

Министерство просвещения Российской Федерации
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)

федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Неманское специальное учебно-воспитательное учреждение
закрытого типа»

СОГЛАСОВАНО

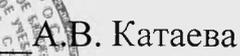
Заведующий учебной частью

 Г.С. Вольските

«23» июня 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 А.В. Катаева

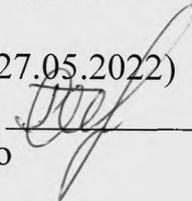
«23» июня 2022 г.



Адаптированная рабочая программа
по предмету «Основы социальной жизни»
5 «Б» класса
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальным нарушением)
учитель Банит Марина Станиславовна
2022 – 2023 учебный год

Рассмотрено на заседании МО
учителей

(протокол № 9 от 27.05.2022)

Руководитель МО 

И.С. Гайвороненко

г. Неман – 2022 г.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета
3. Содержание учебного предмета
4. Тематическое планирование учебного предмета
5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по основам социальной жизни (ОСЖ) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 5 классе в ФГБПОУ «Неманского специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа». Программа определяет минимальный объем содержания курса ОСЖ для основного общего образования и предназначена для реализации требований ФГОС второго поколения к условиям и результату образования обучающихся основной школы по ОСЖ согласно учебному плану образовательного учреждения.

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 – 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Основы социальной жизни» Гуманитарный издательский центр «Владос», 2014 год).

Основы социальной жизни направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся.

Рабочая программа разработана с учетом Программы воспитания учреждения на 2021 – 2024 года и нацелена на коррекцию поведения обучающихся, социализацию и адаптацию их в современном обществе, налаживание ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми, формирование у них системных знаний, в том числе о различных аспектах развития России и мира, гражданской идентичности в рамках преподавания учебного предмета.

Программа предмета «Основы социальной жизни» составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

-Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Федеральный закон от 31.07.2020 №304 «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

-Федеральный закон от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних"

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

- Постановление главного государственного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», зарегистрированного Министерством юстиции РФ от 18.12.2020 г. № 61573;

- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 г. № 345 (ред. От 18.05.2020) «О федеральном перечне учебников , рекомендуемых к использованию при

реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- Программа воспитания Неманского СУВУ на 2021 – 2024 год;

- Устав Неманского СУВУ.

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

Задачи:

- овладеть обучающимися 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.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является основы социальной жизни. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие че

го знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания –

ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанниками также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с

ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Сроки реализации изучения предмета «Основы социальной жизни» выделяется в 5 классе 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;
- осознание своей национальности;
- уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;
- принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;
- определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;
- сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;
- умение устанавливать личностный смысл;
- понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;
- умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;
- уважительное отношение к чужому мнению.

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;
- 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.

Личностные:

- чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Регулятивные:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

3. Содержание учебного предмета

Введение (2 часа)

1. Основные вопросы

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Работа в тетради.

3. Тематика практических работ

Беседа.

Личная гигиена (3 часа)

1. Основные вопросы

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

3. Тематика практических работ

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

Одежда и обувь (6 часов)

1. Основные вопросы

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

Тестирование.

3. Тематика практических работ

Чистка и сушка повседневной одежды, обуви.

Питание (12 часов)

1. Основные вопросы

Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

Работа с рецептами. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Сервировка стола к завтраку. Практическая работа по завариванию чая. Приготовление бутербродов. Приготовление вторых блюд.

Жилище (2 часа)

1. Основные вопросы

Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

Тестирование.

3. Тематика практических работ

Сухая и влажная уборка помещений.

Культура поведения (4 часа)

1. Основные вопросы

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.

Правила поведения за столом; правила этикета.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

Тестирование.

3. Тематика практических работ

Правила поведения за столом.

Торговля (2 часа)

1. Основные вопросы

Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Правила поведения в магазине. Оплата покупки.

Транспорт (3 часа)

1. Основные вопросы

Основные виды транспортных средств, имеющих в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

Тестирование.

