



**Муниципальное автономное
общеобразовательное
учреждение «Средняя школа № 76» г.
Красноярска**

660079, г. Красноярск, ул. 60 лет Октября, 81,
e-mail: sch76@mailkrsk.ru

Согласовано на заседании

ППк МАОУ СШ №76

Протокол № 44

От « 28 » августа 2024г.

Утверждено

Приказ директора МАОУ СШ № 76
№ 01-04- 1085

от 30.08.2024

Директор _____ О.Н. Гурина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ
5 класс ФГОС УО**

**Выполнила
учитель –дефектолог
первой квалификационной категории
Штумпф Юлия Леонидовна**

КРАСНОЯРСК, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Адаптированная рабочая Программа предназначена для обучающихся с легкой умственной отсталостью.

Составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
2. Постановления главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
3. Адаптированной основной общеобразовательной программы для умственно отсталых детей МАОУ СШ № 76 (Вариант 1).

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" предметной области "Человек и общество" разработана на базе основных общеобразовательных программ с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с ОВЗ.

Цель учебного предмета "Основы социальной жизни" заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции, навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

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.

Общая характеристика учебного предмета

Обучение предмету "Основы социальной жизни" ориентировано 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.

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 прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

Описание места учебного предмета в учебном курсе

Программа рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю. Форма организации учебных занятий – урок.

Формирование базовых учебных действий (БУД)

БУД обеспечивают становление учебной деятельности обучающегося с умственной отсталостью в основных ее составляющих: познавательной, регулятивной, коммуникативной, личностной.

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться успехами и достижениями как собственными, так и своих других обучающихся; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользую социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых), 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.

Регулятивные учебные действия представлены умениями: 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 учебные действия представлены умениями: 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.

Содержание учебного предмета

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, выполнению 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, терпения, 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	1
3	Охрана здоровья	4	
4	Жилище	12	1
5	Одежда и обувь	8	1
6	Питание	22	1
7	Транспорт	5	
8	Средства связи	3	
9	Семья	3	
10	Итоговое занятие	1	1
	Итого:	68	6

III. 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, 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» 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, если обучающийся 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.

Календарно-тематическое планирование «Основы социальной жизни» 5 класс

№ урока	Тема	Кол-во часов	Дата
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	
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 за 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	
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	
16	Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детскаякомната. 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 мерыпо их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющиесредства, 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 часов			
35	Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей	1	
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,готавливаемых 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 – 4 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	
68	Итоговое занятие	1	

