Комитет администрации города Яровое по образованию

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №12»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель МС школы  \_\_\_\_\_\_\_\_Медведева А.В.  Протокол № 1  от «\_29\_\_» \_\_\_08\_\_\_2024г. | . | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ СОШ №12  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Егорова В.М.  Протокол № 108  от «\_\_30\_» \_\_08\_\_\_2024г. |

**Адаптированная рабочая программа общего образования  
обучающихся с умственной отсталостью   
(интеллектуальными нарушениями)**

**«Основы социальной жизни»** **на 2024 – 2025 учебный год**

**(для 5 класса)**

Составитель:

Мацедон Надежда Дмитриевна,

педагог-психолог*,*

высшая квалификационная категория

2024

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3](#_Toc144216086)

[II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 5](#_Toc144216087)

[III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 7](#_Toc144216088)

[IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9](#_Toc144216089)

**I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральным законом от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

2. Федеральным законом от 3 мая 2012 г. № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов»;

3. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

4. Федеральным законом от 1 декабря 2014 г. № 419-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам социальной защиты инвалидов в связи с ратификацией Конвенции о правах инвалидов»;

5. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам − образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

7. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

8. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «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»;

9. Адаптированная основная образовательная программа школы, разработанная на основе ФГОС ООО и ФАООП ООО.

10. Положение о рабочей программе школы.

АООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

АООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

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

Задачи обучения:

* 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе определяет следующие задачи:

* формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
* формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
* формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
* формирование знаний отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
* формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
* формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
* формирование умений соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
* формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах.

**II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Основам социальной жизни» в 5 классе носит основы теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 5 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На первом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпении, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

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. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

Содержание разделов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов | Контрольные работы, тесты |
| 1 | Вводный урок | 1 | 1 |
| 2 | Личная гигиена и здоровье | 9 |  |
| 3 | Охрана здоровья | 4 |  |
| 4 | Жилище | 12 |  |
| 5 | Одежда и обувь | 8 |  |
| 6 | Питание | 22 |  |
| 7 | Транспорт | 5 |  |
| 8 | Средства связи | 3 |  |
| 9 | Семья | 3 |  |
| 10 | Итоговое занятие | 1 | 1 |
|  | **Итого:** | **68** | 2 |

## 

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

* принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
* овладение элементарными социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
* владение начальными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
* формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

**Предметные:**

Минимальный уровень:

* иметь представления о разных группах продуктов питания;
* знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
* иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
* знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
* соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
* знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
* знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

Достаточный уровень:

* знать способы хранения и переработки продуктов питания;
* составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
* соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
* соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;
* иметь представления о морально-этических нормах поведения.

**Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

* 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
* 1 балл - минимальная динамика;
* 2 балла - удовлетворительная динамика;
* 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

**Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»**ставится если:

* обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
* умеет использовать таблицы, схемы;
* понимает и объясняет изученные понятия, термины;
* самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»**ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

* не может самостоятельно привести пример;
* отвечает на наводящие вопрос.

