

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)**

7 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 7 классе в объеме 68 учебных часов (2 часа 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 двенадцати разделах: «Личная гигиена и здоровье», «Одежда и обувь», «Семья», «Питание», «Жилище», «Охрана здоровья», «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», «Учреждения и предприятия», «Экономика домашнего хозяйства», «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.

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» (7 класс, 68ч.)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
	Личная гигиена и здоровье	2	
1.	Особенности соблюдения личной гигиены подростками. Правила личной гигиены подростков.	1	Беседа
2.	Тип кожи лица и волос, средства для ухода за кожей лица и волосами. Шампунь, средства борьбы с перхотью и выпадением волос. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела.	1	
	Одежда и обувь	14	
3.	Правила повседневного ухода, хранения и поддержания одежды в порядке.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
4.	Основные способы ремонта одежды.	1	
5.	Правила ТБ при работе с ножницами, иглой. Ремонт разорванных мест на одежде наложением заплат.	2	
6.	Таблица условных обозначений по уходу за одеждой. Чтение условных обозначений на этикетках.	1	
7.	Средства для ручной стирки, этапы стирки.	1	
8.	Основные правила стирки изделий шелка. Стирка изделий из х/б и шёлковых тканей вручную с соблюдением ТБ.	2	
9.	Бытовая техника для стирки белья. Виды стиральных машин и их устройство.	1	
10.	Правила пользования. Выбор режима стирки, температура и стирка белья с помощью стиральной машины.	2	
11.	Устройство и виды утюгов. Правила и приемы утюжки белья. Подготовка рабочего места для глажения.	2	
12.	Назначение, виды услуг, правила пользования прачечной.	1	

	Семья	5	
13.	Правила ухода за младшими детьми.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
14.	Тихие игры и колыбельные песенки.	1	
15.	Правила чистоты и порядка дома.	1	
16.	Понятие семейного досуга.	1	
17.	Роль семьи и семейных отношений в жизни человека и общества.	1	
	Питание	15	
18.	Классификация продуктов питания по группам.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
19.	Продукты растительного и животного происхождения.	1	
20.	Виды мяса, мясопродуктов. Правила выбора доброкачественных продуктов. Правила хранения мяса, первичной обработки.	1	
21.	Блюда из мяса. Блюда для холодного и горячего ужина.	1	
22.	Приготовление несложного салата, холодных закусок и горячего ужина.	1	
23.	Составные части обеда. Виды бульонов, супов, последовательность приготовления первых блюд.	1	
24.	Виды вторых блюд, мясные, рыбные, овощные блюда и гарниры.	1	
25.	Виды напитков. Необходимые продукты и посуда для приготовления обеда.	1	
26.	Стоимость продуктов для обеда, ужина. Составление меню ужина, обеда на день, на неделю.	1	
27.	Рецепты блюд. Учатся готовить супы, вторые блюда, напитки.	3	
28.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с режущими инструментами, горячими жидкостями и электроплитой.	1	
29.	Сервировка стола к ужину, обеду.	1	
30.	Правила приёма пищи и поведения за столом.	1	

	Жилище	9	
31.	Гигиенические требования к жилому помещению.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
32.	Виды уборки жилища, инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы.	1	
33.	Устройство пылесоса и правила пользования электропылесосом. Чистка пылесосом ковров, батареи, книжных полок. Правила ТБ при работе с электроприборами.	1	
34.	Правила и последовательность проведения влажной уборки.	1	
35.	Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки.	1	
36.	Способы и периодичность ухода за окнами, мебелью и напольными покрытиями.	1	
37.	Виды моющих средств и ТБ при работе с ними, необходимость чтения инструкции.	1	
38.	Правила содержания и соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.	1	
39.	Правила безопасной работы с химическими средствами при уборке.	1	
	Охрана здоровья	6	
40.	Содержимое домашней аптечки, её состав.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
41.	Инструкции по применению лекарственных средств. Способы хранения лекарств и срок годности.	1	
42.	Вред самолечения, его опасность для здоровья.	1	
43.	Оказание первой помощи при ушибах, травмах, переломах.	1	
44.	Измерение температуры тела, обработка ран, наложение повязок и временных шин.	1	
45.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1	
	Транспорт	3	
46.	Службы вокзала, их назначение. Виды поездов, вагонов, камер хранения.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
47.	Расписание движения поездов, приобретение билетов в кассах. Обращение к работникам	1	

	вокзала за справочной информацией. Понятия: платформа, перрон, путь.		
48.	Правила пользования железнодорожным транспортом и правила безопасности в поездке. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	1	
	Торговля	3	
49.	Виды протоварных магазинов. Отделы магазинов и ассортимент товаров. Порядок приобретения (выбор, примерка, оплата) и стоимости некоторых товаров.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
50.	Правила возврата или обмена купленного товара. Гарантийный срок службы одежды, обуви и необходимость сохранения чека или его копии.	1	
51.	План покупки и подсчет стоимости. Нахождение нужного товара в магазинах, правила поведения в магазине. Обращение за помощью.	1	
	Средства связи	4	
52.	Бандероли и посылки. Виды бандеролей.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
53.	Перечень предметов, разрешенных для пересылки и запрещенных.	1	
54.	Виды упаковки, порядок и стоимость отправления. Заполнение бланков на отправку бандеролей, посылок и составление описи посылаемых предметов.	1	
55.	Правила поведения в общественных местах. Обращение к работникам почты за информацией и помощью.	1	
	Учреждения, предприятия		
56.	Промышленные и с/х предприятия. Названия предприятий, виды цехов, отделов, виды выпускаемой продукции, названия рабочих специальностей и служащих.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
57.	Значение предприятий для жителей города и села. Виды продукции, выпускаемой на предприятиях.	1	

	Обращение с просьбами к работникам учреждений, предприятий.		
	Экономика домашнего хозяйства	3	
58.	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.	1	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
59.	Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.	1	
60.	Мелкие расходы.	1	
	Повторение	2	
61.	Повторение и обобщение изученного материала в течении года.	2	Беседа. Выполнение работ по образцу, самостоятельно.
	ИТОГО	68	

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>.