

Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию Администрации Петропавловского
района Алтайского края
МБОУ «Николаевская СОШ»

РАССМОТРЕНО

Педсовет

Базеева О.Е.

Протокол №1
от «25» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Базеева О.Е.

Приказ №140-о
от «31» 08 2023 г.

Адаптированная рабочая программа
Основы социальной жизни (УО) 7 класс
на 2023 – 2024 учебный год

Составитель:
Волкова Евгения Сергеевна,
учитель истории и обществознания
первой квалификационной категории

с. Николаевка, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа создана на основе Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой – М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС.

Содержание рабочей программы соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью, целям и задачам образовательной программы, Положению о разработке рабочих программ МБОУ «Николаевская СОШ».

Для реализации данной программы использую учебник Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС

Программа «Основы социальной жизни» ориентирована:

- на развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Цель рабочей программы «Основы социальной жизни» (7 класс) – формирование знаний, умений, навыков, способствующих социальной адаптации учащихся в условиях современного общества, практическая подготовка учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на повышение уровня их общего развития.

Основные задачи реализации программы «Основы социальной жизни»:

- 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 и с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам);
- частично-поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно-практические (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно-развивающих методов;
- убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально-этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами, как «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Мир истории». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал

целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю – 2 часа, общее количество часов – 68 часа.

УМК:

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой – М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС
2. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС

Планируемые результаты освоения курса

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

Личностные результаты

- 1.Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
- 2.Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
- 3.Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся обществе.
- 4.Овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.

5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.

8. Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.

10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.

11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

13. Осознание себя гражданином России; формирование чувства гордости за свою Родину.

Предметные результаты

Предметные результаты представлены двумя уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

Раздел «Личная гигиена»

Минимальный уровень:

- иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- уметь ухаживать за кожей лица и волосами при поддержке взрослых.

Достаточный уровень:

- знать и выполнять самостоятельно правила ухода за кожей лица;
- уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей лица;
- уметь подбирать косметические средства для ухода за волосами;
- знать названия предметов, используемых для ухода за кожей лица и волосами;

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

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- иметь представление о значении опрятного вида человека;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- уметь подготавливать одежду для сезонного хранения;
- знать устройство стиральной машины;
- уметь выполнять ежедневный уход за одеждой;
- уметь пользоваться стиральной машиной;
- уметь выполнять мелкий ремонт одежды (штопка, наложение заплат).

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно-гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдение техники безопасности при ее приготовлении;
- уметь готовить кашу, запеканку под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать способы первичной и тепловой обработки круп, молока и молочных продуктов, овощей;
- знать технологию приготовления основных блюд из овощей, молочных продуктов, круп, масса (рыбы);
- уметь рассчитывать количество продуктов и определять стоимость продуктов питания для приготовления ужина;
- знать о значении ужина для здоровья человека, уметь составлять меню ужина;

- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню ужина.

Раздел «Я и моя будущая семья»

Минимальный уровень:

- знать социальные роли членов семьи;
- правильно определять и называть степень родства членов семьи.

Достаточный уровень:

- знать как играть с малышами;
- знать и выполнять свои обязанности в семье.

Раздел «Культура поведения»

Минимальный уровень:

- знать правила поведения в гостях и как вести себя, если в вашем доме гости;
- уметь приглашать гостей.

Достаточный уровень:

- знать правила дарения цветов;
- уметь делать выбор подарка.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать гигиенические требования к жилому помещению;
- уметь выполнять ежедневную уборку помещения под руководством взрослого;
- уметь пользоваться пылесосом под руководством взрослого.

Достаточный уровень:

- знать виды и последовательность проведения уборки помещения (влажной и сухой, ежедневной и генеральной);
- знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов;
- уметь подбирать инвентарь и моющие средства для соответствующего вида уборки;
- уметь выполнять последовательно определенный вид уборки помещения;
- уметь самостоятельно пользоваться пылесосом при уборке помещения.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- иметь представление о междугороднем железнодорожном транспорте;

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

Достаточный уровень:

- знать назначение и виды пригородного транспорта;

- уметь ориентироваться в расписании движения пригородного транспорта, определять зоны и направление движения транспорта;

- уметь пользоваться различными способами покупки билета.

