МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерства образования и науки Республики Башкортостан

МКУ Отдел образования администрации МР Кигинский район РБ

МОБУ СОШ с.Еланлино МР Кигинский район РБ

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель ШМО учитель начальных классов _Шаихова Л.Н. Протокол №5 от «31» 05 2023 г.	Заместитель директора по УВР МОБУ СОШ с.Еланлино МР Кигинский район РБ Шарафутдинова Г.Л.	Директор МОБУ СОШ с.Еланлино МР Кигинский район РБ Шаихова Р.Р. Приказ №229 от «01» 09 2023 г.

РАБОЧЯЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

(обучение на дому)

5 класс

с.Еланлино 2023 год

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для обучающихся 5 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014г.;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение,2017;
- АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) БОУ «Саланчикская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ОВЗ» Минобразования Чувашии;
- Учебный план БОУ «Саланчикская ОШИ для обучающихся с ОВЗ» Минобразования Чувашии.

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членовсемьи.

Программа «Основы социальной жизни» ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасностижизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненныхситуациях;
- 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 семейныхотношений.

Цель программы «Основы социальной жизни» - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

Основные задачи реализации программы «Основы социальной жизни»:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневнойжизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнегохозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимыхумений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальнойнаправленности;
- усвоение морально – этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе и использованием деловыхбумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойствличности.

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентированана:

-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.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально-бытовые компетентности:

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.

2. «Охрана здоровья - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашнихусловиях.

3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральныемашины).

4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральнаямашина).

5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовленияпищи.

6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугороднимтранспортом.

7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет услугами, телеграфной ит.д.

8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.

9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членовсемьи.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих класса.

Прежде чем определить содержание программы 5-го класса составили сводную таблицу с количеством часов по каждой теме с 5-го по 9-й классы с указанием теории, практики и количеством часов резерва, который будет заполняться на усмотрение учителя. С этими материалами можно ознакомиться в *приложении №1* к данной программе.

В *приложении № 2* показано распределение количества часов на каждую тему по годам обучения с 5 по 9 класс. В *приложении № 3* представлено примерное содержание уроков «Основы социальной жизни» в 5 классе.

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 методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);

-система специальных коррекционно – развивающих методов;

-методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

-методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);

-методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

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 в 5 классе – 1 час, общее количество часов – 34 ч.

Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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 мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневнойжизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социальноговзаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальныхролей.

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

8. Развитие навыков сотрудничества со 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 самостоятельнойжизни.

Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

Раздел «Введение»

Минимальный уровень:

-знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;

-находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;

-знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

Достаточный уровень:

-знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;

-соблюдать правила техники безопасности в кабинете;

-соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

-знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;

-знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

Достаточный уровень:

-уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определеннойпоследовательности;

-знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;

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

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

-выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе-интернате.

Достаточный уровень:

-знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;

-знать названия лекарственных растений, узнавать их;

-уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;

-уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

-знать типы жилых помещений;
-знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

-знать отдельные виды одежды и обуви;
-выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
-соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

-подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
-различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
-уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

-знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочныеизделия,яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
-знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
-иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
-уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

Достаточный уровень:

-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
-знать и соблюдать режим питания;
-знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовленияпищи;
-знать о значении завтрака для здоровья человека;
-знать и уметь составлять меню завтрака;
-знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
-знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;
-знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;
-уметь готовить блюда из яиц;
-знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
-уметь заваривать чай, варить кофе;
-уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

-знать название транспортных средств;
-соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
-уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

-знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
-знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
-уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
-знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

Раздел «Средства связи

Минимальный уровень:

-название основных средств связи.
Достаточный уровень:
-знать назначение основных средств связи.

Раздел «Семья»
Минимальный уровень:
-знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
-правильно и определять и называть степень родства членов семьи.
Достаточный уровень:
- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
-уметь определять степень родства членов семьи;
-знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 5 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

«Диагностика»
Выявление знаний и умений учащихся. Проверка знаний осуществляется по разделу «Личная гигиена», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Транспорт»,«Питание».