3. Тематика практических работ

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

4. Тематическое планирование учебного предмета
Таблица тематического планирования по ОСЖ на 5 «Б» класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Планируемые результаты освоения материала	Используемые электронные (цифровые) ресурсы
1	Вводный урок. Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда.	1	Формирование представлений о кабинете для уроков, его оборудовании; соблюдение правил по охране труда	Лекция
2	Правила личной гигиены в течение дня	1	последовательное выполнение утреннего и вечернего туалета	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
3	Предметы и средства личной гигиены	1	знать и соблюдать правила личной гигиены	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
4	Гигиена зрения	1	знать и соблюдать правила личной гигиены	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
5	Виды одежды	1	уметь подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
6	Чистка одежды, сушка	1	знать правила ухода за одеждой и обувью, осуществлять уход за одеждой.	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
7	Виды обуви	1	уметь подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
8	Практическая работа «Одежда	1	знать правила ухода за одеждой и обувью,	https://pedsovet.su/publ/

	и обувь»		осуществлять уход за одеждой	https://infourok.ru
9	Чистка, хранение обуви	1	знать правила ухода за одеждой и обувью, осуществлять уход	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
10	Виды головных уборов	1	уметь подбирать головной убор по сезону, в зависимости от назначения	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
11	Значение питания в жизни человека	1	знать правила и уметь составлять рацион питания	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
12	Кухонные принадлежности	1	соблюдать правила техники безопасности на кухне	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
13	Уход за посудой	1	уметь выполнять правила и приемы ухода за посудой	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
14	Чайная посуда	1	уметь применять чайную посуду	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
15	Промежуточная аттестация за 1 полугодие	1	Обобщение и систематизация полученных знаний	
16	Повторный инструктаж по охране труда. Завтрак	1	соблюдать правила по охране труда; формировать навыки по приготовлению завтрака	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
17	Сервировка стола к завтраку	1	уметь сервировать стол к завтраку	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

18	Нарезка хлеба, овощей	1	развить практические умения по нарезке хлеба, овощей	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
19	Приготовление бутербродов	1	формировать умения и навыки по приготовлению бутербродов	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
20	Приготовление бутербродов	1	формировать умения и навыки по приготовлению бутербродов	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
21	Приготовление салата	1	развить практические умения обработки овощей, приготовления салатов	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
22	Приготовление салата	1	развить практические умения обработки овощей, приготовления салатов	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
23	Виды транспортных средств	1	уметь ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
24	Поведение в транспорте	1	уметь правильно вести себя в общественном транспорте	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
25	Правила дорожного движения	1	соблюдать правила дорожного движения	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
26	Виды жилых помещений	1	знать виды жилых помещений; соблюдать порядок в жилом помещении	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

27	Почтовый адрес дома, школы	1	уметь заполнять почтовый конверт	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
28	Поведение в музее, библиотеке	1	уметь правильно вести себя в учреждениях культуры	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
29	Поведение в кино, театре	1	уметь правильно вести себя в учреждениях культуры	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
30	Поведение за столом	1	уметь правильно вести себя за столом	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
31	Промежуточная аттестация за учебный год	1	Обобщение и систематизация полученных знаний	Тест
32	Основные виды магазинов. Отделы. Анализ промежуточной аттестации.	1	уметь ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск)	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
33	Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара	1	уметь правильно вести себя в учреждениях, уметь осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
34	Итоговый урок	1		

5. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Печатные пособия:

- комплект наглядных материалов для организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы;
- комплект предметных, сюжетных картин, серий сюжетных картин.
- демонстрационные таблицы «Правила дорожного движения»;
- предметные картинки: «Части тела», «Личная гигиена», «Транспорт», «Семья», «Жилища», «ПДД», «Одежда», «Обувь».

Учебно - практическое оборудование:

- игровой материал для сюжетных дидактических игр;
- натуральные объекты к изучаемым темам.

Учебно-методическая литература:

Материалы для учителя:

Воронкова В.В. учащиеся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2016. – 247 с. – (Коррекционная педагогика).

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью _____

Директор Немавского СУВУ _____ страниц.

А.В. Катаева