**Оценка «3»**ставится, еслиобучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.

# **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** | **Модуль программы воспитания** |
| 1 | Вводный урок. Знакомство с предметом.  Вводный инструктаж по охране труда | 1 |  |  |
| **Личная гигиена и здоровье – 9 часов** | | | | |
| 2 | Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека | 1 |  | максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебных предметов для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; |
| 3 | Правила личной гигиены в течение дня | 1 |  |
| 4 | Личные вещи для совершения туалета. Правила содержания личных вещей | 1 |  |
| 5 | Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках.  Косметические средства для ухода кожей рук | 1 |  |
| 6 | Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах | 1 |  |
| 7 | Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания | 1 |  |
| 8 | Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики | 1 |  |
| 9 | Гигиена зрения | 1 |  |
| 10 | Важные правила здорового человека | 1 |  |
| **Охрана здоровья – 4 часа** | | | | |
| 11 | Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная | 1 |  | подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;  включение в рабочие программы целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий; |
| 12 | Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела | 1 |  |
| 13 | Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств | 1 |  |
| 14 | Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний | 1 |  |
| **Жилище – 12 часов** | | | | |
| 15 | Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности | 1 |  | включение в рабочие программы тематики в соответствии с календарным планом воспитательной работы;  привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;  применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;  групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления; |
| 16 | Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Назначение жилых комнат | 1 |  |
| 17 | Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых (подсобных) помещений | 1 |  |
| 18 | Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах | 1 |  |
| 19 | 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 | 1 |  |
| 20 | Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений | 1 |  |
| 21 | Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновая печь | 1 |  |
| 22 | Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами | 1 |  |
| 23 | Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней | 1 |  |
| 24 | Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода | 1 |  |
| 25 | Предметы для сервировки стола: назначение, уход | 1 |  |
| 26 | Домашний почтовый адрес. Почтовый адрес дома, школы | 1 |  |
| **Одежда и обувь – 8 часов** | | | | |
| 27 | Виды одежды в зависимости от пола и возраста. Назначение. Способы ношения | 1 |  |  |
| 28 | Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды. Правила хранения | 1 |  |
| 29 | Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года. Назначение (спортивная, домашняя, выходная и т.д). Виды материалов | 1 |  |
| 30 | Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила | 1 |  |
| 31 | Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов в сохранении здоровья человека | 1 |  |
| 32 | Значение опрятного вида человека | 1 |  |
| 33 | Магазины по продаже различных видов одежды | 1 |  |
| 34 | Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара | 1 |  |
| **Питание – 22 часа** | | | | |
| 35 | Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей | 1 |  | побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу школы, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;  организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;  инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности. |
| 36 | Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания |  |  |
| 37 | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания | 1 |  |
| 38 | Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование | 1 |  |
| 39 | Гигиена приготовления пищи. Виды посуды. Кухонные принадлежности | 1 |  |
| 40 | Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды | 1 |  |
| 41 | Молоко и молочные продукты: правила хранения. Значение кипячения молока | 1 |  |
| 42 | Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп) | 1 |  |
| 43 | Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции | 1 |  |
| 44 | Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения хлебобулочных изделий | 1 |  |
| 45 | Чай. Правила заваривания чая | 1 |  |
| 46 | Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение | 1 |  |
| 47 | Завтрак.  Составление меню для завтрака | 1 |  |
| 48 | Сервировка стола к завтраку. Посуда для завтрака. Повторный инструктаж по охране труда | 1 |  |
| 49 | Приготовление некоторых блюд для завтрака. Виды бутербродов | 1 |  |
| 50 | Приготовление бутербродов: простых и сложных, канапе | 1 |  |
| 51 | Приготовление некоторых блюд для завтрака.  Блюда из яиц | 1 |  |
| 52 | Приготовление некоторых блюд для завтрака. Яйца отварные; яичница-глазунья | 1 |  |
| 53 | Стоимость и расчет продуктов для завтрака | 1 |  |
| 54 | Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах | 1 |  |
| 55 | Поведение за столом. Правила приема пищи | 1 |  |
| 56 | Повторный инструктаж по охране труда. Итоговое занятие по теме | 1 |  |
| **Транспорт – 5 часов** | | | | |
| 57 | Городской транспорт. Виды городского транспорта | 1 |  |  |
| 58 | Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте | 1 |  |
| 59 | Правила дорожного движения | 1 |  |
| 60 | Проезд из дома в образовательную организацию | 1 |  |
| 61 | Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда | 1 |  |
| **Средства связи – 3 часа** | | | | |
| 62 | Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования | 1 |  |  |
| 63 | Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона | 1 |  |
| 64 | Номера телефонов экстренной службы | 1 |  |
| **Семья – 3 часа** | | | | |
| 65 | Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст, дни рождения | 1 |  |  |
| 66 | Место работы членов семьи, должности, профессии | 1 |  |
| 67 | Семейные традиции. Моя семья | 1 |  |
| **Итоговое занятие – 1 час** | | | | |
| 68 | Итоговое занятие | 1 |  |  |
|  | **Итого** | **68 час** |  |  |

**Лист внесения изменений и дополнений в адаптированную рабочую программу**

**«Основы социальной жизни» для учащихся с УО**

**для 5 класса среднего общего образования**

**на 2024 – 2025 учебный год**

**для 5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Характеристика изменений |
|  |  |  |
|  |  |  |
| ***Основание*** | |  |

Учитель: /Ф.И.О./