

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодёжной

политики Краснодарского края

МО Белореченский район

МБОУ СОШ 27

РАССМОТРЕНО

методическим
объединением учителей
естественно-гуманитарного
цикла МБОУ СОШ 27

Калинина М.Т.
протокол №1 от «26» август
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по
УВР

Калинин Н.Н.
протокол №1 от «28» август
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического
совета

Волгина Е.А.
приказ №1 от «31» август
2024 г.

Адаптированная рабочая программа

по предмету «Основы социальной жизни»

обучающихся с ФГОС с УО (ин) вариант 1..

Уровень образования : общее основное

Класс: 5

Количество часов: 68

Учитель: Шевцова Любовь Аркадьевна

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни. Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся на основе личностноориентированного подхода, с учетом местных условий и возможностей обучающихся специальной (коррекционной) общеобразовательной школы, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

2. Общая характеристика учебного предмета Курс «Основы социальной жизни» (ОСЖ) направлен на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников, и т. д.

Занятия по основам социальной жизни проводятся в специально оборудованном кабинете, обеспечивающем выполнение в полном объеме всех видов теоретических и практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета необходимо учитывать санитарногигиенические нормы и правила техники безопасности. Программа ОСЖ

составлена с учетом возможностей учащихся специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида, уровня их знаний и умений.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Учитель, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала может использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений. Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий. Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т.д.

В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться как коллективные, так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя) методы организации практических работ. Однако при любой форме организации занятия каждый ученик должен на практике овладеть всеми необходимыми знаниями и умениями.

Следует особо обратить внимание на изучение правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии.

При определении содержания и объема учебного материала, сообщаемого на занятиях, учитель должен ориентироваться на требования к знаниям и умениям учащихся, относящимся к соответствующему разделу программы, принимая во внимание, что из года в год объем, и сложность материала возрастает. Это в свою очередь определяет необходимость изменения и усложнения методов и приемов работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ, например «Культура поведения», «Семья» и др. В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и т. п. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.)

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов).

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью учитель при составлении плана занятия должен продумать, в какой его части можно применить знания и умения, полученные детьми ранее. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Например, на занятиях по приготовлению пищи целесообразно вспомнить правила ухода за кухней и посудой, во время подготовки и проведения экскурсии — повторить правила поведения в общественных местах и в транспорте, предложить детям выбрать рациональный маршрут, транспортные средства и т. д. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия. Занятия по основам социальной жизни тесно связаны с уроками письма, математики, географии, труд.

На занятиях по основам социальной жизни следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках письма. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

Методика работы с детьми строится в направлении личностного - ориентированного подхода к учащимся, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую деятельность самих учеников, побуждая их к творчеству при выполнении задания. Контроль и учет теоретических знаний учащихся осуществляется путем бесед, устного и письменного опроса, тестирования. Промежуточная аттестация проводится в форме тестирования.

3. Описание места предмета в учебном плане В соответствии с ФГОС ОВЗ (интеллектуальными нарушениями) учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в образовательный курс «Коррекционная подготовка». В соответствии с Учебным

планом рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для 5 класса рассчитана на 68 часа в год, 2 час в неделю.

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета Личностные результаты

- формирование трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости;
- воспитание элементов трудовой культуры, соблюдение правил техники безопасности; - привитие творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь). Результаты освоения АООП обучающимися с умственной отсталостью оцениваются как итоговые достижения на момент завершения образования (предметные результаты).

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Минимальный уровень:

учащиеся должны знать: отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным

- группам; санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления
- пищи

;• требования техники безопасности при приготовлении пищи;

- отличия отдельных виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за

- ними; правила личной гигиены;

- названия предприятий бытового обслуживания и их назначения;

- названия торговых организаций, их видов и назначения

- понятие о семейном бюджете;

- различные виды средств связи;

- правила поведения в общественных местах

;• знать названия организаций социальной направленности и их

- назначения;

учащиеся должны уметь:

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя

- ;• соблюдать усвоенные правила техники безопасности в повседневной

- жизни; выполнять правила личной гигиены под руководством взрослого;
- выполнять уход за одеждой и обувью;
- совершать покупки различных товаров под руководством взрослого;
- соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

Достаточный уровень учащиеся должны знать:

правила личной гигиены;

- виды продуктов питания и способы хранения продуктов питания;
- правила поведения в доме и общественных местах
- морально-этические нормы поведения
- правила ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.); способы обращения в различные медицинские учреждения;
- различные средства связи для решения практических житейских задач;
- основные статьи семейного бюджета;

учащиеся должны уметь:

самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;

- самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта

,• волосами, кожей рук и т.д.; соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;

- вести домашнее хозяйство (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.); пользоваться различными средствами связи для решения практических житейских задач;

Базовые учебные действия

Регулятивные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- осознавать цели и задачи изучения курса, раздела, темы;
- соотносить свои действия с поставленной целью;
- осознанно действовать на основе разного вида инструкций для решения практических и учебных задач.

Познавательные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий
- уметь использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию) при выполнении заданий (с помощью учителя);
- использовать в жизненно-бытовых ситуациях полученные знания и навыки.

Коммуникативные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- взаимодействовать с одноклассниками во время учебной и трудовой деятельности;
- владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решение

5. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

Введение.

Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нём. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

Личная гигиена.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение

. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Значение опрятного вида человека. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка,

починка. Правила сушки белья из различных тканей. Глажение изделий из различных видов тканей

Обувь.

Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.

Правила ухода за обувью из различных материалов. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Питание.

Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.

Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Приготовление простых бутербродов.

Овощи. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Сахар: его польза и вред. Чай. Виды чая. Способы заварки чая. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая.

Прием пищи. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Правила этикета за столом

Транспорт.

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Междугородный железнодорожный транспорт. Междугородный автотранспорт. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Авиационный транспорт. Виды транспортных средств. Проезд в школу и домой. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Жилище.

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.

Культура поведения.

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.

Торговля.

Виды торговых предприятий, их значение для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Порядок приобретения товаров

Календарно-тематическое планирование.

№	тема	Кол-во часов
1	Вводный урок	2
2.	Личная гигиена	8
3.	Одежда и обувь	4
4.	Семья	4
5	Транспорт	6
6	Жилище	8
7	Культура поведения	6
8	Питание	20
9	Торговля	8
10	Обобщение пройденного материала	2

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

1. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классов. Сборник 1. Под редакцией В.В. Воронковой – М., ВЛАДОС, 2012г.
2. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование /авт.-сост. С.А. Львова. – Волгоград: 2011.
3. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольноизмерительные материалы /авт.-сост. С.А. Львова. – Волгоград: 2011.
4. Субчева В.П. Социально – бытовая ориентировка. Учебное пособие :5 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2020. – с.:55.

