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 7 класса)**

Составитель:

Мацедон Надежда Дмитриевна,

педагог-психолог*,*

высшая квалификационная категория

2024

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3](#_Toc144217060)

[II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 6](#_Toc144217061)

[III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 9](#_Toc144217062)

[IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10](#_Toc144217063)

**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.

ФАООП 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 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

ФАООП 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:

* 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 7 классе определяет следующие задачи:

* формирование знаний о представления 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 о ремонте одежды (пришивание пуговиц, зашивание шва, наложение заплат и т.д.);
* формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
* формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
* формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;
* формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
* формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;
* формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;
* формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
* формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
* формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений (прачечная, почта и т.д.).

**II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Основам социальной жизни» в 7 классе носит продолжение изучения 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 7 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 третьем году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, применения теоретических знаний на практике и формирование правильных отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения в семьи, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

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, в транспорте и учреждениях, 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 и различными учреждениями быта.

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 | Личная гигиена и здоровье | 6 | 1 |
| 2 | Охрана здоровья | 3 |  |
| 3 | Жилище | 12 |  |
| 4 | Одежда и обувь | 10 |  |
| 5 | Питание | 17 |  |
| 6 | Транспорт | 4 |  |
| 7 | Средства связи | 4 |  |
| 8 | Предприятия, организации, учреждения | 4 |  |
| 9 | Семья | 7 |  |
| 10 | Итоговое занятие | 1 | 1 |
|  | **Итого:** | **68** |  |

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

* сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
* владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
* овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
* сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
* развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

**Предметные:**

Минимальный уровень:

* представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
* приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
* представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
* соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
* знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
* совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
* знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

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;
* 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);
* навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого).

**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, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

**Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»**ставиться 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»**ставиться, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

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

**Оценка «3»**ставиться, 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** |
| **Личная гигиена и здоровье – 6 часов** | | | | |
| 1 | Особенности соблюдения личной гигиены подростком | 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; |
| 2 | Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками | 1 |  |
| 3 | Гигиенические требования к использованию личного белья | 1 |  |
| 4 | Уход за волосами. Средства для ухода за волосами | 1 |  |
| 5 | Виды шампуней в зависимости от типов волос | 1 |  |
| 6 | Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос | 1 |  |
| **Охрана здоровья – 3 часа** | | | | |
| 7 | Виды врачебной помощи на дому | 1 |  |  |
| 8 | Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом | 1 |  |
| 9 | Вызов «скорой» или неотложной помощи | 1 |  |
| **Жилище – 12 часов** | | | | |
| 10 | Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение | 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; |
| 11 | Правила безопасного поведения в ванной комнате | 1 |  |
| 12 | Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств | 1 |  |
| 13 | Уборка санузла и ванной комнаты | 1 |  |
| 14 | Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание | 1 |  |
| 15 | Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств | 1 |  |
| 16 | Ручная стирка белья. Практическая работа | 1 |  |
| 17 | Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения | 1 |  |
| 18 | Уход за различными видами напольных покрытий | 1 |  |
| 19 | Ежедневная уборка | 1 |  |
| 20 | Практическая работа по уборке школьных помещений | 1 |  |
| 21 | Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету | 1 |  |
| **Одежда и обувь – 10 часов** | | | | |
| 22 | Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования | 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; |
| 23 | Глажение изделий из различных видов тканей | 1 |  |
| 24 | Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды | 1 |  |
| 25 | Практическая работа: глажение изделий | 1 |  |
| 26 | Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва | 1 |  |
| 27 | Практическая работа. Пришивание пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва | 1 |  |
| 28 | Продление срока службы одежды | 1 |  |
| 29 | Практическая работа. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат | 1 |  |
| 30 | Прачечная. Виды услуг | 1 |  |
| 31 | Экскурсия в прачечную | 1 |  |
| **Питание – 17 часов** | | | | |
| 32 | Виды питания.  Пищевая ценность продуктов | 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. |
| 33 | Мука и крупы. Виды муки | 1 |  |
| 34 | Виды круп | 1 |  |
| 35 | Правила хранения муки и круп | 1 |  |
| 36 | Вредители круп и муки. Просеивание муки | 1 |  |
| 37 | Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения | 1 |  |
| 38 | Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи | 1 |  |
| 39 | Мясные блюда | 1 |  |
| 40 | Рыбные блюда | 1 |  |
| 41 | Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий | 1 |  |
| 42 | Практическая работа – приготовление гарнира | 1 |  |
| 43 | Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда | 1 |  |
| 44 | Стоимость и расчет продуктов для обеда | 1 |  |
| 45 | Экскурсия в магазин | 1 |  |
| 46 | Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда | 1 |  |
| 47 | Праздничный обед | 1 |  |
| 48 | Правила этикета за столом | 1 |  |
| **Транспорт – 4 часа** | | | | |
| 49 | Междугородний железнодорожный транспорт. Расписание поездов | 1 |  |  |
| 50 | Виды пассажирских вагонов | 1 |  |
| 51 | Правила поведения детей на железной дороге | 1 |  |
| 52 | Экскурсия на железнодорожный вокзал | 1 |  |
| **Средства связи – 4 часа** | | | | |
| 53 | Бандероли. Виды бандеролей | 1 |  |  |
| 54 | Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки | 1 |  |
| 55 | Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления | 1 |  |
| 56 | Экскурсия на почту. Ознакомление с работой почты | 1 |  |
| **Предприятия, организации, учреждения – 4 часа** | | | | |
| 57 | Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия | 1 |  |  |
| 58 | Названия предприятия, вид деятельности. Основные виды выпускаемой продукции | 1 |  |
| 59 | Профессии рабочих и служащих | 1 |  |
| 60 | Экскурсия на предприятие | 1 |  |
| **Семья – 7 часов** | | | | |
| 61 | Помощь старших младшим: домашние обязанности | 1 |  |  |
| 62 | Помощь старших младшим: практическая работа | 1 |  |
| 63 | Помощь старших младшим: практическая работа проведение игр с младшими школьниками | 1 |  |
| 64 | Досуг как источник получения новых знаний | 1 |  |
| 65 | Отдых. Отдых и его разновидности | 1 |  |
| 66 | Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность | 1 |  |
| 67 | Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование | 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 7 классов среднего общего образования**

**на 2024 – 2025 учебный год**

**для 7 класс**

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

Учитель: /Ф.И.О./