МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Управления образования Атяшевского муниципального района

МБОУ «Атяшевская средняя школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании ШМО  Моторкина Е.А.  Протокол №1  от 29. 08 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  Потапова С.А.  Протокол №1  от 29. 08. 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор Москаев Г.В.  Приказ №54-о  от 29. 08. 2024 г. |

**Адаптированная рабочая программа**

**для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальныминарушениями)вариант1. учебного предмета**

**«Основы социальной жизни» 5 класс**

Составитель:Глазкова О.А

Атяшево– 2024

# Пояснительнаязаписка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для5 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014, №1599, с учетом Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учебного плана МБОУ Атяшевская средняя школа на 2024-2025учебный год, постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015№26«ОбутвержденииСанПиН2.4.2.3286-15«Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, учебника: Программа специальных (коррекционных) образовательных учрежденийVIIIвидадля5-9классов,подредакциейВ.В.Воронковойпопредмету

«СБО».ИздательствоМ.:«Просвещение»,2008г;учебника«Основысоциальнойжизни», 5 класс, Комарова С.В., Александрова Е.Л. Издательство М.: «Просвещение», 2023 г.

Социальнаяадаптациячерезактивноеосвоениеипринятиецелей,ценностей,норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, являетсяуниверсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели.

**Цель предмета -** подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

# Задачи:

* расширениекругозораобучающихсявпроцессеознакомленияс различными сторонами повседневной жизни;
* формированиеиразвитиенавыковсамообслуживанияитрудовыхнавыков,связанных с ведением домашнего хозяйства;
* коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

ИзучениепредметаОсновысоциальнойжизниобеспечиваетработу: коррекционно – обучающую;

коррекционно – развивающую; коррекционно–воспитательную;

воспитаниеположительныхкачествличности;

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, практическиеработы, 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. Коррекционная работа осуществляется в ходе всего учебно-образовательного процесса и предполагает реализацию следующих *коррекционных задач*:

* созданиеусловийдляполученияобразованиявсоответствиисиндивидуальными особенностями и особыми образовательными потребностями;
* реализациядифференцированногоподходакизучениюразныхаспектовязыка; использование специальных приемов и средств, обеспечивающих

мотивациюиактивизациюречевойдеятельности;

* коррекционнаяпомощьвовладениибазовымсодержаниемобучения;
* коррекциянарушенийустнойречииписьменнойречи;

-развитие сознательного использования языковых средств в различных коммуникативных ситуациях.

# Общаяхарактеристикаучебногопредмета

**«Основысоциальнойжизни»**

Учебные занятия по Основам социальной жизни направлены на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и 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, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение изучаемого материала способствует более прочномуиосознанномуусвоениюизучаемогоматериала.Такжеобеспечиваетсяпереход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

# Местоучебногопредмета

**«Основысоциальнойжизни»вучебномплане**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» включен в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

Согласно учебному плану на изучение предмета «Основы социально жизни» в 5 классе отводится 1час в неделю, 34 часа в год.

# Личностныеипредметныепланируемыерезультатыосвоенияучебного предмета «Основы социальной жизни»

**Личностныерезультаты**:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.

Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

# Предметныерезультаты:

Раздел1.Личная гигиена

*Минимальныйуровень:*

-знатьправилаличнойгигиены;

-знатьназваниепредметов, используемых для выполнения утреннегои вечернего туалета.

*Достаточныйуровень:*

-уметьвыполнятьвопределеннойпоследовательности;

-знатьназваниеиназначениеиндивидуальныхпредметовипредметовобщего пользования личной гигиены;

-выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

Раздел2.Одеждаи обувь.

*Минимальный уровень:*

-знатьотдельныевидыодеждыиобуви;

-подбиратьодежду,головныеуборы,обувьпосезону;

-соблюдатьправилауходазаодеждойиобувьювповседневнойжизни.

*Достаточныйуровень:*

-различатьииспользоватьодеждуиобувьвзависимости отназначения;

-уметьсамостоятельновыполнятьежедневныйуходзаодеждой.

-характеризоватьпредметыодежды Раздел 3. Семья

*Минимальный уровень:*

-знатьфамилию,имя,отчествочленовсемьи;

-правильноиопределять,иназыватьстепеньродствачленовсемьи.

