



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203, лит. А

Тел.: 417 32 10

Обсуждена и согласована

Председатель МО _____

«26» августа 2026 г.

Обсуждена и согласована

Заместитель директора по УР

О.А. Авдонина

«27» августа 2026 г.

Принята педагогическим советом

школы №613

Протокол № 1 от

«31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № _143_

«31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ
8 А КЛАССА
(I варианта обучения)

Составлена учителем: Кирсановой

Анастасией Николаевной

(ФИО полностью)

высшей квалификационной категории

Учебный год: 2026-2027

Санкт - Петербург

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор**

Пояснительная записка к рабочей программе по курсу «ОСЖ», 8 класс

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования учащихся с интеллектуальными нарушениями разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" вступает в силу с 01.03.2021 года.
- Приказа «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации» от 20 мая 2020 года N 254;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- Распоряжения Комитета по образованию от 15-04-2022 № 801-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2022/2023 учебном году»;
- Устава Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613

Инструктивно-методических документов:

- Письма Комитета по образованию от 21.06.2016 № 03-20-2289/16-0-0 с приложением Инструктивно-методического письма «Об организации обучения по основным общеобразовательным программам по очно-заочной, заочной формам обучения»
- Письма Комитета по образованию от 13.07.2015 № 03-20-2881/15-0-0 с приложением Инструктивно-методического письма «Об организации обучения на дому по основным общеобразовательным программам обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей – инвалидов»

Задачи преподавания ОСЖ

- овладение учащимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками, достаточными для самообслуживания, помощи в 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 непереносимое 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;
- содействие физическому развитию ученика с ОВЗ.

Цели и задачи предмета «ОСЖ» в 8 классе

Основная цель программы – формирование у учащихся знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

Задачи:

- повышать уровень познавательной активности и расширять объем имеющихся знаний и представлений об окружающем мире
- формировать у воспитанников коррекционной школы знаний и умений, способствующих социальной адаптации
- развивать коммуникативную функцию речи
- развивать память, внимание, эмоционально-волевые качества, трудоспособность
- воспитывать у учащихся доброжелательность, внимательность, участливость, заботливость, стремление оказать услугу, посильную помощь, самостоятельность, ответственность, решительность.

Количество учебных часов

Настоящая программа рассчитана на учащихся 8 классов. Срок реализации настоящей программы 1 учебный год. Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока (40 мин). Рабочая программа в соответствии с учебным планом ОУ №613 на 2026-2027 учебный год рассчитана на 68 часов (исходя из 34 учебных недель в году), 2 часа в неделю.

Возможно изменение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

1 четверть – 16 часов

2 четверть – 16 часов

3 четверть – 22 часа

4 четверть – 14 часов

Общая характеристика учебного предмета

Основы социальной жизни (ОСЖ) обеспечивают возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Уроки ОСЖ способствуют усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса.

Используемый учебно-методический комплект

«Основы социальной жизни», С.В. Комарова, Е.Л. Александровна, Москва, «Просвещение», 2026

Дидактический комплекс

Для реализации программы используются пособия для учителя

- «Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида», В.В. Гладкая, Москва, «Изд. НЦ ЭНАС», 2003

- «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» под редакцией А.М. Щербаковой, Москва, Владос, 2003

- Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида, С.Л. Львова, Москва, Владос, 2005

