

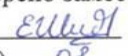

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» пос. Поляков  
муниципального района Большечерниговский Самарской области


Адаптированная рабочая программа  
по Основам социальной жизни  
обучающегося 5 класса  
Шидловского Данилы

Рабочую программу составила

Савчук В.М.

Рассмотрено на ШМО учителей  
гуманитарного и  
естественно-математического  
циклов  
Протокол № 4 от 29.03.2020  
Руководитель ШМО Эргашева А.Б.

Проверено заместителем директора по УВР  Е.А. Шидловская « 28 » 03 2020г.	«Утверждаю» Директор школы  В.И. Шидловский « 28 » 03 2020г.
--	---



Рабочая программа по «Основам социальной жизни» составлена на основе программы Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС

пос. Поляков

2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основании следующих нормативно - правовых документов:

1. Приказа Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. №4\150.

Рабочая программа составлена на основе программы Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС

### **Цель реализации программы**

**Цель** программы «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

### **Задачи:**

- овладение учащимися 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

### **Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы**

Согласно базисному учебному плану для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всего на изучение предмета «Основы социальной жизни» выделяется в 5 классе **34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).**

#### **Реализация коррекционной работы по крупным темам предмета:**

№	Крупные темы	Коррекционная работа
<b>1</b>	«Питание»	Развивать мелкую моторику рук и эстетическое восприятие при знакомстве с кухонными приспособлениями и элементарной сервировке кухонного стола.
<b>2</b>	«Личная гигиена»	Развивать осознанное восприятие при знакомстве с предметами личной гигиены и активизировать слуховое внимание при изучении способов ухода за ними.
<b>3</b>	«Одежда и обувь»	Развивать логическое восприятие при распределении одежды и обуви на категории: по сезонам и назначению.

4	«Семья»	Активизировать процессы припоминания при восстановлении родственных отношений в семье и записывании фамилии, имени, отчества своих близких родственников.
5	«Культура поведения»	Развивать наглядно-действенное внимание и восприятие при формировании навыков культурного поведения в процессе общения со старшими и сверстниками.
6	«Жилище»	Развивать пространственную ориентировку при знакомстве с жилыми помещениями и их назначением.
7	«Транспорт»	Развивать осознанное восприятие в процессе знакомства с городским транспортом и правилами поведения в нем
8	«Торговля»	Развивать пространственную ориентировку и зрительное внимание при знакомстве с видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров.

### **Планируемые результаты освоения программы основного общего образования**

*Личностными* результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения,

своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

. **Предметными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов; умение заваривания чая;
- сервировка стола к завтраку.

**Метапредметными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

## **КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

## **РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком, ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спорт. инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

## **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;

- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое

изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

В результате освоения предмета «Основы социальной жизни» в **5** классе *обучающиеся категории овз должны:*

**знать:**

последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;  
 правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;  
 виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;  
 санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;  
 различные меню завтрака;  
 правила поведения за столом;  
 правила поведения при встрече и расставании;  
 почтовый адрес своего дома и школы-интерната;  
 наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;  
 виды магазинов и их назначение.

**уметь:**

совершать утренний туалет;  
 подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;  
 накрывать стол с учетом конкретного меню;

тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;

соблюдать правила дорожного движения;

соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

соблюдать правила поведения в магазине;

оплачивать покупку;

выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

**владеть:**

совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;

соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач;

соблюдать правила поведения в общественных местах;

производить сухую и влажную уборку помещений;

строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;

распределять кухонные принадлежности по назначению;

использовать предметы для сервировки стола к завтраку;

правильно заваривать чай;

пользоваться нагревательными приборами;

правильно сидеть за столом;

пользоваться столовыми приборами, салфеткой;

соблюдать правила поведения в транспорте и на улице (правила посадки, поведения в салоне и при выходе из транспорта);

культурно вести себя с работниками торговли;

соблюдать правила поведения в магазине;

приготавливать бутерброды;

приготавливать вторые блюда из вареных овощей;

различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;



подбирать одежду и головные уборы по сезону, в зависимости от назначения;  
сушить и чистить одежду и обувь;  
подготавливать одежду и обувь к хранению.

### **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 торговых организаций, их видов и назначения;  
совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;  
знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

### **Достаточный уровень:**

знание способов хранения и переработки продуктов питания;  
составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;  
самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;  
самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;  
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 курса

### 5 класс (34 часа)

Наименование раздела	Кол-во часов	Краткое содержание
<i>Раздел 1. Личная гигиена и здоровье</i>	4	<p><i>Здоровый образ жизни — требование современного общества.</i></p> <p><i>Значение здоровья в жизни и деятельности человека.</i> Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.</p> <p><i>Здоровье и красота.</i> Уход за ушами, волосами, ротовой полостью и т.д.</p> <p><b>Коррекционная работа: практическая работа № 1</b></p>
<i>Раздел 2. Одежда и обувь</i>	4	<p><i>Одежда.</i> Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.</p> <p><i>Уход за одеждой.</i> Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. <i>История возникновения одежды.</i> Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.</p> <p><i>Национальная одежда. Обувь. История появления обуви.</i> Обувь в разные исторические времена.</p> <p><b>Коррекционная работа: практическая работа № 2</b></p>
<i>Раздел 3. Питание</i>	5	<p><i>Организация питания семьи.</i> Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания. <i>Виды питания.</i> Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.</p> <p><i>Праздничный стол.</i> Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные),</p>

