

СОГБОУ «Вяземская –школа интернат №1  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

<p>ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол №1 от «30» августа 2021 года</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Приказ № 151 от «01» сентября 2021 Директор школы  О.А. Богданова/</p> 
---	---

Адаптированная Образовательная рабочая программа  
по предмету: основы социальной жизни

5А класс

Учитель первой квалификационной категории:

Большакова Елена Ивановна

Вязьма  
2021-2022 учебный

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа по предмету: **основы социальной жизни для 5 кл.** разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Приказ МО РФ № 1599 от 19.12.2014 г.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ФГОС УО (ИН) Вариант 1;
- Утвержденного Учебного плана ФГОС УО (ИН) Вариант 1 на 2021 -2022 уч. год;
- Утвержденной Программы Воспитания.

Реализация программы в соответствии с количеством предметных часов 1 час в неделю, 31 час в год. Программа может быть реализована с применением дистанционных технологий.

### Цель:

Практическая подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. К их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

### Задачи:

- освоение теоретической информации;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности в различных направлениях;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире и социальной действительности;
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью;
- воспитание позитивных качеств личности.

### Воспитывающий потенциал учебного предмета:

Согласно Программе Воспитания, во время проведения уроков реализуются воспитательные задачи, основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) формулируется общая **цель воспитания** в общеобразовательной организации – **личностное развитие** школьников, проявляющееся:

- в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);
- в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует не на обеспечение соответствия личности ребенка единому стандарту, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности. В связи с этим важно сочетание усилий педагога по развитию личности ребенка и усилий самого ребенка по своему саморазвитию. Их сотрудничество, партнерские отношения являются важным фактором успеха в достижении цели.

## **Важными воспитательными задачами уроков являются формирования отношения:**

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- 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;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

## **Психолого-педагогическая характеристика класса.**

В 5А классе 9 обучающихся. Из них 7 мальчиков и две девочки. Все обучаются по программе Вариант 1.

Обучающиеся ориентируются в содержании разделов учебного предмета. Способны активизировать процессы припоминания для восстановления знаний полученных ранее.

У обучающихся развиты навыки самообслуживания и выполнения других практических заданий: у 8 обучающихся на среднем уровне, у 1 обучающегося уровень ниже среднего.

## **Содержание**

<b>Темы</b>	<b>Краткое содержание тем</b>
«Личная гигиена»	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению. Пагубное влияние на курение, алкоголя на здоровье и развитие детского организма. Воспитание силы воли.
«Одежда»	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.
«Питание»	Значение питания в жизнедеятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовление пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола.
«Семья»	Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.
«Культура поведения»	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы.

«Транспорт»	Виды транспортных средств. Проезд в школу и домой. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.
«Торговля»	Виды торговых предприятий, их значение для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Виды товаров фасованные, на развес и розлив. Порядок приобретения товаров. Срок годности и стоимость, хранение.

### Планируемые предметные результаты.

#### К концу обучения в 5 классе обучающиеся получат возможность знать:

**Питание:** значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила мытья посуды и уборки помещения. Правила обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

**Личная гигиена:** последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения.

**Одежда и обувь:** виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов. стирки изделий из тюля и трикотажа.

**Семья:** родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

**Культура поведения:** требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

**Жилище:** виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

**Транспорт:** основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы-интерната, правила дорожного движения, дорожные знаки.

**Торговля:** виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

#### Обучающиеся получат возможность выполнять:

**Питание:** прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами

**Личная гигиена:** совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

**Одежда и обувь:** различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.

**Семья:** записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

**Культура поведения:** следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми

приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.

**Жилище:** писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

**Транспорт:** соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

**Торговля:** выбирать необходимые продукты питания, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

### Учебно-методическое обеспечение

#### Материалы для учителя:

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5 – 9 кл.: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – Сб. 1. – 232 с.
2. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя /Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 304 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).
3. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 247 с. – (Коррекционная педагогика).
4. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. 5 – 9 классы: пособие для учителя / С.А. Львова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).
5. Учебно-методическое пособие «Школа жизни» под редакцией Л.М. Кобриной, В.В.Юниной

#### Материалы для обучающихся:

1. Карточки с текстом по теме
2. Литература и учебники по швейному делу, обслуживающему труду, природоведению, естествознанию, основам кулинарии
3. Раздаточный материал: (карточки-задания, теоретический материал, диагностические методики). Опорные конспекты, книжный фонд, периодические издания.

### Тематический план

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
<b>1 триместр</b>			
1	<b>Введение. Разделы и темы. ТБ</b>	1	07.09
<b>Питание</b>			
2	Значение питания в жизни и деятельности человека. Разнообразие продуктов питания	1	14.09
3	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.	1	21.09
4	Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приёмы ухода за посудой.	1	28.09
5	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды	1	12.10
6	Пр. р. Приготовление овощного салата, бутербродов	1	19.10

<b>Семья</b>			
7	Состав семьи учащихся: имена, отчества, место работы.	1	26.10
8	Правила поведения в семье.	1	02.11
9	Обязанности по дому.	1	09.11
<b>2 триместр</b>			
<b>Личная гигиена</b>			
10	Правила личной гигиены в течение дня.	1	23.11
11	Предметы и средства личной гигиены.	1	30.11
12	Уход за полостью рта. Уход за ушами.	1	07.12
13	Уход за волосами.	1	14.12
14	Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора). Гимнастика для глаз.	1	21.12
<b>Культура поведения</b>			
15.	Поведение в музее, библиотеке Ролевая игра «Запишите меня в библиотеку»	1	28.12
16.	Поведение в кино, театре. Ролевая игра «Здравствуй театр».	1	11.01
17.	Правила поведения за столом в местах общественного питания	1	18.01
18	Твоя разговорная речь Поведение при встрече и расставании	1	25.01
<b>Торговля</b>			
19.	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров.	1	01.02
20.	Порядок приобретения товара в продовольственном магазине. С/Р игра «Магазин»	1	08.02
21.	Сроки годности продуктов	1	15.02
<b>3 триместр</b>			
<b>Жилище</b>			
22	Виды жилых помещений в городе и в деревне. Виды помещений в жилых домах (варианты жилых и подсобных помещений).	1	01.03
23.	Гигиенические требования к жилому помещению	1	15.03
24	Пр. р. Уборка помещения		22.03
<b>Одежда и обувь</b>			
25	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой и подготовка к хранению.	1	29.03
26	Виды обуви, их назначение. Уход за обувью и подготовка её к хранению.	1	05.04
	Пр. р. Чистка школьной формы, верхней одежды, обуви.	1	19.04
<b>Транспорт</b>			
28	Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе. Правила поведения в транспорте.	1	26.04
29	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Тротуар.	1	10.05
30	Годовая проверочная работа	1	17.05
31	Повторение	1	24.05