Раздел «Торговля»

Минимальный уровень:

- иметь представление об универсаме и универсаме;

- соблюдать правила поведения в магазине.

Достаточный уровень:

- знать назначение и виды отделов универмага и универсама;

- уметь ориентироваться в ценах на товары.

Раздел «Средства связи»

Минимальный уровень:

- знать основные средства связи;

- знать виды писем;

- уметь подписывать адрес с индексом на конверте.

Достаточный уровень:

- знать виды почтовых отправлений;

- знать особенности различных видов писем;

- уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, письма, заполнять соответствующие бланки.

Раздел «Медицинская помощь»

Минимальный уровень:

- знать виды помощи;

- знать виды медицинской помощи;

- знать о назначении аптечки и ее содержимом;

- уметь измерять температуру под руководством педагога;

- уметь обрабатывать небольшую рану и ссадину под присмотром педагога.

Достаточный уровень:

- иметь представление о видах медицинской помощи, их особенностях;

- уметь пользоваться аптечкой при оказании помощи и самопомощи;

- знать состав домашней аптечки перевязочные, дезинфицирующие, термометр);
- знать правила применения и назначение медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 7 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Базовые учебные действия

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий:

Личностные учебные действия

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, свое место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения, как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользную и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

1. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
2. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

3. Обращаться за помощью и принимать помощь;
4. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
5. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
6. Доброжелательно относиться к людям, сопереживать им, конструктивно взаимодействовать с людьми;
7. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
2. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;
3. Произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
4. 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;
5. Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
6. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
7. Адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ними свою деятельность;
8. Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Познавательные учебные действия

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейшие причинно-следственные связи) на наглядном доступном вербальном материале;

3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях);

4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;

5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

Содержание курса

1. **«Личная гигиена»** - Правила ухода за кожей лица и волосами.
2. **«Одежда и обувь»** - Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат. Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей. Устройство стиральной машины.
3. **«Питание»** - Рациональное питание. Пищевая ценность продуктов. Санитарно-гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд.
4. **«Я и моя будущая семья»** - Школа семьи. Разучивание подвижных и настольных игр.
5. **«Культура поведения»** - Умение приглашать гостей. Как вести себя, если в вашем доме поселились гости. Правила поведения в гостях. Искусство делать подарки. Правила дарения цветов.
6. **«Жилище»** - Санитарная уборка квартиры в случае необходимости. Подготовка квартиры к зиме. О технике безопасности и мерах предосторожности. Правила заготовки топлива и топки печей.
7. **«Транспорт»** - международный железнодорожный транспорт. Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов. Виды вагонов. Камеры хранения.
8. **«Торговля»** - Универмаги и универсамы. Распродажа товаров по сниженным ценам. Магазины «Second hand».
9. **«Средства связи»** - Почта. Посылки и бандероли.
10. **«Медицинская помощь»** - Первая помощь при порезах и ссадинах. Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей.

Доврачебная помощь при ранениях. Как измерить температуру тела.
Лекарственные растения. Отвары, настои, настойки, чай.

Итоговое занятие

Критерии оценки

Оценка устных ответов учащихся.

Оценка «5» ставится ученику, если он;

- полностью освоил учебный материал;
- умеет изложить его своими словами;
- самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Оценка «4» ставится, если обучающийся:

- в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки;
- нуждается в дополнительных вопросах, помогающих ему уточнить ответ;
- при его изложении материала пользуется своими словами;
- подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Оценка «3» ставится, если обучающийся:

- не усвоил существенную часть учебного материала;
- допускает значительные ошибки при его изложении своими словами;
- затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами;
- слабо отвечает на дополнительные вопросы.

Оценка «2» не ставится ученику даже если он обнаруживает незнание большей части программного материала, не может воспользоваться помощью учителя, других учащихся. В подобных случаях ставится вопрос о переводе такого обучающегося на ослабленную или индивидуальную программу обучения.

Оценка письменных работ.

