

**муниципальное общеобразовательное учреждение
«Увинская средняя общеобразовательная школа №4»
(МОУ «Увинская СОШ №4»)**

Согласовано на заседании ШМО
естественно- научного цикла
«30» августа 2023г.

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 9
«30» августа 2023 г.

Утверждено: приказ № 182
от «30» августа 2023 г.
Директор МОУ «Увинская СОШ №4»
_____ Е.С.Аргандеева

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для детей с ОВЗ

по основам социальной жизни в 5-9 классах

п. Ува
2023 г

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями вариант 1) МОУ «Увинская СОШ№4»

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку 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 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.

Общая характеристика учебного предмета

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизированно формировать и совершенствовать у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Место предмета в учебном плане

На изучение программного материала в пятом классе по учебному плану выделен 1 час в неделю, 34 часа в год.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные БУД:

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности.

Регулятивные БУД:

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

Познавательные БУД:

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;

Коммуникативные БУД:

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.

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;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте);

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

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.);

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

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.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

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. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.

Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской

местности.

Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).

Прием пищи.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Сервировка стола.

Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела, подраздела	Количество часов			Вид учебной деятельности обучающихся
		Все го	Теоретических	Контрольных	
1	Что такое основы социальной жизни?	1	1		Понимать цели, содержание и значение предмета СБО. Знать правила поведения в нем. Соблюдать правила техники безопасности в кабинете.
2	Личная гигиена	8	8		Выполнять правила личной гигиены. Выполнять правила и приемы утреннего и вечернего туалета. Различать личные вещи. Содержать их в чистоте.
3	Одежда и обувь	7	6	1	Различать виды одежды, обуви и головных уборов. Изучать классификацию одежды по сезонам.

					(верхняя одежда, легкое платье)
4	Питание	9	8	1	Различать продукты питания . Понимать значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Выполнять санитарно–гигиенические требования к процессу приготовления пищи. Изучать правила сервировки стола к завтраку. Соблюдать общие правила приготовления бутербродов.
5	Семья	3	3		Изучать состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст. Группировать родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.). Соблюдать правила поведения в семье.
6	Жилище	3	3		Различать виды жилых помещений в городе и деревне. Изучать почтовый адрес дома и школы-интерната.
7	Транспорт	3	3		Соблюдать правила поведения в транспорте, поведение на улице, правила передвижения на велосипеде.
	Итого:	34	32	2	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, подраздела, урока	Количество часов	Дата
1	Что такое основы социальной жизни?	1	
2	Личная гигиена и здоровье Личная гигиена. Ее значение для жизни человека	1	
3	Утренний и вечерний туалет.	1	
4	Предметы и средства личной гигиены.	1	
5	Гигиена тела.	1	
6	Гигиена зрения.	1	
7	Негативное влияние на организм человека вредных веществ	1	
8	Одежда и обувь Виды одежды. Роль одежды для сохранения здоровья человека	1	
9	Головные уборы. Роль головных уборов для сохранения здоровья человека.	1	
10	Хранение одежды	1	
11	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой	1	
12	Виды обуви. Хранение обуви	1	
13	Чистка обуви. Сушка обуви	1	
14	Контрольный работа №1	1	
15	Семья Родственные отношения в семье. Состав семьи.	1	

16	Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.	1	
17	«Генеологическое древо».	1	
18	Культура поведения	1	
19	Правила поведения за столом, в гостях.	1	
20	Жилище Типы жилых помещений в городе и сельской местности.	1	
21	Домашний почтовый адрес.	1	
22	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	1	
23	Транспорт Виды транспортных средств	1	
24	Городской транспорт. Виды городского транспорта.	1	
25	Правила поведения в городском транспорте.	1	
26	Питание Значение питания в жизни и деятельности людей.	1	
27	Основные отделы в продуктовых магазинах.	1	
28	Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	1	
29	Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).	1	
30	Место для приготовления пищи и его оборудование	1	
31	Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.	1	
32	Бутерброды.	1	
33	Сервировка стола к завтраку	1	
34	Контрольная работа №2	1	

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Литература для учителя:

Алышева Т.В. Математика. 3 класс. Учеб. пособие для общеобразоват. организаций, реализующих адапт. основные общеобразоват. программы. В 2 ч. Ч.1. Ч. 2 / М.: Просвещение, 2018.

Карпова Е.В. Дидактические игры в начальный период обучения, популярное пособие для родителей и педагогов./ Ярославль: «Академия развития», 2007.

Литература для учащихся:

Алышева Т.В. Математика. 3 класс. Учеб. пособие для общеобразоват. организаций, реализующих адапт. основные общеобразоват. программы. В 2 ч. Ч.1. Ч. 2 / М.: Просвещение, 2018.

Материально-техническое обеспечение обучения:

Ноутбук.
Телевизор.

DVD – плеер.

Геометрические фигуры магнитные, «Математика» (кубики), массажные мячики, магнитные цифры, умное домино (сложение).

Контрольно измерительные материалы для проверки усвоения знаний по предмету Пояснительная записка

Контрольно-измерительные материалы разработаны для итогового контроля по предмету «Основы социальной жизни» (ОСЖ) для 5 класса составлены в соответствии с учебным планом 34 часа (1 час в неделю), ориентированы на содержание программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5 – 9 классы, сб. №1 под редакцией В.В.Воронковой. М. ВЛАДОС, 2000 г. По предмету СБО.

Материалы соответствуют требованиям, обладают большим воспитательным потенциалом, способствуют формированию познавательных, регулятивных, коммуникативных учебных действий и личностных качеств обучающихся. Рассчитаны на 40 минут, проводятся в конце учебного года в мае.

В контрольные материалы входят:

- тест для контроля уровня усвоения знаний обучающихся.

Вопросы к тесту позволяют проверить осознанность знаний.

Тест составлен в соответствии с рабочей программой по предмету ОСЖ для 5 класса, требованиями адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Контрольные вопросы позволяют учителю проверить осознанность знаний, развивать мышление и речь обучающихся.

Так как данная категория детей усваивает программу в разном темпе, оценивание осуществляется на основе индивидуального подхода и учета особенностей каждого ученика. Прослеживается динамика учащегося относительно себя: какими новыми умениями и навыками ребенок овладел за прошедший период обучения.

Для оценки проведенного контроля используются модифицированные показатели, предложенные ИМ Бгажноковой.

оценка	% выполнения заданий
Удовлетворительно	35-50% Ребенок пассивен, инертен. Внимание при выполнении заданий переключается, что приводит к различным ошибкам. На вопросы отвечает с трудом, содержание пройденного материала усваивает не в полной мере.
Хорошо	50-65% Допускает ошибки при выполнении заданий. Умеет самостоятельно найти информацию в учебнике и тетради, ответить на вопросы к тесту.
Очень хорошо	свыше 65% Правильно, самостоятельно выполняет задания. При ответах на вопросы не требует разъяснений, помощи учителя.

Контрольная работа №1.

1. Повторение темы «Личная гигиена и здоровье»

Задание: прочитай вопрос и расставь правильно стрелки

Что может быть общим?	полотенце для рук расческа крем для рук носовой платок полотенце для ног туалетное мыло зубная паста шампунь крем для лица мочалка туалетная бумага зубная щетка	Что может быть личным?
-----------------------	---	------------------------

2. Повторение темы «Одежда и обувь»

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
1. Как называется вид одежды, которую носят осенью и весной?	а) осенняя или весенняя б) демисезонная в) осенне-весенняя
2. Какая одежда нужна на каждый день?	а) ежедневная б) повседневная в) простая
3. Что делают с грязной резиновой обувью?	а) моют б) сушат в) чистят
4. Как называется уход за обувью каждый день?	а) постоянный б) правильный в) повседневный

Контрольная работа №2.

1. Повторение темы «Личная гигиена и здоровье»

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
1. Сколько раз в день нужно чистить зубы?	а) один б) два в) ни одного
2. Что может быть общим?	а) зубная паста б) расческа в) мыло
3. Что должно быть личным?	а) полотенце б) туалетная бумага в) носовой платок
4. Какая музыка не портит слух?	а) громкая б) тихая в) спокойная

2. Повторение темы «Транспорт»

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
-----------------	------------------------------

1. Имеет ли право пассажир делать водителю замечание?	а) не может б) может, но не часто в) может, так как замечания пойдут ему на пользу
2. Как правильно держать зонтик, идя по улице?	а) только горизонтально б) только вертикально в) ловко играя им, совершая круговые движения
3. С какой стороны следует обходить стоящих в автобусе пассажиров?	а) с левой б) с правой в) это безразлично, главное, чтобы вы им не мешали
4. Где на тротуаре самое безопасное место?	а) посередине б) ближе к домам в) ближе к дороге

3. Повторение темы «Семья»

Кто дает человеку отчество? _____

4. Повторение темы «Питание»

Прочитай фразу	Отметь нужный вариант ответа
1. Отметь посуду знаком (подчеркни)	а) тарелка б) ложка в) блюдец
2. Отметь знаком (подчеркни) столовые приборы	а) вилка б) чашка в) нож
3. Чтобы заварить чай, нужно...	а) подогреть воду б) вскипятить воду в) не знаю
4. На столе расставлена посуда, столовые приборы. Это значит, сделана...	а) расстановка б) сервировка в) установка
5. Грязную посуду нужно мыть...	а) вечером б) сразу после еды в) перед следующим приемом пищи