Планируемые предметные результаты освоения курса Основы социальной жизни 8 класс

Достаточный уровень:		Минимальный уровень:	
Обучающиеся должны знать/понимать	Обучающиеся должны уметь:	Обучающиеся должны знать/понимать	Обучающиеся должны уметь:
Личная гигиена - значение здоровья для жизни человека - типы кожи и правила ухода за ней - виды косметических средств	- выбирать косметические средства - правильно пользоваться косметическими средствами	Личная гигиена - значение здоровья для жизни человека	- быть чистым и опрятным
Транспорт - назначение м/г автотранспорта - основные автобусные маршруты - основные водные маршруты	- ориентироваться в расписании - приобретать, возвращать билеты - правила провоза ручной клади, багажа	Транспорт - назначение м/г автотранспорта - назначение водного транспорта	- пользоваться транспортом в сопровождении взрослых
Культура поведения - правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах - требования к внешнему виду молодых людей	- культурно и вежливо себя вести - выбирать косметические средства, украшения - подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст	Культура поведения - правила поведения в общественных местах	-культурно и вежливо себя вести
Средства связи - виды телефонной связи - правила пользования телефонным справочником - номера телефонов срочного вызова	- получать по телефону справки - объяснять причину звонка по телефону срочного вызова - пользоваться междугородной связью	Средства связи - номера телефонов срочного вызова	- пользоваться телефонами срочного вызова
Жилище - правила и периодичность уборки кухни - правила и периодичность уборки санузла - способы ухода за кафельными стенами - моющие средства	- убирать кухню - убирать санузел - мыть кафельные стены	Жилище - правила уборки квартиры	- содержать жилище в чистоте
Торговля - виды рынков, ярмарок - назначение специализированных магазинов	- выбирать товар на рынке - выбирать покупку в соответствии со своими потребностями	Торговля - назначение магазинов	- выбирать товар в соответствии с потребностями
Питание - значение овощей и фруктов - способы обработки овощей и фруктов	- обрабатывать овощи и фрукты	Питание - значение овощей и фруктов	- обрабатывать овощи и фрукты
Семья - санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, игрушек, посуды	- содержать в чистоте детскую постель, игрушки, посуду	Семья - санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, игрушек, посуды	- содержать в чистоте детскую постель, игрушки, посуду
Бюджет семьи - основные статьи расходов - тарифы на эл-во, газ - порядок оплаты жилой площади	- подсчитывать расходы - снимать показания счетчиков - заполнять квитанции	Бюджет семьи - основные статьи расходов	- подсчитывать расходы
Одежда и обувь - правила стирки изделий из шерстяных и синтетических	- стирать и сушить изделия из шерстяных и	Одежда и обувь - назначение химчистки	- готовить вещи к сдаче в химчистку

тканей - назначение химчистки	синтетических тканей - готовить вещи к сдаче в химчистку		
Медицинская помощь - правила оказания ПМП при ожогах, обморожениях, отравлении, тепловом и солнечных ударах - глистные заболевания	- оказывать ПМП - соблюдать меры по предупреждению глистных заболеваний	Медицинская помощь - правила оказания ПМП в простых случаях	- оказывать ПМП в простых случаях
Учреждения и организации - куда обращаться в случае необходимой помощи - функции управы, префектуры, полиции	- писать заявления	Учреждения и организации - куда обращаться в случае необходимой помощи	- заполнять заявления по образцу

Содержание учебного предмета

№ п/п	Название темы	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Основные изучаемые вопросы темы
1	Личная гигиена	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Уход за кожей лица. Типы кожи. Косметические средства. Срок годности.
2	Транспорт	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Назначение. Службы автовокзала. Порядок приобретения, возврата билета. Перевозка ручной клади, багажа. Льготный проезд. Водный транспорт. Маршруты. Стоимость, приобретение билетов.
3	Культура поведения	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Культура общения между юношей и девушкой. Внешний вид молодых людей.
4	Виды связи	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Междугородная телефонная связь. Международная телефонная связь. Коды городов, стран. Телефонный справочник. Правила пользования телефонным справочником. Полезные телефоны. Получение справки по телефону. Культура разговора по телефону.
5	Жилище	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления. Правила и периодичность уборки санузла. Моющие средства и приспособления. Мытье кафельных стен. Моющие средства и приспособления.
6	Торговля	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Рынки. Виды рынков. Отличие рынка от магазина. Время и место проведения. Специализированные магазины. Правила поведения в магазине.
7	Питание	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Кухонные механические приспособления и электрооборудование, ТБ. Значение овощей и фруктов в питании человека. Способы обработки овощей и фруктов.
8	Семья. Бюджет семьи	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской посуды, игрушек. Статьи расходов. Планирование крупных покупок. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Расчет платы за электроэнергию, газ. Снятие показаний счетчика.

9	Одежда и обувь	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Химчистка. Виды услуг. Пользование услугами.
10	Медицинская помощь	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	ПМП при несчастных случаях: обморожение, отравление, тепловой и солнечный удар, помощь утопающему. Меры предупреждения несчастных случаев в быту. Глистные заболевания. Меры по предупреждению глистных заболеваний.
11	Учреждения и организации	фронтальная, индивидуально-обособленная	объяснение учителя, самостоятельная, работа в тетради, работа с раздаточным материалом	Госучреждения: управа, префектура, полиция, назначение.