Отметка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Отметка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Отметка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых

ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» не ставится ученику даже если он обнаруживает незнание большей части программного материала, не может воспользоваться помощью учителя, других учащихся. В подобных случаях ставится вопрос о переводе такого обучающегося на ослабленную или индивидуальную программу обучения.

Оценивание теста учащихся производится по следующей системе:

«5» - получают учащиеся, справившиеся с работой 100 - 90 %;

«4» - ставится в том случае, если верные ответы составляют 80 % от общего количества;

«3» - соответствует работа, содержащая 50 – 70 % правильных ответов

Календарно-тематическое планирование (ОСЖ 7 класс (ОБЗ УО))

Порядок урока	Наименование раздела и темы программы Тема урока	Планируемая дата проведения урока	Фактическая дата проведения урока
1	Личная гигиена Личная гигиена подростка		
2	Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела		
3	Одежда и обувь Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат.		
4	Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат.		
5	Правила безопасной работы		
6	Выполнение ремонта в месте разрыва ткани. Пр.р.		
7	Штопка. Пр.р.		
8	Наложение заплаты. Пр.р.		
9	Что такое стирка?		
10	Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей		
11	Отбеливание		
12	Устройство стиральной машины. Что может стиральная машина		
13	Глажение		
14	Прачечная		
15	Питание О рациональном питании. Пищевая ценность продуктов		
16	Супы		
17	Санитарно-гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд		
18	Правила безопасной работы при приготовлении пищи		
19	Сладкие блюда		
20	Приготовление супов. Пр.р.		
21	Приготовление супов. Пр.р.		
22	Приготовление мясного блюда. Пр.р.		
23	Приготовление мясного блюда. Пр.р.		
24	Приготовление рыбы. Пр.р.		
25	Приготовление рыбы. Пр.р.		
26	Сервировка стола к обеду. Пр.р.		
	Я и моя будущая семья		

27	Семья за обедом		
28	Семья за обедом		
29	Игры с детьми на улице. Пр.р.		
30	Игры с детьми на улице. Пр.р.		
31	Игры с детьми дома. Пр.р.		
32	Игры с детьми дома. Пр.р.		
33	Школа семьи		
	Культура поведения		
34	Умение приглашать гостей		
35	В вашем доме поселились гости		
36	Вы собираетесь в гости		
37	Искусство делать подарки		
38	Цветы в подарок		
39	Цветы в подарок. Пр.р.		
	Жилище		
40	Уборка квартиры. Пр.р.		
41	Санитарная обработка квартиры в случае необходимости		
42	Подготовка квартиры к зиме. Пр.р.		
43	Утепление окон. Пр.р.		
44	Утепление окон. Пр.р.		
45	Чистка и мытьё оконных стёкол и зеркал. Пр.р.		
46	Чистка и мытьё оконных стёкол и зеркал. Пр.р.		
47	Уход за полом. Пр.р.		
48	Уход за мебелью. Пр.р.		
49	О технике безопасности и мерах предосторожности		
50	Чистильщик, маляр, мойщик		
51	Уборка квартиры с использованием пылесоса		
52	Правила заготовки топлива и топка печей		
	Транспорт		
53	Междугородный железнодорожный транспорт		
54	Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов. Виды вагонов. Камеры хранения		
55	Покупка ж\д билетов		
	Торговля		
56	Универмаги и универсамы. Распродажа товаров по сниженным ценам.		
57	В магазине		
58	Экскурсия в магазин. Пр.р.		

59	Экскурсия в магазин. Пр.р.		
	Средства связи		
60	Почта. Посылки и бандероли. Отправка бандероли		
61	Экскурсия на почту. Пр.р.		
62	Экскурсия на почту. Пр.р.		
	Медицинская помощь		
63	Первая помощь при порезах и ссадинах. Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей		
64	Доврачебная помощь при ранениях. Измерение температуры тела. Пр.р.		
65	Лекарственные растения. Отвары, настои, настойки, чай		
66	Приготовление витаминизирующего отвара. Пр.р.		
67	Приготовление поливитаминного настоя. Пр.р.		
	Итоговое занятие		
68	Итоговое повторение		