*Достаточныйуровень:*

* знатьвозраст,днирождения,профессию,местоработычленовсемьи;

-уметьопределятьстепеньродствачленовсемьи;

-знатьиуметьвыстраиватьположительныевзаимоотношениясчленамисемьи. Раздел 4. Питание

*Минимальный уровень:*

-знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);

-знатьзначениепродуктовпитаниядляздоровогообразажизничеловека;

-иметьпредставлениеосанитарно-гигиеническихтребованияхприприготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;

*Достаточныйуровень:*

-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;

-знатьисоблюдатьрежимпитания;

знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;

-знатьозначениизавтракадляздоровьячеловека;

-знатьиуметьсоставлятьменюзавтрака;

-знатьиназыватьхлебобулочныеизделия,

-знатьиуметьопределятьгодностьяиц,соблюдатьтехнологиюхранения;

-знатьосновныенапитки,подаваемыеназавтрак; Раздел5.Культураповедения*Минимальный уровень:*

-знатьосновныеправилаповедениявобществе;

-соблюдатьнормыобщениясовзрослымии сверстниками

*Достаточныйуровень:*

-понимать,какправильнонужновестисебявразличныхобстоятельствах;

-овладетьправиламикультурывзаимоотношений Раздел 6.Жилище и транспорт

*Минимальный уровень:*

-знатьсвойдомашнийпочтовыйадрес;

* знатьназвание жилыхкомнат,иихназначение;
* знатьтипыжилых помещений;

*Достаточныйуровень:*

* знатьразличныевариантымаршрутовисхемпроезда
* знатьсвойдомашнийпочтовыйадресиуметьзаписыватьего. Раздел 7. Торговля

*Минимальныйуровень:*

-знатьвидыторговыхпредприятий,продуктовыемагазины;

-применятьправилаповедениявобщественныхместах;

-знатьпорядокприобретениятовароввпродовольственноммагазине.

*Достаточныйуровень:*

-уметьопределятьсрокгодностипродуктов

-составлятьсписокпродуктоввзависимостиотблюда,ситуаций

# Содержаниеучебногопредмета«Основысоциальнойжизни»

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей, учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентирована на:

-развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения 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, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально - бытовые компетентности:

Вводный урок. Беседа о содержании и значении предмета «Основы социальной жизни».

Раздел 1. «Личная гигиена» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ. Темы: Личная гигиена. Ее значения для здоровья и жизни человека, Осанка – стройная спина, Гигиена зрения. Ее значение в жизни и деятельности человека, Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье и развитие организма,

Раздел2.«Одеждаиобувь»-овладениеосновнымиспособамиуходазаразличными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и

продлениесрокаслужбывещей,покупкаодеждыиобувисоответствующихразмеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).

Темы:Значениеодежды,головныхуборовиобувидляздоровьячеловека. Их назначение и виды

Правилаиприемыповседневногоуходазаодеждойиобувью. Чистка, сушка, предупреждение загрязнений

Раздел 3. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи. Темы: Родственные отношения. Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь.

Раздел 4. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи. Развивать мелкую моторику рук и эстетическое восприятие при знакомстве с кухонными приспособлениями и элементарной сервировке кухонного стола, сервировка стола; приготовление блюд, не требующих тепловой обработки, правила выбора продуктов, виды продуктов, состав продуктов. Темы: Как следует питаться? Продукты растительного и животного происхождения. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье.

Сервировкастола

Салаты–источниквитаминов.Салатизсвежиховощей Кухня разных народов мира

Закускиибутерброды Какой хлеб бывает?

Порядокнакухне.Практическаяработа

Раздел 5. «Культура поведения»- развивать наглядно-действенное внимание и восприятие при формировании навыков культурного поведения в процессе общения со старшими и сверстниками.

Темы:Школахороших манер

Формы обращения к старшим и сверстникам Правилаповедениявобщественныхместахидома.

Раздел 6. «Жилище и транспорт» - Развивать пространственную ориентировку при знакомстве с жилыми помещениями и их назначением. Организация рабочего места школьника

Темы:Видыжилыхпомещений.Видыжилья. Почтовый адрес дома, школы

Видытранспортныхсредств.Маршрутисхемапроезда Поведение в транспорте и на улице.

Правиладорожногодвижения.Знакидорожногодвижения. Раздел 7. «Торговля»

Видыторговыхпредприятий.Продуктовыемагазины

Порядокприобретениятовароввпродовольственноммагазине Срок годности, стоимость.

