

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2» города Велижа Смоленской области

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора по
УР

УТВЕРЖДЕНО

директором школы

Протокол №1
от «28» августа 2023 г.

Нахаева М.И.
Протокол №1
от «28» августа 2023 г.

Кириллова Т.И.
Приказ №175-0
от «28» августа 2023 г.

**АДАптированная программа
по основам социальной жизни**

для обучающихся 8б класса

с интеллектуальными нарушениями

(умственная отсталость)

на 2023-2024 учебный год

Количество часов – 68 часов

Уровень – основная школа (общеобразовательный)

Составитель: С.Н. Сергеева

Велиж
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основании:

1. Федерального закона РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Закона РФ «О социальной защите инвалидов в РФ» от 24.11. 1995 № 181-ФЗ
3. Типового положения о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии, утвержденное Постановлением Правительства РФ № 48 от 12.03.97
4. Письма Министерства образования РФ от 09.04.1999 № 27/511-6 «О психолого- педагогической и социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья в системе образования»,
5. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
6. Учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №2» города Велиж Смоленской области
7. Рабочая программа составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы. Москва, 2023 год под редакцией Воронковой.

Программа составлена с учетом особых образовательных потребностей и индивидуального развития обучающегося. Коррекционные занятия по предмету «Основы социальной жизни» направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития обучающихся.

Цели адаптированной образовательной программы

Преподавание обществоведческого курса для детей, занимающихся по адаптированным образовательным программам, носит характер морально-этической и политико-правовой пропедевтики. Учебный предмет дает и закрепляет лишь основы знаний в этих областях, уделяя преобладающее внимание практикоориентированной составляющей содержания. Несмотря на то, что содержание предмета носит элементарный характер, оно сохраняет структурную целостность, присущую данным областям обществоведческих знаний. Предмет призван способствовать возможно большей самореализации личностного потенциала детей с ОВЗ. Цель данного учебного предмета – создание условий для социальной адаптации учащихся путем повышения их правовой и этической грамотности, создающей основу для безболезненной интеграции в современное общество ребенка через знание своих гражданских обязанностей и умение пользоваться своими правами. Формирование интереса и положительной мотивации учащихся к изучению предметов гуманитарного цикла, а также способствовать реализации возможностей и интересов учащихся.

Основными задачами является

- овладение учащейся 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.

Место курса в базовом учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» изучается в 8 классе из расчета 2 часа в неделю. Итого: 68 часов в год.

Планируемые результаты ОСВОЕНИЯ учебного предмета

Основными объектами проверки являются знания и умения:

Личностные результаты:

1. Сформированность ценностного отношения к русскому языку как государственному, ценностного отношения к государственной символике в прошлом и современности;
2. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
3. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
4. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Минимальный уровень	
научатся:	узнают:

Введение	
Содержание и значение предмета.	Соблюдение правил ТБ.
Транспорт	
Оплачивать проезд, самостоятельно следовать из дома в школу по ранее намеченному маршруту.	Основные виды городского пассажирского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в транспорте.
Личная гигиена и здоровье	
Выполнять утренний и вечерний туалет под присмотром взрослых. Организовывать свое рабочее место.	Порядок выполнения утреннего и вечернего туалета, наименование основных предметов и средств личной гигиены. Правила просмотра телепередач и чтения.
Одежда и обувь	
Выбирать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от сезона, ухаживать и хранить их.	Виды одежды, обуви, головных уборов, способы их ношения и ухода.
Питание	
Приготовить бутерброды, чай, использовать оборудование кухни для их приготовления.	Основные продукты питания, правила приготовления бутербродов, напитков, основное оборудование и предметы для приготовления пищи.
Жилище	
Пользоваться коммунальными удобствами, называть свой домашний адрес.	Общее представление о доме, коммунальных удобствах в городе, свой домашний адрес.
Семья	
Называть фамилии, имена ближайших родственников и их место работы	Состав семьи, ближайших родственников, место работы родителей.

Предметные результаты:

<i>Достаточный уровень</i>	
Введение	
Умеют:	Знают:
Правильно вести себя в кабинете СБО. Соблюдать правила ТБ и санитарно-гигиенических норм	Назначение кабинета СБО и правила поведения в нем.
Транспорт	
Выбирать рациональный маршрут проезда из дома в разные точки города, оплачивать проезд	Виды городского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в транспорте
Личная гигиена и здоровье	
Самостоятельно выполнять утренний и вечерний туалет, ухаживать за предметами личной гигиены. Организовывать чтение, просмотр телепередач и работу с компьютером.	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета, предметы и средства личной гигиены. Правила бережного отношения к зрению
Одежда и обувь	
Выбирать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от сезона, по назначению, самостоятельно ухаживать и правильно хранить их.	Виды, роль одежды, обуви и головных уборов для человека, правила ухода и хр.
Питание	
Отличать полезные и вредные продукты, готовить простейшие блюда на основе молока, бутерброды, напитки. Мыть посуду.	Организацию питания семьи, режим питания, место для приготовления пищи и его оборудование, полезные и вредные продукты, блюда, приготовляемые на основе

	молока, виды напитков.
Жилище	
Писать почтовый адрес, пользоваться общими и индивидуальными коммунальными удобствами.	Типы жилых помещений, коммунальные удобства, домашний почтовый адрес.
Семья	
Составлять родословную, распределять обязанности членов семьи.	Свою родословную, место работы членов семьи, распределение обязанностей в семье.

