

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Славская средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»

Руководитель МО

_____/ Гладкова Е.В.

Протокол № 6 от

«02» июня 2021 г.

«Согласовано»

Руководитель МС

_____/Ермоленко Е.В.

«04» июня 2021 г.

«Утверждаю»

Директор школы

_____/Няура Р.А.

Приказ № 83/1

«07» июня 2021 г.

Документ подписан электронной подписью
Владелец: Няура Роман Антанасович
Сертификат:
20915967A27663F2B3D97B5F2DEA04EDCF215B9B
Срок действия с 17.02.2021 до 17.05.2022

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Основы социальной жизни»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

6 класс

Составитель: Гладкова Е.В.,
учитель технологии
высшей категории

г. Славск
2021 г.

1. Пояснительная записка

Основы социальной жизни, как коррекционный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, формированию личности обучающихся с интеллектуальной недостаточностью. Воспитанию положительных навыков и привычек.

Цель: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной, независимой жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.
- овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках «Основы социальной жизни» заключается в следующем:

- развитие осознанного восприятия при знакомстве с предметами личной гигиены и активизация слухового внимания при изучении способов ухода за ними;
- развитие наглядно-действенного внимания и восприятия при

формировании навыков культурного поведения в процессе общения со старшими и сверстниками;

- развитие пространственной ориентировки и зрительного внимания при знакомстве с видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров, при знакомстве с жилыми помещениями;
- развитие мелкой моторики рук и эстетического восприятия при знакомстве с кухонными приспособлениями и способами ухода за одеждой и обувью.

2. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета «Основы социальной жизни»:

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства; - сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

Изучение предмета «Основы социальной жизни» в школе обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Содержание обучения по предмету имеет практическую направленность. В программе принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Обучение учащихся носит воспитывающий характер.

3. Описание места учебного предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается в 6 классе в объеме 34 учебных часов (1 час в неделю).

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Личностные результаты

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в

следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

В программе учебного предмета «Основы социальной жизни» выделены два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью. Освоение предметных результатов зависит от психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по предмету «Основы социальной жизни» не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Минимальный уровень:

- представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам, понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;
- представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;
- знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
- представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- представление о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социального назначения и их назначение.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных 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.).

5.Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

Содержание программы отражено в десяти разделах: «Личная гигиена и здоровье», «Одежда и обувь», «Питание», «Семья», «Жилище», «Транспорт», «Охрана здоровья», «Учреждения и организации», «Средства связи», «Повторение».

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Изучение данного предмета направлено на: развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечение безопасности жизнедеятельности; усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях; понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, формировании правильного уклада семейных отношений.

- Раздел **«Личная гигиена и здоровье»** знакомит обучающихся с значением закаливания для здоровья человека, способами закаливания, правилами и приёмами выполнения процедур закаливания, правилами выполнения утренней гимнастики, правилами личной гигиены, принципами здорового образа жизни

- При изучении раздела **«Одежда и обувь»** обучающиеся знакомятся с санитарно-гигиеническими требованиями к одежде, правилами личной гигиены и внешнего вида, правила повседневного ухода и самостоятельного поддержания одежды в порядке. Особое внимание уделяется изучению правил техники безопасности при работе с колющими и режущими предметами, предметами бытовой химии и электроприборами.

- Раздел **«Питание»** содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание уделяется изучению правил техники безопасности и соблюдению санитарно-гигиенических норм. При сервировке стола уделяется последовательности работы и эстетической стороне.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию.

- Раздел **«Семья»** направлен на понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, формирование правильного уклада семейных отношений.

- В разделе «**Жилище**» обучающиеся знакомятся с видами жилых помещений, закрепляют понятие о почтовом адресе своего дома и школы, знакомятся с правилами организации рабочего места школьника.
- Тематика раздела программы «**Транспорт**» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения.
- В разделе «**Охрана здоровья**» обучающиеся знакомятся с видами медицинских учреждений, профессиями работников медицинских учреждений и их функциями. Изучают виды медицинской помощи. Учатся оказывать первую помощь.
- Разделы «**Учреждения и организации**» и «**Средства связи**» направлены на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием групповой формы организации обучающихся.

6. Тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни» (6 класс, 34ч.)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
	Личная гигиена и здоровье	4	
1.	Значение закаливания для здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур.	1	Совместные действия учителя и обучающегося.
2.	Составление комплекса утренней гимнастики. Необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Уход за телом: за кожей рук, ног, ногтями. Приёмы обрезания ногтей на руках, ногах.	1	

3.	Косметические средства для ухода за кожей, необходимость чтения инструкций. Гигиенические требования к использованию личного белья.	1		
4.	Просмотр учебного фильма о вреде наркотиков и токсических веществ. Беседе по содержанию фильма, выводы о губительном влиянии вредных привычек.	1		
	Одежда и обувь	8		
5.	Значение опрятного вида человека. Санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.	
6.	Правила повседневного ухода и поддержания одежды в порядке. Классификация пуговиц.	1		
7.	Самостоятельное пришивание пуговиц, крючков.	1		
8.	Соблюдение правил ТБ с колющими и режущими инструментами.	1		
9.	Виды белья, его назначение. Правила и приёмы ручной стирки изделий из х/б тканей.	1		
10.	Подбор моющих средств согласно инструкции. Правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами.	1		
11.	Устройство утюга. Символы обозначения температуры нагрева на утюге, правила ТБ. Выполнение практических заданий.	2		
	Питание	9		
12.	Правила приготовления пищи. Правила выбора доброкачественных продуктов, определение срока хранения.	1		Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
13.	Способы хранения продуктов и готовой пищи.	1		
14.	Устройство холодильника. Правила размещения продуктов в холодильнике. Уход за холодильником. Виды круп, правила хранения.	1		
15.	Блюда из круп. Рецепт приготовления каш и их виды. Приготовление гречневой (манной) каши с помощью учителя.	1		

16.	Правила хранения и первичной обработки овощей, плодов, ягод, грибов. Чистка и нарезка. Приготовление салата по рецепту.	1	
17.	Виды чая и кофе, способы заварки чая.	1	
18.	Сервировка стола к чаепитию. Молочные продукты, правила их хранения. Значение кипячения молока.	1	
19.	Соблюдение правил гигиены приготовления пищи и ТБ.	2	
	Семья	2	
20.	Состав семьи. Имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Взаимоотношения в семьях, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Обсуждение проблемных ситуаций.	1	Беседа.
21.	Права и обязанности членов семьи. Правила поведения в семье. Уважительное отношение к старшим по возрасту, забота о младших членах семьи.	1	
	Жилище	2	
22.	Название кухонной мебели, её назначение. Коммунальные удобства в городе и селе.	1	Беседа.
23.	Правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах (лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики).	1	
	Транспорт	2	
24.	Классификация транспортных средств. Виды городского транспорта. Правила пользования и маршруты передвижения. Выбор наиболее рационального маршрута. Схемы маршрутов. Стоимость проезда по городу и расчет стоимости проезда от дома до школы и обратно. «Пригородный транспорт», его виды. Расписание движения автобусов и электричек. Службы вокзалов и их назначение.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.

25.	Правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.	1	
	Охрана здоровья	2	
26.	Виды медицинских учреждений, профессии работников медицинских учреждений. Функции врачей-специалистов.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
27.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Измерение температуры, обработка ран, порезов с помощью специальных средств. Медицинская аптечка, чтение инструкции.	1	
	Учреждения и организации	1	
28.	Образовательные учреждения: дошкольные, школьные и дополнительного образования. Виды этих учреждений. Основные направления их работы. Правила поведения в общественных местах.	1	Беседа.
	Средства связи	3	
29.	История развития средств связи. Основные средства связи, их назначение. Виды почтовых отправлений, писем.	2	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
30.	Порядок отправления писем различного вида и стоимость пересылки. Индекс почтового отделения, запись адреса на конверте.	1	
	Повторение	1	
31.	Повторение и обобщение изученного материала. Выполнение элементарных заданий по инструкции с помощью учителя от начала до конца.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
	ИТОГО	34	

7. Описание материально-технического обеспечения

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: сборник 1 / Под ред. В.В. Воронковой. Гуманитар. изд. центр «ВЛАДОС» 2011г.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе программ Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова./- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год;

Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год;

Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год без изменений.

Для обучающихся :

1. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Субчева В.П. Социально -бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5-9 классы. М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, (коррекционная педагогика)

Печатные пособия.

1. Индивидуальные карточки – задания.
2. Раздаточный материал.
3. Плакаты.

Компьютерные и информационно – коммуникативные средства.

Презентации по темам предмета.

Технические средства.

Персональный компьютер.

Принтер, сканер.

Интернет-ресурсы

Открытый портал образования <http://window.edu.ru/>

Проект «Инфоурок» <http://infourok.ru>

Портал по инклюзивному и специальному образованию детей с ограниченными возможностями здоровья г. Москва <http://edu-open.ru/>

Равные возможности образования <http://www.znaem-mozhem.ru/>

Электронная библиотека <http://biblioteka.ru>.