		<p>скатерти. Этикет праздничного застолья.  <i>Блюда национальной кухни</i>  <b>Коррекционная работа: практическая работа № 3</b></p>
<p><b>Раздел 4. Я и моя будущая семья</b></p>	3	<p><i>Семейный досуг.</i> Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.  Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.  Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.  <i>Будущая семья.</i> Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Практическая работа «Состав моей семьи» (Написание фамилии, имени, отчества своих родителей, других членов семьи)  <b>Коррекционная работа: практическая работа № 4</b></p>
<p><b>Раздел 5. Культура поведения</b></p>	5	<p>Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом; правила этикета.  <b>Коррекционная работа: практическая работа № 5</b></p>
<p><b>Раздел 6. Жилище</b></p>	5	<p><i>Общее представление о доме.</i> Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.  <i>Планировка жилища.</i> Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.  <i>Уход за жилищем.</i> Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и</p>

		<p>чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.</p> <p><b>Коррекционная работа: практическая работа № 6</b></p>
<b>Раздел 7. Транспорт</b>	<b>3</b>	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p> <p><b>Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.</b></p> <p>Правила поведения в транспорте и на улице</p> <p><b>Коррекционная работа: практическая работа № 7</b></p>
<b>Раздел 8. Торговля</b>	<b>5</b>	<p>Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.</p> <p><b>Коррекционная работа: лабораторная работа № 1</b></p> <p>Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.</p> <p><b>3. Тематика практических работ</b></p> <p>Правила поведения в магазине. Оплата покупки.</p>

### Тематическое планирование

№ раздела и тем	Наименование разделов и тем	Учебные часы	Контрольные работы	Практические работы
<b>1</b>	<b>Личная гигиена и здоровье</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

1.1	Вводное занятие. Личная гигиена	1		
1.2	Наш рот и уши	1		
1.3	Наше зрение	1		
1.4	Наши волосы	1		
<b>2</b>	<b><i>Одежда и обувь</i></b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
2.1	Наша одежда и головные уборы	1		
2.2	Наша обувь	1		
2.3	Обувь из различных материалов	1		
2.4	Подготовка одежды и обуви к сезонному хранению	1		1
<b>3</b>	<b><i>Питание</i></b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
3.1	Значение продуктов питания для здоровья человека	2		
3.2	Кухонная посуда и приборы	1		
3.3	Чайная посуда	1		
3.4	Правила мытья и чистки посуды	1		1
<b>4</b>	<b><i>Я и моя будущая семья</i></b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
4.1	Дом, семья	1		
4.2	Семейные традиции	1		
4.3	Практическая работа «Состав моей семьи»	1		1
<b>5</b>	<b><i>Культура поведения</i></b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
5.1	Поведение в музее	1		

5.2	Поведение в библиотеке. Экскурсия в школьную библиотеку	1		
5.3	Поведение в кино, театре. Сюжетно-ролевая игра «Поход в кино»	2		
5.4	Поведение за столом. Упражнения по этикету.	1	1	
<b>6</b>	<b>Жилище</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
6.1	Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений)	1		
6.2	Почтовый адрес дома, школы. Практическая работа «Написание адреса школы или дома на почтовой открытке»	1		1
6.3	Гигиенические требования к жилому помещению	1		
6.4	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли. Правила подметания пола	1		
6.5	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Ежедневная уборка в моей комнате»	1		1
<b>7</b>	<b>Транспорт</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
7.1	Виды городского и пригородного транспорта. Правила передвижения на велосипеде.	1		

7.2	Правила поведения в транспорте и на улице.	1	1	
7.3	Практическое занятие. Изучение правил ПДД с помощью интерактивной компьютерной игры («Дорога в школу»)	1		1
<b>8</b>	<b>Торговля</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
8.1	Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	1		
8.2	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров	1		
8.3	Сюжетно-ролевая игра «Порядок приобретения товара в продовольственном магазине»	1		1
8.4	Сюжетно-ролевая игра «Семейный бюджет»	1		1
8.5	Повторение	1		
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>2</b>	<b>8</b>

### Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения учебного процесса

**УМК:**

1.Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2019 год.

Учебные пособия для учителя:

1. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 год.

2. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год – 247 с.

3. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994 год.

4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 год – 92 с.

5. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год.

6. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.

#### Интернет-ресурсы:

- Открытый портал образования <http://window.edu.ru/>
- Проект «Инфоурок» <http://infourok.ru>
- Портал по инклюзивному и специальному образованию детей с ограниченными возможностями здоровья г. Москва <http://edu-open.ru/>
- Равные возможности образования <http://www.znaem-mozhem.ru/>
- Электронная библиотека <http://biblioteka.ru>.

#### **Материально-техническая база:**

1. Компьютер.



2. Мультимедийный проектор (интерактивная доска).
3. Карточки с заданиями, перфокарты.
4. Раздаточный материал.
5. Дидактический материал.