МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ТОГУРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ СЕРГЕЯ ВЛАДИМИРОВИЧА МАСЛОВА»



**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету «Основы социальной жизни»**

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

(умственной отсталостью)

Вариант 1

Уровень образования:

основное общее

(5Г класс)

Срок реализации:

1 год

**Составитель:**

Скударнова Наталья Александровна,

учитель высшей квалификационной категории

с. Тогур

2021 – 2022 учебный год

Аннотация к рабочей программе

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | **«Основы социальной жизни»** |
| Авторы учебника и УМК | Учебник «Технологии. Профильный труд. Подготовка младшего обслуживающего персонала: для 5 класса для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным общеобразовательным программам /А.Г. Галле, Е.Ю. Головинская. – Самара: Современные образовательные технологии, 2020 г. Специальный учебник для реализации основных адаптированных программ. |
| Класс | 5 класс |
| Количество часов | 34 часа |
| Составители | Скударнова Наталья Александровна - учитель высшей категории |
| Цель курса | формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме. |
| Задачи курса | - расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;  -формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков;  - ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности;  -усвоение морально – этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе и использованием деловых бумаг);  -развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности. |
| Структура курса | 1. Пояснительная записка. 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета 3. Содержание учебного предмета 4. Тематическое планирование 5. Календарно – тематическое планирование |
| Планируемые результаты освоения курса | **Личностные результаты**   * Развитие адекватных представлений о собственных возможностях. * Овладение социально – бытовыми навыками. * 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. * Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях. * Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей. * Формирование  установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. * Формирование готовности к самостоятельной жизни.   **Предметные результаты**  Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.  ***Минимальный уровень:***  -знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;  -знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета;  выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагога;  - знать отдельные виды одежды и обуви;  -выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;  -соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни;  - знать свой домашний почтовый адрес;  -уметь пользоваться коммунальными удобствами (домофон, почтовый ящик).  - понимать необходимость полива комнатных растений;  - знать название основных средств связи;  - знать название транспортных средств;  -соблюдать правила поведения в общественном транспорте;  -уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.  ***Достаточный уровень:***  - уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной  последовательности;  - знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;  - выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами;  - знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;  - подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;  - различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;  - уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.  - знать название жилых комнат, и их назначение;  - знать свой домашний почтовый адрес  и уметь записывать его.  - знать названия комнатных растений;  - периодичность и приемы полива растений;  - знать назначение основных средств связи.  -знать наиболее рациональный маршрут;  - уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;  - знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте,  - знать и соблюдать правила передвижения по улице, при переходе проезжей части. |

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

* Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:
* - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от  29.12.2012г. № 273-ФЗ.
* - Письма Министерства образования и науки РФ "О рабочих программах учебных предметов" от 20.10.2015 № 08-1786;
* - Письмом Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07"О введении ФГОС ОВЗ"30 марта 2016;
* - ФГОС НОО для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1598 (с изменениями и дополнениями)
* - ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1599);
* - Учебного плана МБОУ «Тогурская СОШ им. С.В.Маслова»;
* - Устава МБОУ «Тогурская СОШ им. С.В.Маслова».

**Обоснование выбора УМК:**

**Учебно-методическое обеспечение рабочей программы**

* 1. Учебник «Технологии. Профильный труд. Подготовка младшего обслуживающего персонала: для 5 класса для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным общеобразовательным программам /А.Г. Галле, Е.Ю. Головинская. – Самара: Современные образовательные технологии, 2020 г. Специальный учебник для реализации основных адаптированных программ.
  2. Рабочая тетрадь
  3. Методическое пособие для учителя

Научно-методическая литература:

- Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5 – 9 кл./Под ред. В.В.Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос» («Подготовка младшего обслуживающего персонала»);

- Субчиве В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5-9 классы. – М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2013 г.;

- Крупская Ю.В., Кизеева Н.И., Сазонова Л.В., Симоненко В.Д. Технология: Учебник для учащихся 5 класса общеобразовательной школы./Под ред. В.Д.Симоненко. – М.: «Вентана – Граф», 1997;интернет-ресурсы.

Данная рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

**5 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Количество часов  в неделю | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | Год |
| «Основы социальной жизни» | 1 | 9 | 7 | 10 | 8 | 34 |

**Цель:** формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

**Задачи:**

- развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;

- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;

- к своему отечеству, своей малой и большой Родине, как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;

-к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;

- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

-формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков;

- воспитание уважения к рабочему человеку;

- воспитание положительных качеств личности обучающихся (трудолюбия, настойчивости, умения работать в коллективе и т.д.);

- 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 и использованием деловых бумаг);

- воспитание привычки к чистоте, сознательному выполнению санитарно-гигиенических правил в быту и на производстве;

-развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

***Личностные результаты***

* Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
* 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.
* Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
* Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
* Формирование  установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
* Формирование готовности к самостоятельной жизни.

***Предметные результаты***

**Раздел «Личная гигиена и здоровье»**

Минимальный уровень:

-знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;

-знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

Достаточный уровень:

-уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной  последовательности;

-знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;

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

**Раздел «Охрана здоровья»**

Минимальный уровень:

-выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагога.

Достаточный уровень:

-знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;

-знать названия лекарственных растений, узнавать их;

-уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

**Раздел «Одежда и обувь»**

Минимальный уровень:

-знать отдельные виды одежды и обуви;

-выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;

-соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

-подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;

-различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;

-уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

**Раздел «Жилище»**

Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;

-уметь пользоваться коммунальными удобствами (домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

-знать типы жилых помещений;

-знать название жилых комнат, и их назначение;

- знать свой домашний почтовый адрес  и уметь записывать его.