Так женауроках «Основысоциальной жизни» используются следующиеприёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

# Тематическоепланированиесопределениемосновныхвидовучебнойдеятельности обучающихся учебного предмета «Основы социальной жизни»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименованиеразделовитем программы** | **Количествочасов** | | | **Основныевидыучебной деятельности** |
| **Всего** | **Контрол**  **ьныеработы** | **Практи**  **ческие работы** |
| **Раздел1.Личная гигиена** | | | | | |
| 1.1 | Беседа о содержании и значении предмета «Основы социальной жизни». | 1 | 0 | 0 | оформлениерабочей тетради; слушание рассказа учителя; участие в беседе;  -ответынавопросы учителя. |
| 1.2 | Личнаягигиена.Еезначениядля здоровья и жизни человека | 1 | 0 | 0 |
| 1.3 | Осанка–стройнаяспина | 1 | 0 | 0 |
| 1.4 | Гигиеназрения.Еезначениевжизнии деятельности человека | 1 | 0 | 0 |
| 1.5 | Пагубноевлияниеалкоголяикуренияна здоровье и развитие организма | 1 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 5 | 0 | 0 |
| **Раздел2.Одеждаиобувь** | | | | | |
| 2.1 | Значениеодежды,головныхуборови обуви для здоровья человека. | 1 | 0 | 0 | выполнение практических упражнений, участие в беседе;  работа с дидактическим материалом; выполнение записейврабочейтетради; |
| 2.2 | Одеждаеёназначениеивиды | 1 | 0 | 0 |
| 2.3 | Правилаиприемыповседневногоухода за одеждой и обувью. | 1 | 0 | 0 |
| 2.4 | Чистка,сушка,предупреждение  загрязнений | 1 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 4 | 0 | 0 |
| **Раздел3. Семья** | | | | | |
| 3.1 | Семья,родственныеотношениявсемье | 1 | 0 | 0 | выполнение записей в рабочей тетради; выполнение практических упражнений |
| 3.2 | Взаимоотношениямеждучленамисемьи и взаимопомощь | 1 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 2 | 0 | 0 |
| **Раздел4. Питание** | | | | | |
| 4.1 | Какследует питаться? | 1 | 0 | 0 | выполнение практических упражнений ,слушание рассказа учителя о значении питания в жизни человека работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением посуды, используемой для сервировки стола к завтраку);  просмотрпрезентации;  -работа с листом оценивания,выполнение самооценки, взаимооценки. |
| 4.2 | Продуктырастительногоиживотного происхождения | 1 | 0 | 0 |
| 4.3 | Влияние правильного режима и рациональногопитанияназдоровье | 2 | 0 | 0 |
| 4.4 | Сервировкастола | 1 | 0 | 0 |
| 4.5 | Салаты–источниквитаминов.Салатиз свежих овощей | 1 | 0 | 0 |
| 4.6 | Кухняразныхнародов мира | 2 | 0 | 0 |
| 4.7 | Закускиибутерброды | 1 | 0 | 0 |
| 4.8 | Какойхлеб бывает? | 1 | 0 | 0 |
| 4.9 | Порядокнакухне. | 2 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 12 |  |  |  |
| **Раздел5.Культураповедения** | | | | | |
| 5.1 | Школахорошихманер | 1 | 0 | 0 | участие в беседе;работасдидактическим  материалом;выполнение |
| 5.2 | Формыобращениякстаршими сверстникам | 1 | 0 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5.3 | Правилаповедениявобщественных местах и дома. | 2 | 0 | 0 |  |
|  | Итогопоразделу | 4 |  |  |  |
| **Раздел6.Жилищеитранспорт** | | | | | |
| 6.1 | Видыжилыхпомещений.Видыжилья. | 1 | 0 | 0 | просмотрпрезентации, видеофрагментов;-  выполнениезаписейв рабочей тетради; |
| 6.2 | Почтовыйадресдома,школы | 1 | 0 | 0 | просмотрпрезентации, видеофрагментов;- выполнение записей в рабочей тетради; |
| 6.3 | Видытранспортныхсредств.Маршрути схема проезда | 1 | 0 | 0 |
| 6.4 | Поведениевтранспортеина улице. | 1 | 0 | 0 | просмотрпрезентации, видеофрагментов;- выполнение записей в  рабочейтетради; |
| 6.5 | Правиладорожногодвижения.Знаки дорожного движения. | 1 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 5 |  |  |  |
| **Раздел7.Торговля** | | | | | |
| 7.1 | Видыторговыхпредприятий. Продуктовые магазины | 1 | 0 | 0 | участие в беседе;работасдидактическим  материалом; выполнение записейврабочейтетради, выполнение практических упражнений |
| 7.2 | Порядокприобретениятоваровв  продовольственноммагазине | 1 | 0 | 0 |
|  | Итогопоразделу | 2 |  |  |  |
|  | **Общееколичествочасовпо программе:** | 34ч | | |  |

**Материально-техническоеобеспечениеобразовательногопроцессаучебного предмета «Основы социальной жизни»**

Для обеспечения реализации содержания программы, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у учащихся используют специально оборудованный кабинет.

Так же используются презентации, видеофрагменты, таблицы, плакаты, дидактический и раздаточный материал по основным темам для формирования наиболее полных и достоверных знаний. Наличие индивидуальных карточек с подробным наглядным пособием.