

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа с. Большая Рязань
муниципального района Ставропольский Самарской области
(ГБОУ ООШ с. Большая Рязань)**

РАССМОТРЕНО

*на заседании МО учителей
гуманитарного цикла
Руководитель МО
Солдатова Н.Н.
Протокол № 1 от
"25" 08. 2023 г.*

СОГЛАСОВАНО

*Заместитель директора
по УВР Гавришова Л.Ю.
25.08.2023 г.*

УТВЕРЖДАЮ

*Директор ГБОУ ООШ
с. Большая Рязань
Инюткина Н.Г.
Приказ № 56-од от
25.08.2023 г.*

**АДАптированная рабочая программа
учебного предмета
«Основа социальной жизни»
5 КЛАСС
(обучение на дому)**

**Разработана на основе АДАптированной основной общеобразовательной
программы для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (ВАРИАНТ 1)**

Составитель: Моренова Н.А

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» (далее ОСЖ) разработана на основе:

- *Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);*
- *Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы (далее – ПрАООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1*
- *Адаптированной основной общеобразовательной программы школы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).*

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

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 умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;*
- ✓ *усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе использованием деловых бумаг);*
- ✓ *развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.*

Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Основные содержательные линии выстроены с учётом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм

поведения, выработки навыков общения с людьми. Занятия по ОСЖ тесно связаны с уроками русского языка, математики, географии, технологии, биологии. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятые классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых. В связи с особенностями поведения и деятельности этих обучающихся необходим контроль над соблюдением правил техники безопасности при проведении практических работ. Занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Промежуточная аттестация учащихся по основам социальной жизни за четверть, полугодие, учебный год проводится путем тестового контроля с помощью тестовых карт, разрабатываемых учителем.

Тестовые задания в картах должны учитывать индивидуальные особенности познавательной деятельности и восприимчивости к усвоению знаний в процессе учебного процесса. При затруднениях ученика в чтении и понимании смысла прочитанного текста в карте, учитель сам читает задание, а ученик выбирает правильный ответ и называет его.

Оценка за предмет выставляется в зависимости от числа правильных ответов, предложенных педагогом в тестовой карте, процентном отношении: «отлично», если выполнено от 90 до 100% заданий; «хорошо», если выполнено от 60 до 90% заданий; «удовлетворительно», если выполнено от 40 до 60% заданий.

Требования к знаниям, умениям, навыкам

Транспорт, учащиеся должны знать: виды междугородного транспорта, стоимость проезда во всех видах городского транспорта, порядок приобретения билетов.

Учащиеся должны уметь: выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных автобусов.

Личная гигиена, учащиеся должны знать: правила личной гигиены, правила ухода за волосами, зрением. о вреде наркотиков и токсических веществ.

Учащиеся должны уметь: ухаживать за волосами, соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время экскурсий.

Одежда и обувь, учащиеся должны знать: виды одежды и обуви их назначение. Правила ухода за одеждой и обувью. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами.

Учащиеся должны уметь: ухаживать ха одеждой и обувью.

Питание, учащиеся должны знать: способы выбора доброкачественных

продуктов, приготовление каши, заварка морса, способы хранения продуктов и готовой пищи, правила составления рецептов блюд.

Учащиеся должны уметь: *пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности, приготовить бутерброд, заварить чай, составить рецепт, вымыть и вычистить посуду.*

Культура поведения, учащиеся должны знать: *правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками.*

Учащиеся должны уметь: *культурно вести себя в театре, кино, музее, библиотеке, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.*

Семья, учащиеся должны знать: *близких родственников, их место работы, должность, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.*

Учащиеся должны уметь: *рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, писать адрес на конверте.*

Жилище, учащиеся должны знать: *виды жилых помещений в городе и деревне и их назначение, знать свой адрес.*

Учащиеся должны уметь: *писать свой адрес на конверте.*

Торговля, учащиеся должны знать: *виды магазинов их назначение, чем отличается продовольственный магазин от промышленного, правила поведения в магазине и общение с продавцами, правила покупки товаров.*

Учащиеся должны уметь: *выбирать нужный товар, выяснить срок гарантии, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение гарантийного срока.*

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

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в предметную область «Человек и общество» и относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

<i>Класс</i>	<i>Количество часов в неделю</i>	<i>Количество часов в год</i>
5	1	34

Личностные и предметные результаты освоения предмета «Основы социальной жизни»

Личностные результаты:

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

Предметные результаты

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 учителя;
- ✓ представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- ✓ знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- ✓ знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством

педагога

посредством обращения в предприятия бытового обслуживания.

- ✓ *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 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.); навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.*
- ✓

Предмет «Основы социальной жизни» в 5 классе ориентирован на достижение следующих базовых учебных действий:

Личностные:

- ✓ *гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;*
- ✓ *адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;*
- ✓ *уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;*
- ✓ *активно включаться в общепользующую социальную деятельность;*
- ✓ *бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.*

Регулятивные:

- ✓ *принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;*
- ✓ *осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;*
- ✓ *осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;*
- ✓ *обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;*
- ✓ *адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.*

Познавательные:

- ✓ дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- ✓ использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- ✓ использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные:

- ✓ вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- ✓ слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- ✓ использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Содержание предмета «Основы социальной жизни»

Транспорт

Виды транспортных средств. Правила дорожного движения.

Практическая работа

Зарисовка знаков дорожного движения.

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. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

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

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью

человека.

Практические работы

Мытье рук. Очистка расчёски от грязи и жира. Выбор зубной щетки, чистка зубов. Расположение настольной лампы на рабочем столе. Расчесывание волос.

Одежда и обувь

Одежда, головные уборы, обувь, их назначение. Правила и приемы ухода за одеждой и головными уборами. Выбор легкой одежды, размещение в шкафу. Складывание вязанных вещей в шкаф. Правила и приемы ухода за обувью

Практические работы

Выбор легкой одежды, размещение в шкафу. Складывание вязанных вещей в шкаф. Повседневный уход за обувью.

Питание

Значение питания в жизни человека. Состав продуктов питания. Место приготовления пищи. Кухонная посуда и приспособления. Напитки. Приготовление чая. Приготовление бутербродов. Приготовление пищи из овощей. Яйца. Блюда из яиц. Сервировка стола к завтраку.

Практические работы

Экскурсия в кухонную зону. Приготовление бутербродов. Приготовление салата. Варка яиц. Сервировка стола к завтраку.

Культура поведения

Осанка. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим сверстникам. Правила поведения за столом.

Практические работы

Проверка своей осанки.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Практические работы

Работа в таблице. Работа с пословицами.

Жилище

Виды жилья. Виды жилых помещений. Обычаи и обряды, связанные со строительством дома, новосельем. Организация места школьника. Почтовый адрес.

Практические работы

Работа в таблице. Написание адреса на конверте или открытке.

Торговля

Виды торговых предприятий. Правила приобретения продовольственных товаров. Маркировка продовольственных товаров.

Практические работы

Работа в таблице. Экспертиза продуктов.

Календарно – тематическое планирование

№	Тема урока	К-во часов	Дата	Основные виды учебной деятельности обучающихся
Транспорт				
1	Виды транспортных средств: пассажирский, грузовой, специальный.	1		Просмотр презентации «Виды транспортных средств», заполнение таблицы. Работа с раздаточным материалом на установления соотношения названия транспортного средства с изображением на картинке. Выполнение тестового задания.
2	Правила дорожного движения	1		Слушание рассказа учителя. Выполнение задания на карточке (определяют слово и его значение). Работа с иллюстрациями, ответы на вопросы. Выполнение тестового задания.
3	Практическая работа «Зарисовка знаков дорожного движения»	1		Беседа по вопросам. Работа по карточкам (дорожные знаки). Зарисовка знаков дорожного движения.
Одежда и обувь				
1	Демисезонная одежда. Повседневная одежда	1		Просмотр презентации «Виды одежды». Слушание рассказа учителя. Работа с карточками.
2	Назначение головных уборов. Практическая работа. Повседневный уход за одеждой	1		Слушание рассказа учителя. Выполнение практической работы
3	Виды обуви. Назначение обуви	1		Слушание рассказа учителя. Работа с презентацией «Виды обуви» и «Назначение обуви»
4	Практическая работа. Уход за обувью. Итоговый тест за 1 четверть.	1		Выполнение практической работы.
Личная гигиена				

1	Выполнение гигиенических процедур	1		Беседа по вопросы с опорой на жизненный опыт. Работа со словарной статьей, запись определения что такое гигиена в тетрадь (самостоятельно).
2	Практическая работа «Мытье рук»	1		Выполнение практической работы.
3	Личные вещи. Содержание в порядке личных вещей. Практическая работа «Очистка расчески от грязи	1		Беседа по вопросам. Работа с иллюстрациями, рассматривают виды мочалок. Работа с карточками «Советы» (по уходу за мочалкой.) Выполнение практической работы.
4	Уход за руками. Уход за ногами	1		Выполняют тест по пройденному материалу. Читают по ролям отрывок из рассказа Е. Пермяка «Для чего руки нужны». Работа с пословицами. (составление и объяснение). Работа с памяткой по уходу за ногами (читают и отвечают на вопросы)
5	Уход за зубами.	1		Просмотр презентации «Строение зубов». Работа со словарем (находим термины в словаре и записываем в тетрадь их значение (эмаль, зуб, корень, коронка, шейка)). Выполнение практической работы.
6	Гигиена зрения	1		Просмотр презентации, отвечают на вопросы. Работа с раздаточным материалом (игра «Полезно, вредно»). Выполнение практической

7	Уход за волосами.	1		Просмотр презентации, беседа по вопросам. Работают с памяткой «Как правильно мыть голову» Выполнение практической работы.
8	Курение и здоровье. Алкоголь и здоровье	1		Просмотр видеофильма о вреде курения, ответы на вопросы. Просмотр видеофильма.
9	Итоговый тест за 2 четверть	1		Выполнение тестового задания.

Питание

1	Основные продукты питания. Режим питания	1		Слушание рассказа учителя. Игра «Чем питается человек?»
2	Место приготовления пищи. Кухонная посуда и инвентарь	1		II Просмотр презентации.

3	Приготовление бутербродов. Практическая работа	1		Просмотр презентации «Бутерброды и их виды», работа с памяткой «Правила безопасной работы с ножом». Выполнение практической работы.
---	--	---	--	---

4	Практическая работа «Приготовление салата»	1		блюд из овощей. Работа с таблицей «Овощи и блюда из них». Работа с таблицей «Технология приготовления салата». Приготовление винегрета. Выполнение практической работы.
---	--	---	--	---

Культура поведения

1	Осанка. Форма исправления осанки. Практическая работа «Проверка своей осанки»	1		Слушание рассказа учителя. Выполнение практической работы. Работа с памяткой «Как сохранить осанку»
2	Формы обращения к старшим. Формы обращения к сверстникам	1		Беседа по теме «История происхождения традиционных приветствий у разных народов». Обсуждение ситуаций (РМ). Игра «Волшебные слова» (РМ), записывают в тетрадь понятие «речевой этикет»
3	Правила поведения за столом.	1		
4	Итоговый тест за 3 четверть.	1		Выполнение теста.

Семья

1	Семья. Семейные ценности	1		Слушание рассказа учителя, ответы на вопросы. Заполнение таблицы «Мои родственники».
2	Домашние обязанности.	1		Слушание рассказа учителя, ответы на вопросы
3	Итоговый тест по теме «Семья»	1		Выполнение теста.

Жилище

1	Виды жилых помещений. Виды квартир и подсобных помещений	1		Дети слушают рассказ учителя «Что такое дом», отвечают на вопросы. Просматривают презентацию «Виды жилищ», записывают в тетради термины. Заполняют таблицу, распределяя помещения по видам.
2	Домашний адрес и адрес школы.	1		
3	Практическая работа «Написание адреса на конверте или открытке»	1		. Выполнение практической работы.

Торговля

1	Основные виды магазинов. Виды отделов в продовольственных магазинах	1		Просмотр и Слушание рассказа учителя, просмотр презентации и беседа по вопросам презентации и заполнение таблицы.
2	Правила покупки товаров в продовольственном магазине.	1		Просмотр презентации, заполнение таблицы.
3	Правила поведения в магазине.	1		Слушание рассказа, беседа по вопросам.
4	Тестовое задание за 4 четвертью	1		Выполнение тестового задания.



С=RU, O=ГБОУ ООШ
 с. Большая Рязань,
 CN=Инюткина Н.Г.,
 E=so_cu_bryaz_stv@samara.edu.ru
 место подписания
 2023.09.13 20:07:01+04'00'