**Раздел «Озеленение жилых помещений.**

Минимальный уровень:

- понимать необходимость полива

Достаточный уровень:

- знать названия комнатных растений;

- требования к размещению, к температуре и качеству воды для полива цветов;

- периодичность и приемы полива растений;

- приспособления для опрыскивания;

**Раздел «Средства связи**

Минимальный уровень:

-название основных средств связи.

Достаточный уровень:

-знать назначение основных средств связи.

**Раздел «Транспорт»**

Минимальный уровень:

-знать название транспортных средств;

-соблюдать правила поведения в общественном транспорте;

-уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

-знать наиболее рациональный маршрут;

-знать варианты проезда различными видами транспорта;

-уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;

-знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

**3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА**

* 1. **Личная гигиена и здоровье.**

*Личная гигиена. Предметы и средства личной гигиены.* Утренний и вечерний туалет. *Гигиена тела. Гигиена волос.*

* 1. **Охрана здоровья.**

*Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Сохранение и поддержка здоровья. Правила здорового образа жизни.*

* 1. **Одежда и обувь.**

*Роль одежды для сохранения здоровья человека. Виды одежды. Головные уборы и их назначение. Виды обуви. Ручная стирка одежды. Средства для стирки. Сушка мокрой обуви и одежды. Ежедневный уход за одеждой и обувью. Хранение одежды и обуви.*

* 1. **Жилище.**

*Типы и виды жилых помещений. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Планировка помещения, типы жилых комнат. Домашний почтовый адрес. Поддержание чистоты и порядка в жилище. Уборочный инвентарь, моющие и дезинфицирующие средства*

* 1. **Озеленение жилых помещений.**

*Декоративные комнатные растения. Правила полива и увлажнение почвы комнатных растений. Емкости и инвентарь для комнатных растений. Уход за комнатными растениями. Практическое занятие.*

* 1. **Средства связи.**

*Основные средства связи. Работа почты. Телевидение. Телефон. Безопасное поведение в интернет – пространстве.*

* 1. **Транспорт.**

*Общественный транспорт. Маршрут движения, стоимость проезда. Виды проездных билетов, льготный проезд. Практическая работа «Поездка в общественном транспорте»*

**4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Общее количество часов** |
| 1 | «Личная гигиена и здоровье» | 16 |
| 2 | «Жилище» | 10 |
| 3 | «Средства связи и транспорт» | 8 |

**Приложение 1**

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**НА 2021-2022 УЧ.Г.**

**Учитель: Скударнова Н.А.**

**Класс: 5г**

**Предмет: Основы социальной жизни**

**По программе: 34 часа**

**Запланировано: 34 часа**

**Причина расхождения количества часов.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока по программе** | **№**  **урока по плану** | **Дата**  **по плану** | **Коррекция/**  **Дата по факту** | **Тема урока** |
|  |
| **«Личная гигиена и здоровье»** | | | | |
| 1 |  |  |  | Личная гигиена и здоровье |
| 2 |  |  |  | Предметы и средства личной гигиены |
| 3 |  |  |  | Утренний и вечерний туалет. |
| 4 |  |  |  | Гигиена тела |
| 5 |  |  |  | Гигиена волос |
| 6 |  |  |  | Профилактика простудных и вирусных заболеваний. |
| 7 |  |  |  | Сохранение и поддержка здоровья. |
| 8 |  |  |  | Правила здорового образа жизни. |
| 9 |  |  |  | Роль одежды для сохранения здоровья человека. |
| 10 |  |  |  | Виды одежды. |
| 11 |  |  |  | Головные уборы и их назначение. |
| 12 |  |  |  | Виды обуви. |
| 13 |  |  |  | Стирка изделий, использование бытовой техники. Средства для стирки |
| 14 |  |  |  | Сушка мокрой обуви и одежды. |
| 15 |  |  |  | Ежедневный уход за одеждой и обувью. |
| 16 |  |  |  | Хранение одежды и обуви |
| **«Жилище»** | | | | |
| 17 |  |  |  | Типы и виды жилых помещений. |
| 18 |  |  |  | Коммунальные удобства в городе и сельской местности. |
| 19 |  |  |  | Планировка помещения, типы жилых комнат. |
| 20 |  |  |  | Домашний почтовый адрес. |
| 21 |  |  |  | Гигиена дома |
| 22 |  |  |  | Уборочный инвентарь, моющие и дезинфицирующие средства, используемые при уборке. |
| 23 |  |  |  | Декоративные комнатные растения. |
| 24 |  |  |  | Правила полива и увлажнение почвы комнатных растений. |
| 25 |  |  |  | Емкости и инвентарь для комнатных растений. |
| 26 |  |  |  | Уход за комнатными растениями. Практическое занятие. |
| **«Средства связи и транспорт»** | | | | |
| 27 |  |  |  | Основные средства связи. |
| 28 |  |  |  | Работа почты. |
| 29 |  |  |  | Телефон. |
| 30 |  |  |  | Безопасное поведение в интернет – пространстве. |
| 31 |  |  |  | Общественный транспорт. |
| 32 |  |  |  | Маршрут движения, стоимость проезда. |
| 33 |  |  |  | Виды проездных билетов, льготный проезд. |
| 34 |  |  |  | Практическая работа «Поездка в общественном транспорте» |