Календарно-тематическое планирование 8 класс 68 часов (2ч в неделю)

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата факт.	Примечание
1	1	Значение здоровья для жизни и деятельности человека	04.09.26		
2	2	Уход за кожей лица	04.09.26		
3	3	Междугородный автотранспорт, автовокзал, назначение	11.09.26		
4	4	Основные автобусные маршруты. Расписание движения	11.09.26		
5	5	Порядок приобретения билета. Стоимость проезда до пункта назначения	18.09.26		
6	6	Правила возврата билетов	18.09.26		
7	7	Льготы на проезд	25.09.26		
8	8	Перевозка ручной клади, багажа	25.09.26		
9	9	Водный транспорт	02.10.26		
10	10	Маршруты, расписание	02.10.26		
11	11	Порядок приобретения билета	09.10.26		
12	12	Стоимость билета	09.10.26		
13	13	Культура общения юноши и девушки	16.10.26		
14	14	Значение тона разговора в установлении межличностного контакта	16.10.26		
15	15	Повторение	23.10.26		
16	16	Итоговый урок	23.10.26		
17	1	Внешний вид молодых людей	06.11.26		
18	2	Внешний вид молодых людей	06.11.26		
19	3	Виды телефонной связи. Городской телефон. Таксофоны. Оплата	13.11.26		
20	4	Правила пользования телефонным справочником	13.11.26		
21	5	Полезные телефоны. Получение справок по телефону	20.11.26		
22	6	Культура разговора по телефону	20.11.26		
23	7	Междугородная телефонная связь	27.11.26		
24	8	Международная телефонная связь	27.11.26		
25	9	Правила и периодичность уборки кухни	04.12.26		

26	10	Моющие средства и приспособления	04.12.26		
27	11	Правила и периодичность уборки санузла	11.12.26		
28	12	Моющие средства и приспособления	11.12.26		
29	13	Мытье кафельных стен	18.12.26		
30	14	Моющие средства и приспособления	18.12.26		
31	15	Повторение	25.12.26		
32	16	Итоговый урок	25.12.26		
33	1	Рынки. Виды рынков	15.01.27		
34	2	Отличие рынка от магазина	15.01.27		
35	3	Ярмарки, их виды	22.01.27		
36	4	Время и место проведения	22.01.27		
37	5	Специализированные магазины	29.01.27		
38	6	Правила поведения в магазине	29.01.27		
39	7	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (повторение)	05.02.27		
40	8	Кухонные механические приспособления и электрооборудование, ТБ	05.02.27		
41	9	Значение овощей и фруктов в питании человека	12.02.27		
42	10	Способы обработки овощей и фруктов	12.02.27		
43	11	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели	19.02.27		
44	12	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской посуды, игрушек	19.02.27		
45	13	Статьи расходов	26.02.27		
46	14	Планирование крупных покупок	26.02.27		
47	15	Содержание жилища	05.03.27		
48	16	Оплата жилой площади и коммунальных услуг	05.03.27		
49	17	Расчет платы за электроэнергию, газ	12.03.27		
50	18	Снятие показаний счетчика	12.03.27		
51	19	Повторение	19.03.27		
52	20	Итоговый урок	19.03.27		
53	21	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей	26.03.27		
54	22	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей	26.03.27		
55	1	Химчистка. Виды услуг	09.04.27		
56	2	Пользование услугами	09.04.27		
57	3	Первая помощь при несчастных случаях: обморожение	16.04.27		
58	4	Первая помощь при несчастных случаях: ожог	16.04.27		
59	5	Первая помощь при несчастных случаях: отравление	23.04.27		
60	6	Первая помощь при несчастных случаях: тепловой и солнечный удар	23.04.27		
61	7	Первая помощь утопающему	30.04.27		
62	8	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	30.04.27		
63	9	Глистные заболевания	07.05.27		

64	10	Меры по предупреждению глистных заболеваний	07.05.27		
65	11	Госучреждения: управа, префектура, полиция	14.05.21		
66	12	Их назначение	14.05.21		
67	13	Повторение	21.05.21		
68	14	Итоговый урок	21.05.21		

**Лист корректировки рабочей программы по предмету/ занятию внеурочной деятельности
Основы социальной жизни 8А класс**

Учитель: Кирсанова Анастасия Николаевна

Четверть	Кол-во часов по предмету	Выполнение	Компенсирующие мероприятия/ в случае отставания или лишних часов по предмету	Дата сверки	Подпись председателя МО/ зам. директора по УР
1					
2					
3					
4					
ИТОГО			Программа по предмету _____ выполнена полностью за счёт объединения/добавления тем. Учитель: _____		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор