работы, дифференцированные задания, индивидуальные карточки, домашние задания.

6. Содержание учебного предмета.

10 класс.

Личная гигиена. Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Негативное воздействие вредных факторов на организм человека.

Одежда и обувь. Стиль одежды, мода. Правила выведения пятен на одежде. Правила выбора одежды и обуви. Предприятия бытового обслуживания.

Практические работы: Определение размеров одежды и обуви. Уход за верхней одеждой. Составление комплектов одежды. Выведение пятен. Глажение одежды.

Питание. Рациональное питание.Приготовление традиционных блюд. Сервировка праздничного стола. Диетическое питание.

Практические работы: Приготовлениетрадиционных блюд. Приготовление гарниров, салатов. Домашние заготовки.

Семья. Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Планирование расходов семьи.

Практическая работа: Составление бюджета семьи.

Жилище. Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда. Электробытовая техника. Профилактика и борьба с грызунами и насекомыми. Ремонтные работы.

Практические работы: Составление дизайн проекта жилой комнаты. Выбор стиральной машины в зависимости от конкретных условий.

Транспорт. Авиатранспорт и его значение. Аэровокзал и его службы. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Расписание движения, регистрация рейсов.

Практическая работа: «Выбор пункта назначения»

Средства связи и средства массовой информации. Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет. Денежные переводы.

Практические работы: Деловое письмо. Заполнение бланков денежных переводов.

Охрана здоровья.Первая помощь**.** Виды страховой помощи. Листок нетрудоспособности.

Практические работы: Первая помощь при кровотечениях.

Предприятия, организации, учреждения. Исполнительные органы власти. Муниципальные власти. Местные предприятия.

7. Календарно-тематическое планирование .

10 класс

№	Тема раздела	Дата
1.	Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями.	04.09.2026
2.	Правила личной гигиены. Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека.	11.09.2026
3.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	18.09.2026
4.	Мода, стиль, назначение одежды. Как показать достоинства фигуры и скрыть ее недостатки. Выбор одежды и обуви при покупке.	25.09.2026
5.	Определение собственного размера одежды.Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды). Практическая работа.	02.10.2026
6.	Выведение пятен в домашних условиях.Выведение пятен в домашних условиях. Практическая работа.	09.10.2026
7.	Правила и приемы глажения одежды из различных тканей.Правила и приемы глажения одежды из различных тканей. Практическая работа.	16.10.2026

8.	Мебель, оборудование, интерьер кухни.	23.10.2026
9.	Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними.	06.11.2026
10.	Оптовая и розничная торговля. Рынок. Отделы рынка.	13.11.2026
11.	Отличие рыночной торговли от магазинной (торг).	20.11.2026
12.	Определение правильности отпуска товара и подсчета его стоимости.	27.11.2026
13.	Состав семьи. Отношения между членами семьи.	04.12.2026
14.	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.	11.12.2026
15.	Необходимые ежемесячные платежи.	18.12.2026
16.	Оформление заказа на покупку товара по почте.	25.12.2026
17.	Заполнение бланка для оформления заказа на покупку товара по почте. Оформление подписки журнала.	15.01.2027
18.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления. Средства связи и средства массовой информации	22.01.2027
19.	Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сбербанке.	29.01.2027
20.	Междугородний автотранспорт.	05.02.2027
21.	Правила рационального питания.Правила рационального питания.	12.02.2027
22.	Правила оказания первой медицинской помощи.	19.02.2027
23.	Инфекционные заболевания. Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры.	26.02.2027

24.	Понятие об иммунитете. Значение прививок. Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности.	05.03.2027
25.	Исполнительные органы государственной власти.Муниципальные власти. Структура, назначение.	12.03.2027
26.	Названия местных предприятий, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.Предприятия, организации, учреждения.	19.03.2027
27.	Ознакомление со списком профессий, которым обучают в учреждениях профессионального образования.	02.04.2027
28.	Трудоустройство. Временная и постоянная занятости.	09.04.2027
29.	Охрана труда несовершеннолетних.	16.04.2027
30.	Трудовой договор (контракт), трудовой стаж.	23.04.2027
31.	Закон о занятости населения в Российской Федерации.	30.04.2027
32.	Государственная служба занятости населения. Варианты поиска работы.	07.05.2027
33.	Трудовой кодекс Российской Федерации.	14.05.2027
34.	Основные виды работ и профессий, запрещенных для подростков.	21.05.2027

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

С.Л.Мирский, Б.А.Журавлёва, Л.С. Иноземцева, Е.А. Ковалёва, Г.В.Васенков. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Сборник 2. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2021 г.

Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2020 г.

Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС, 2019 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС,2021 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕРЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Социальная сеть работников образования nsportal.ru,

Министерство образования и науки Российской Федерации http://www.mon.gov.ru,