

Министерство Просвещения Российской Федерации
Министерство образования Забайкальского края
Комитет образования Администрации муниципального района «Шилкинский район»

МОУ Шилкинская СОШ № 2

«Согласовано»

Руководитель МО

_____/_____/

ФИО

Протокол № 1

от «31» августа 2023 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

_____/Е.В. Комогорцева /

ФИО

Протокол № 1 от «31» августа

2023 г.

«Утверждаю»

Директор

_____/И.В. Щеренко /

ФИО

Приказ № 146

от «01» сентября 2023 г.

Адаптированная рабочая программа
для обучающегося с умственной отсталостью (вариант I)
5 класс
Основы социальной жизни

Автор / Разработчик
Покоева Валентина Михайловна

Шилка 2023 г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа курса «Основы социальной жизни» для ученика 5 класса Гришина Леонида составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 24 ноября 2022 года № 1026), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1,

Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ

Приказа Минобрнауки России от 21.09.2022 N 858 "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию общеобразовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации "

Положения «О структуре и порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов по ФГОС второго поколения.

АООП УО МОУ Шилкинской СОШ № 2

Положения о Рабочей программе МОУ Шилкинской СОШ № 2

Учебного плана МОУ Шилкинской СОШ № 2

Индивидуального учебного плана МОУ Шилкинской СОШ № 2 Гришина Леонида.

Место курса в учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами. На изучение предмета «Основы социальной жизни» по учебному плану АООП в 5 классе отводится 68 ч в год, 2 часа в неделю, (1ч – очно, 1 ч – заочно). Для реализации программного содержания используется учебник для 5 класса » Основы социальной жизни» Москва «Просвещение» 2023г , Комарова С. Е.,Александрова Е.Л.

Общая характеристика учебного предмета

Основная цель предмета «Основы социальной жизни» заключается в практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Для обеспечения целенаправленного личностного развития обучающихся, подготовки их к самостоятельной жизни, программа предполагает интегрированный подход к формированию личностных качеств, комплексную поддержку обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, реализуемые с учетом их возрастных и специфических особенностей и возможностей

Содержание учебного предмета

Забота о себе

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.

Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

Проект «Важные правила здорового человека».

Домоводство

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Национальные виды кухонной посуды. История возникновения и развития кухонной утвари.

Кухонное белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.

Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены.

Столовые приборы: назначение, правила ухода.

Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.

Кухонная мебель: названия, назначение. Кухонная мебель. Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

Магазины по продаже различных видов одежды.

Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.

Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Проект «Важные правила аккуратного человека».

О вкусной и здоровой пище

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека.

Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтрак. Бутерброды. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Завтрак. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья).

Напитки для завтрака. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Овощные салаты: виды, способы приготовления.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины.

Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).

Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Мир полезных устройств и машин

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Зачем нужны средства связи.

Проект «Мои средства связи».

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Семейные традиции.

Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.

Проект «Моя семья»

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета:

- 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;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Тематическое планирование.

№ п/п	Тема урока	Кол-во уроков	Форма обучения
Забота о себе			
1-2	Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда.	2	Очно Заочно
3-4	Забота о себе	2	Очно Заочно
5-6	Учёба, любимое занятие.	2	Очно Заочно
7-8	Утренняя гимнастика.	2	Очно Заочно

9-10	Музыка для утренней зарядки.	2	Очно Заочно
11-12	Закаливание.	2	Очно Заочно
13-14	Забота о руках.	2	Очно Заочно
15-16	Забота о ногах.	2	Очно Заочно
17-18	Забота о глазах.	2	Очно Заочно
19-20	Проект «Важные правила здорового человека».	2	Очно Заочно
Домоводство			
21-22	Каким бывает дом.	2	Очно Заочно
23-24	Порядок в доме.	2	Очно Заочно
25-26	Комнатные растения.	2	Очно Заочно
27-28	По одежке встречают.	2	Очно Заочно
29-30	Чистую одежду храни правильно.	2	Очно Заочно
31-32	Чистка одежды,сушка.	2	Очно Заочно
33-34	Идеальная пара.	2	Очно Заочно
35-36	Проект «Важные правила аккуратного человека»	2	Очно Заочно
О вкусной и здоровой пище			
37-38	Еда для здоровья.	2	Очно Заочно
39-40	Инструктаж по охране труда. Завтрак.	2	Очно Заочно
41-42	Приготовление бутербродов, салатов.	2	Очно Заочно
43-44	Сервировка стола.	2	Очно Заочно
45-46	Проект «Продукты, которые приносят нам здоровье».	2	Очно Заочно
Мир полезных устройств и машин			
47-48	Транспорт – это удобно.	2	Очно Заочно
49-50	На заметку пассажиру.	2	Очно Заочно
51-52	Льготы на проезд.	2	Очно Заочно
53-54	Поведение в транспорте.	2	Очно Заочно
55-56	Зачем нужны средства связи.	2	Очно Заочно

--	--	--	--	--	--