

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет образования и науки г. Барнаула Алтайского края
МБОУ «СОШ № 110»

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Протокол №1 от
«22» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Галиев М.С.
Приказ № 270/1-осн
от «22» августа 2024 г.



Адаптированная рабочая программа

(РАС 8.3.)

Учебного предмета «Основы социальной жизни»

Для 5 класса

на 2024 -2025 учебный год

Барнаул, 2024

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету « Основы социальной жизни» 5 класс

для обучающегося на дому с умственной отсталостью со специфическими особенностями РАС.

Целью данной программы является развитие социальной компетентности у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и подготовка их к самостоятельной жизни в социуме.

Основные задачи:

- формирование у воспитанников специальной (коррекционной) школы-интерната знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

Предмет ОСЖ изучается с 5 по 9 классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Изучаемый предмет имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях по ОСЖ знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Только

комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

Занятия по ОСЖ проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Результаты освоения учебного предмета

I. Планируемые предметные результаты изучения курса.

Обучающийся научится Минимальный уровень	Обучающийся получит возможность научиться Достаточный 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 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;

<p>знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;</p> <p>знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;</p> <p>знание названий торговых организаций, их видов и назначения;</p> <p>совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;</p> <p>знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях</p>	<p>некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.).</p>
---	--

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

3. Содержание учебного предмета.

№ раздела	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Личная гигиена	<p>Личная гигиена: правила и приемы, значение.</p> <p>Содержание в чистоте и порядке личных вещей.</p> <p>Гигиена зрения: значение, правила ухода.</p> <p>Влияние курения и алкоголя на детский организм.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Уход за кожей рук.</p> <p>Стирка носового платка.</p> <p>Организация рабочего места (установка настольной лампы).</p>	6

2	Одежда и обувь	<p>Одежда и обувь: их виды и назначение. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Практическая работа:</p> <p>Чистка обуви.</p>	2
3	Питание	<p>Значение питания в жизни человека.</p> <p>Место приготовления пищи и его оборудование.</p> <p>Приготовление пищи не требующей тепловой обработки.</p> <p>Уход за посудой: правила и приемы.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Чтение рецептов блюд.</p> <p>Соблюдение ТБ при использовании режущих предметов.</p> <p>Приготовление винегрета.</p> <p>Мытье посуды.</p> <p>Сервировка стола.</p>	7
4	Семья	<p>Семья, родственные отношения в семье.</p> <p>Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.</p> <p>Практическая работа:</p>	2
		Составление родового древа.	
5	Культура поведения	<p>Значение осанки для здоровья человека. Формы исправления осанки.</p> <p>Правила поведения за столом.</p>	4
6	Жилище	<p>Виды жилых помещений в городе и селе. Жилье собственное и государственное.</p> <p>Виды квартир. Виды отопления в городе и селе.</p> <p>Почтовый адрес дома.</p> <p>Практическая работа:</p>	4

		Заполнение почтового конверта.	
7	Транспорт	<p>Виды транспортных средств. Дорога в школу.</p> <p>Поведение в транспорте и на улице.</p> <p>Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Составление маршрута от дома до школы.</p> <p>Изготовление знака «Пешеходный переход».</p>	3
8	Торговля	<p>Виды торговых предприятий. Их значение.</p> <p>Продуктовые магазины и их отделы.</p> <p>Специализированные продуктовые магазины.</p> <p>Товары: виды, порядок приобретения, хранение и стоимость.</p> <p>Практическая работа:</p> <p>Пр. р. Приобретение товара.</p>	6
Итого:			34

3. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ раздела	Название раздела	Основные виды учебной деятельности
1	Личная гигиена	<p>Ознакомление с кабинетом «Основы социальной жизни», зонами в кабинете и их назначением. Слушание рассказа учителя о правилах ухода за личными вещами. Рассказ учащихся о самостоятельном пользовании личными вещами. Слушание рассказа о правилах ухода за глазами. Участие в беседе по темам уроков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Работа с дидактическими материалами.</p>

		<p>Просмотр видеороликов на тему «Влияние курения и алкоголя на детский организм».</p> <p>Практическая работа «Уход за кожей рук».</p> <p>Практическая работа «Стирка носового платка».</p> <p>Практическая работа «Установка настольной лампы».</p> <p>Участие в беседе о ходе выполнении практических работ.</p> <p>Анализ выполнения практических работ.</p>
2	Одежда и обувь	<p>Слушание рассказа учителя о видах одежды, обуви ее назначении, правилах ухода за одеждой. Участие в беседе об уходе за личной одеждой, обуви правилах ее ношения. Ответы на вопросы учителя.</p> <p>Выполнение записей в рабочей тетради. Работа с дидактическим материалом</p> <p>(рассматривание картинок с изображением различных видов одежды; обуви, соотнесение видов одежды, обуви и</p>

