

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Калининградской области
Управление образования администрации Гурьевского муниципального
округа
МБОУ "СОШ п. Васильково им. Героя Советского Союза
В.Ф.Маргелова»"

РАССМОТРЕНО

на Методическом
объединении

Протокол №1
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

на Педагогическом
совете

Протокол №1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СОШ п.
Васильково им. Героя
Советского Союза В.Ф.
Маргелова"

_____М.О. Максимова

Приказ № 93-1
от «31» августа 2023 г.

Адаптированная рабочая программа
«Основы социальной жизни»
Для обучающихся 5-х классов

п. Васильково 2023г.

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» адресована обучающегося 5 класса с нарушениями опорно-двигательного аппарата (далее – НОДА) с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и умственной отсталостью, адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Составлена на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1599);
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) под редакцией В.В.Воронковой;
- Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Учебного плана МБОУ «СОШ п. Васильково им. Героя Советского Союза В.Ф. Маргелова»;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой и умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «СОШ п. Васильково им. Героя Советского Союза В.Ф. Маргелова»;

Данная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей, обучающихся с интеллектуальной недостаточностью.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Цель: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи:

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
3. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
5. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь)

2. Общая характеристика учебного предмета

Изучение предмета СБО в школе обеспечивает работу:

- коррекционно-обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей, обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Контрольные работы по предмету СБО и домашнее задание программой не предусмотрены. Контрольно - измерительный материал создается учителем в соответствии с психофизическими особенностями обучающихся.

3. Описание места учебного предмета

На изучение предмета «Основы социальной жизни» в 5 классе отводится 1 час в неделю.

Курс рассчитан на 34 часа в год. Промежуточная аттестация проводится в форме теста с помощью учителя.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Учащиеся должны знать:

Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя. Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля)

Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.

Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.

Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

Учащиеся должны уметь:

Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами

Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,
Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли

5. Содержание учебного предмета

Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой

Питание

Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки
Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения
Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп

Транспорт

Оплачивать проезд, приобретать билеты
Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения

Средства связи

Отправлять письма различного вида
Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем

Семья

Выполнять свои обязанности в семье
Ближних родственников, свои обязанности в семье

Основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования.

Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения

Охрана здоровья

Обрабатывать раны, порезы и ссадины, применять профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
Виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний

Жилище

Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь. Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню
Виды комнатных растений. Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений.
Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели.
Кухонную и столовую посуду

Одежда и обувь

Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их
Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке

Питание

Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения. Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания

Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения. Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп

Транспорт

Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты

Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов

Средства связи

Составлять и отправлять письма различного вида

6. Тематическое планирование

№	Тема	Основные виды учебной деятельности	Кол-во часов
1	Вводное занятие	Знакомство с новым учебным предметом, его целями. Экскурсия по кабинету.	1
2	Личная гигиена	Знакомство с понятием «личная гигиена», ее значением для здоровья и жизни человека. Соблюдение правил и приемов выполнения утреннего и вечернего туалета. Сохранения здоровья человека	1
3	Уход за волосами	Периодичность мытья головы	1
4	Гигиена зрения и слуха	Значение зрения и слуха в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач	1
5	Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз)	Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос; стрижка ногтей и уход за кожей рук	1
6	Виды одежды	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.	1
7	Чистка одежды	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Знакомство с сушкой и чисткой верхней одежды.	1
8	Виды обуви, уход за обувью	Виды обуви и ее назначение. Правила и приемы повседневного ухода за обувью.	1
9	Сушка и чистка домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви	Сушка и чистка одежды, подготовка одежды и обуви к хранению.	1
10	Значение питания в жизни человека	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1
11	Кухонные принадлежности	Знакомство с местом приготовления пищи и его оборудованием, кухонными принадлежностями.	1
12	Уход за посудой	Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.	1
13	Приготовление завтрака	Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Приготовление бутербродов.	1
14	Варка яиц	Способы приготовления яичницы, омлета и отваривание яиц	1

15	Приготовление салата, винегрета	Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов. Нарезка хлеба, сырых и вареных овощей. Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами.	1
16	Заварка чая	Знакомство со способами заваривания чая. Подбор необходимой посуды	1
17	Сервировка стола к завтраку	Сервировка стола с учетом различия меню	1
18	Осанка	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.	1
19	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании	Правила поведения при встрече и расставании. Составление различных форм обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1
20	Формы обращения с просьбой, вопросом	Формы достойного обращения с людьми. Дидактическая игра «Волшебные слова»	1
21	Разговор со старшими и сверстниками	Правила ведения разговора со знакомыми и незнакомыми людьми	1
22	Правила поведения за столом	Соблюдение правил поведения за столом. Показ правил пользования столовыми приборами	1
23	Виды жилых помещений в городе и селе	Знакомство с видами жилых помещений в городе и селе. Виды отопления в городе и селе	1
24	Жилой дом	Понятия «жилой дом» и «интернатские помещения».	1
25	Почтовый адрес дома, школы	Знакомство с почтовым адресом своего дома и школы-интерната.	1
26	Заполнение почтового адреса, организация рабочего места школьника	Почтовый адрес дома, школы.	1
27	Виды транспортных средств	Основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе.	1
28	Проезд в школу	Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Дидактическая игра «Пассажирский или грузовой?» (по картинкам)	1
29	Поведение в транспорте и на улице.	Наиболее рациональный маршрут проезда до школы – интерната.	1
30	Правила дорожного движения.	Правила дорожного движения Правила передвижения на велосипеде.	1
31	Знаки дорожного движения	Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся по дороге к дому, интернату	1
32	Виды торговых предприятий	Виды магазинов: продовольственные, промтоварные, универсамы, супермаркеты, специализированные. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей	1
33	Продовольственные магазины и их отделы	Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.	1

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева, 5 – 8 кл., гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

1. В.Д.Симоненко «Технология».Москва,Вентана-Граф-2002 год
2. В.И.Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва ,Просвещение 1993г.

Интернет-ресурсы:

1. Инфоурок – Режим доступа: www.infourok.ru;
2. Видеоуроки – Режим доступа: www.videouroki.net;
3. Мультиурок – Режим доступа: www.multiurok.ru.

Демонстрационный материал:

1. Раздаточный дидактический материал
2. (игрушки, атрибуты для сюжетных игр);
3. Наборы предметных и сюжетных картинок.

4. Технические средства обучения:

1. Компьютер.

Учебно-практическое оборудование:

1. Доска с магнитной поверхностью;