Базовые учебные действия формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Личностные учебные действия

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Регулятивные учебные действия

- входить и выходить из учебного помещения со звонком, ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спорт. инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- 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.

Познавательные учебные действия

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Личная гигиена и здоровье (6 часов).

Значение косметики. Правила и приёмы ухода за кожей лица. Значение здоровья и способы его сбережения.

2. Питание (14 часов).

Виды теста: дрожжевое и пресное. Блины. Приготовление изделий из теста. Консервирование овощей и фруктов. Стерилизация. Правила переработки. Запись рецептов. Составление меню на день.

3. Жилище (4 часа).

Уборка кухни, сан. узла и ванны. Моющие средства в быту. Цветоводство и садоводство. Цветковые растения в быту.

4. Одежда и обувь (8 часов).

Одежда из шерстяных и синтетических тканей. Особенности ухода. Порядок глажения рубашек. Символы на ярлыках. Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Экскурсия.

5. Семья (6 часов).

Уход за грудным ребенком. Кормление. Купание. Гигиена новорожденного. Одевание, пеленание. Виды семейного досуга. Правильная организация досуга. Любимые занятия в свободное время. Прогулки, экскурсии.

6. Культура поведения (4 часа).

Культура общения юноши и девушки. Знакомство, дружба. Внешний вид молодых людей. Косметические средства.

7. Охрана здоровья (4 часа).

ПМП при несчастном случае (обморожение, отравление, солнечный удар). ПМП утопающему. Помощь на льду. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Укрепление здоровья.

8. Экономика домашнего хозяйства (4 часа).

Основные статьи расходов. Правила учета расходов. Сбережения. Виды хранения сбережений. Экскурсия в банк. Содержание жилища. Расчёт стоимости израсходованной электроэнергии. Расходы на питание. Крупные покупки. Экскурсия. Планирование расходов на месяц. Обязательные расходы.

9. Средства связи (4 часа)

. Виды телефонной связи. Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

10. Торговля (4 часа).

Специализированные магазины. Правила возврата или обмена купленного товара. Ассортимент товаров, выбор покупки. Расчет стоимости.

11. Транспорт (4 часа).

Междугородний автотранспорт. Маршруты. Стоимость проезда. Расписание. Порядок приобретения билетов..

12. Учреждения и организации (2 часа).

Департамент, муниципалитет. Их назначение.

Критерии выставления итоговых оценок могут быть следующими:

- **оценка «отлично» «5»** – учащийся освоил минимальный теоретический материал курса, применяет его при решении конкретных заданий;
- **оценка «хорошо» «4»** - учащийся может выполнять индивидуальную работу, самостоятельную работу, но с недочётами. То есть, оценка «хорошо» - это оценка за усердие и прилежание, которые привели к положительным результатам, свидетельствующим о возрастании общих умений;
- **оценка «удовлетворительно» «3»** - учащийся усвоил простые идеи и методы курса, что позволяет ему решать задания по данному курсу хорошо, в пределах школьной программы.
- **оценки «неудовлетворительно» «2»** - считаю, не следует ставить по той простой причине, что это вызовет потерю интереса к предмету.

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	УУД	Вид контрольных измерений	дата
Раздел 1 Личная гигиена -6 ч						
1	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики.	2	Значение косметики. Косметические средства.	узнают: значение косметики для девушки и юноши. узнают правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею. научатся: правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.	Устный опрос	
2	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	2	Здоровье.	узнают: значение здоровья для жизни и деятельности человека.	Устный опрос	
3	Упражнения в протирании кожи лица. Использование масок из фруктов и овощей.	2	Кожа лица. Маски из фруктов.	научатся: использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; в меру пользоваться косметикой. научатся: пользоваться масками из фруктов и овощей.	Практическая работа.	
Раздел 2 Одежда и обувь 8 ч.						
4	Особенности ухода за одеждой.	2	Особенности ухода за одеждой.	узнают : особенности ухода за одеждой.	Устный опрос	
5	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	2	Уход за шерстяными и синтетическими тканями.	узнают : правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей. научатся: стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей.	Практикум.	
6	Правила и приемы глажения.	2	Правила и приемы глажения.	узнают: правила и приемы глажения. научатся: гладить блузки, рубашки, платья.	Устный опрос	
7	Правила безопасности в использовании стирального порошка.	2	Правила безопасности в использовании стирального порошка.	узнают: правила безопасности в использовании стирального порошка. научатся: пользоваться порошком.	Практикум.	
Раздел 3 Питание 14 ч.						