		<p>времени года, посещаемого мероприятия; порядке ежедневного ухода за одеждой). Просмотр презентации. Практическая работа «Чистка обуви». Участие в беседе о ходе выполнении практической работы. Анализ выполнения практической работы.</p>
3	Питание	<p>Слушание рассказа учителя о значении питания в жизни человека. Работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением различных продуктов питания).</p> <p>Слушание рассказа учителя о месте приготовления пищи, используемых при этом оборудования и посуды, правилах ухода за ней.</p> <p>Выполнение записей в рабочей тетради.</p> <p>Участие в беседе о месте приготовления пищи.</p> <p>Ответы на вопросы учителя.</p> <p>Выполнение записей в рабочей тетради. Инструктаж «Соблюдение ТБ при использовании режущих предметов».</p>

		<p>Практическая работа «Чтение рецептов блюд».</p> <p>Практическая работа Приготовление винегрета.</p> <p>Практическая работа Мытье посуды.</p> <p>Практическая работа Сервировка стола.</p> <p>Участие в беседе о ходе выполнении практических работ.</p> <p>Анализ выполнения практических работ.</p>
4	Семья	<p>Слушание рассказа учителя о семье, взаимоотношениях членов семьи между собой, определении степени родства членов семьи.</p> <p>Участие в беседе сложившихся семейных отношениях. Рассказ учащихся о членах своей семьи (называние ФИО, дня рождения месте работы). Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Работа с дидактическим материалом. Практическая работа «Составление родового древа».</p>
5	Культура поведения	<p>Слушание рассказа учителя о значении осанки для здоровья человека. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Работа с дидактическим материалом.</p> <p>Разучивание упражнений для формирования правильной осанки.</p>
6	Жилище	<p>Слушание рассказа учителя о видах и типах жилых и подсобных помещениях. Участие в беседе о жилищных условиях учащихся.</p> <p>Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом (картинки с изображением зданий.Слушание рассказа учителя о правильном названии и написании почтового адреса в соответствии с требованиями. Называние собственного домашнего адреса. Ответы на вопросы учителя.</p> <p>Практическая работа «Заполнение почтового конверта».</p>

		<p>Участие в беседе о ходе выполнении практических работ.</p> <p>Анализ выполнения практических работ.</p>
7	Транспорт	<p>Слушание рассказа учителя о видах городского транспорта, его назначении, правилах пользования; исторические сведения о возникновении и использовании транспорта, знаках дорожного движения.</p> <p>Участие в беседе об опыте пользования городским</p>
		<p>общественным транспортом, правилах поведения в транспорте.</p> <p>Ответы на вопросы учителя.</p> <p>Выполнение записей в рабочей тетради.</p> <p>Работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением различных видов общественного транспорта).</p> <p>Просмотр презентаций.</p> <p>Практическая работа «Составление маршрута от дома до школы».</p> <p>Практическая работа «Изготовление знака «Пешеходный переход».</p> <p>Участие в беседе о ходе выполнении практических работ.</p> <p>Анализ выполнения практических работ.</p>
8	Торговля	<p>Слушание рассказа учителя о видах торговых предприятий, продуктовых магазинах. Участие в беседе о порядке приобретения товара. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Работа с дидактическим материалом. Разыгрывание сюжетных ситуаций.</p>

Используемая литература:

1.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова

«Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида».

Владос, Москва, 2010г.

2.А.А. Хилько, М.Е. Ермащенко

«Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида».

Просвещение, 2012г.

3. В.В. Воронкова, С.А. Казакова

«Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII

Владос, Москва, 2013г.

4. С. А. Васильева, В.И. Мирясова

«Тематический словарь в картинках. Мир человека. Посуда. Продукты питания».

5.Социально-бытовая ориентировка. 5 класса: учеб. пособие для спец. (коррекц.) образоват. учреждений . VIII вида / авт.-сост. В.Субчева. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014.

Техническая база:

1.Технические средства обучения (компьютер, принтер, сканер, телевизор, DVD, музыкальный центр)

2. Печатные пособия (наглядные средства – таблицы).

3. Раздаточный материал для практических и контрольных работ.