«Введение»
Вводное занятие.

«Личная гигиена и здоровье»
Утренний и вечерний туалет. Личные вещи. Правила содержания личных вещей. Практическая работа «Выполнение утреннего и вечернего туалета».

«Охрана здоровья»
Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Лекарственные растения. Практическая работа «Заваривание травяного чая».

«Жилище»
Типы и виды жилых помещений. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Планировка помещения, типы жилых комнат.
Практическая работа: «Написание адреса на конверте».

«Одежда и обувь»
Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Виды одежды. Головные уборы и их назначение. Виды обуви. Практическая работа «Ежедневный уход за одеждой».

«Питание»
Продукты питания. Значение питания в жизни человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы. Приготовление завтрака. Меню завтрака. Хлеб и хлебобулочные изделия. Яйца, блюда из яиц. Чай, кофе, фруктовые напитки.
Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе», «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет», «Заваривание чая, варка кофе».

«Транспорт»
Городской общественный транспорт. Маршрут движения, стоимость проезда до школы, дома. Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда.
Практическая работа «Поездка в общественном транспорте»

«Средства связи»
Основные средства связи.

«Семья»
Семья. Личные взаимоотношения в семье. Состав семьи, родственные отношения.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
5 класс

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Диагностика знаний и умений	2
2.	Введение	1
3.	Личная гигиена и здоровье	3
4.	Охрана здоровья	3
5.	Жилище	5
6.	Одежда и обувь	5
7.	Питание	9
8.	Транспорт	3
9.	Средства связи	1
10.	Семья	2
Всего		34

1. .

Для реализации программного содержания используются следующие учебные пособия:

Учебная литература

1. Львова С.А., Справочник выпускника. – М., ВЛАДОС,2009
2. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС,2013
3. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
4. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС,2013

Научно – методическая литература

1. Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС,2006
2. Львова С.А., Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. – М., ВЛАДОС,2005
3. Стариченко Т.Н. Формирование экономико-бытовых знаний и умений у старшеклассников вспомогательной школы. Учебно-методическое пособие для студентов педвузов и учителей вспомогательных школ. – Екатеринбург, 1996
4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС,2012

Календарно- тематическое планирование 5 класс

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема урока	Примечание
1	07.09		Вводное занятие.	
2	14.09		Диагностика знаний и умений учащихся.	
3	21.09		Утренний и вечерний туалет.	
4	28.09		Личные вещи. Правила содержания личных вещей.	
5	05.10		Практическая работа «Выполнений утреннего и вечернего туалета».	
6	12.10		Профилактика простудных и вирусных заболеваний.	
7	19.10		Лекарственные растения.	
8	26.10		Практическая работа «Заваривание травяного чая».	
9	09.11		Типы и виды жилых помещений.	
10	16.11		Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	
11	23.11		Домашний почтовый адрес.	
12	30.11		Практическая работа: «Написание адреса на конверте».	
13	07.12		Планировка помещения, типы жилых комнат.	
14	14.12		Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	
15	21.12		Виды одежды.	
16	28.12		Головные уборы и их назначение.	
17	11.01		Виды обуви.	
18	18.01		Практическая работа “Ежедневный уход за одеждой”.	
19	25.01		Продукты питания. Значение питания в жизни человека.	
20	01.02		Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы.	
21	08.02		Приготовление завтрака. Меню завтрака.	
22	15.02		Хлеб и хлебобулочные изделия.	
23	22.02		Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе».	
24	29.02		Яйца, блюда из яиц.	
25	07.03		Практическая работа «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет».	
26	14.03		Чай, кофе, фруктовые напитки.	

27	21.03		Практическая работа_«Заваривания чая, варка кофе»	
28	04.04		Городской общественный транспорт. Маршрут движения.	
29	11.04		Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда.	
30	18.04		Практическая работа «Поездка в общественном транспорте»	
31	25.04		Основные средства связи.	
32	02.05		Семья. Личные взаимоотношения в семье.	
33	09.05		Состав семьи, родственные отношения.	
34	16.05		Диагностика знаний и умений учащихся.	
35	23.05		Повторение пройденного.	