8	Виды теста: дрожжевое, пресное.	2	Виды теста.	узнают: виды теста.	Устный опрос	
9	Заготовка продуктов.	4	Заготовка продуктов.	узнают: способы заготовки продуктов. научаться: заготовить ягоды без тепловой обработки.	Практикум.	
10	Запись рецептов.	2	Запись рецептов.	узнают: запись рецептов.	Устный опрос	
11	Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов.	2	Чтение рецептов.	узнают: подбор продуктов. Уметь: читать рецепты.	Практикум.	
12	Запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	2	Запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	узнают : запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	Устный опрос	
13	Приготовление овощного салата.	2	Приготовление овощного салата.	Уметь: приготовить овощной салат.	Практикум.	
14	Нарезка зелени и фруктов для сушки.	2	Нарезка зелени и фруктов для сушки.	Уметь: нарезать зелень и фрукты для сушки.	Практикум.	
<i>Раздел 4 Семья 6 ч.</i>						
15	Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком.	2	Грудной ребенок. Уход за грудным ребенком.	узнают правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормление ребенка из соски и с ложечки, купания. Уметь: кормить куклу из соски и с ложечки.	Устный опрос	
16	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Мытье детской посуды, игрушек.	2	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	узнают: санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек. Уметь: содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.	Практикум.	
17	Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.	2	Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.	узнают: правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка. Уметь: купать, одевать, пеленать куклу.	Практикум.	
<i>Раздел 5 Культура поведения 4ч.</i>						
18	Культура общения юноши и девушки.	2	Культура общения юноши и девушки.	узнают: правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах. Уметь: культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.	Устный опрос	
19	Внешний вид молодых людей.	2	Внешний вид молодых людей.	узнают: требования к внешнему виду молодых людей. Уметь: выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой	Устный опрос	

				возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.		
<i>Раздел 6 Жилище 4ч.</i>						
20	Уборка кухни, санузла, ванны. Чистка раковин	2	Уборка кухни, санузла, ванны.	узнают : чистить раковины: правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны, чистить раковины . Уметь : убирать кухню, санузел, ванну.	Практикум.	
21,	Моющие средства	2	Моющие средства	узнают : моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла. Уметь : пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны.	Устный опрос	
<i>Раздел 7 Транспорт 6 ч.</i>						
22	Междугородний автотранспорт, автовокзал.	2	Междугородний автотранспорт, автовокзал.	Узнают :междугородний автотранспорт, автовокзал.	Устный опрос	
23	Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.	2	Автобусные маршруты, расписание движения автобусов.	узнают основные автобусные маршруты. Уметь : пользоваться расписанием; обращаться за справкой.	Устный опрос	
24	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	2	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	узнают : стоимость проезда до пункта назначения. Уметь : определять стоимость проезда.	Устный опрос	
<i>Раздел 8 Торговля 4 ч.</i>						
25	Рынки и их виды.	2	Рынки и их виды.	узнают : рынок, его виды. Уметь :	Устный опрос	
26	Различия рынка от магазина.	2	Различия рынка от магазина.	узнают : основные отличия его от магазина. Уметь :	Устный опрос	
<i>Раздел 9 Средства связи 4 ч.</i>						
27	Виды телефонной связи. Культура разговора по телефону	2	Телефонная связь.	узнают : виды телефонной связи; периодичность оплаты телефона.	Устный опрос	
28	Правила пользования телефонным справочником. Вызов аварийных служб	2	Телефонный справочник.	узнают : правила пользования ими, телефонным справочником. Уметь : пользоваться телефонным справочником.	Практикум.	
<i>Раздел 10 Медицинская помощь 4 ч.</i>						
29	Первая помощь при несчастном случае. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	2	Первая помощь при несчастном случае.	узнают : пмп при несчастном случае. Уметь : оказать первую помощь при ожоге, обморожении.	Практикум.	

30	<i>Итоговая промежуточная аттестация</i> Тестовая работа.	2				
31	Первая помощь утопающему.	2	Первая помощь утопающему.	Знать: приемы оказания помощи спасенному из водоема.	Практикум.	

				Уметь: оказать первую помощь утопающему.		
<i>Раздел 11 Учреждения, организации и предприятия 2 ч.</i>						
32	Департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, милиция, их назначение.	2	Департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, полиция (милиция).	узнают: Куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи. адресат местной префектуры; отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи. Уметь: обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.	Устный опрос	
<i>Раздел 12 Экономика домашнего хозяйства 6 ч.</i>						
33	Бюджет семьи.	2	Бюджет семьи.	узнают: составные части бюджета семьи и их размер; основные статьи расходов в семье; стоимость крупных покупок; правила экономии. Уметь: посчитать бюджет семьи; составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.	Устный опрос	
34	Сбережение. Заключительный урок.	2	Сбережение.	узнают: виды и цели сбережений; соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.	Устный опрос	

