

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
(надомное обучение)
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). В соответствии с учебным планом школы количество часов в неделю – 0,5 часа, общее количество – 17 часов.

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. Письма 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	Одежда и обувь Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат. Правила безопасной работы		
3	Что такое стирка? Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей. Устройство стиральной машины. Что может стиральная машина		
4	Глажение		
5	Питание О рациональном питании. Пищевая ценность продуктов		
6	Супы. Санитарно-гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд		
7	Сладкие блюда		
8	Я и моя будущая семья Школа семьи		
9	Культура поведения Умение приглашать гостей. В вашем доме поселились гости		
10	Вы собираетесь в гости. Искусство делать подарки. Цветы в подарок		
11	Жилище Санитарная обработка квартиры в случае необходимости		
12	О технике безопасности и мерах предосторожности. Чистильщик, маляр, мойщик		
13	Транспорт Междугородный железнодорожный транспорт		
14	Торговля Универмаги и универсамы. Распродажа товаров по сниженным ценам.		
15	Средства связи Почта. Посылки и бандероли. Отправка бандероли		
16	Медицинская помощь Первая помощь при порезах и ссадинах. Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей. Доврачебная помощь при ранениях.		
17	Лекарственные растения. Отвары, настои, настойки, чай		