

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4 г. Свирска»

РАССМОТРЕНО
На заседании
методического совета
школы

Протокол № 1 от
«31» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

И. Исаева Исаева И.В.
«31» 08 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Пронина Н.А.
«31» 08 2022 г.



Адаптированная рабочая программа
по коррекционно-развивающему курсу
«Основы социальной жизни»
для обучающихся с УО (вариант 1)
5 класс
на 2022 - 2023 учебный год

Составитель: Буйлова И.В.,
социальный педагог

г. Свирск
2022

Пояснительная записка

Рабочая программа «Основы социальной жизни» разработана на основе программы под редакцией Воронковой В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»; учебного пособия: «Социально-бытовая ориентировка» В.П. Субчева учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида 5 класс, М. ВЛАДОС 2013.

Цель данного курса:

развитие и совершенствование социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Основные задачи курса

- ✓ расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- ✓ формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ✓ ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- ✓ практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- ✓ усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- ✓ развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Место учебного курса в учебном плане

Программа рассчитана для обучающихся 5 класса 1 часа в неделю (34 учебных недели), имеет практико-ориентированный характер, так как большую часть времени отведено на освоение приёмов и способов деятельности.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие **методы** урока:

словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой; наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр; практические: карточки, тесты.

Основными **формами** обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

Планируемые результаты освоения курса

Ученик научится

- ✓ последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- ✓ правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;
- ✓ виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;
- ✓ санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- ✓ различные меню завтрака;
- ✓ правила поведения за столом;
- ✓ правила поведения при встрече и расставании;
- ✓ почтовый адрес своего дома и школы-интерната;
- ✓ наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- ✓ виды магазинов и их назначение.

Ученик получит возможность научиться

- ✓ совершать утренний туалет;
- ✓ подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезонам;
- ✓ накрывать стол с учетом конкретного меню;
- ✓ тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

- ✓ обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;
- ✓ соблюдать правила дорожного движения;
- ✓ соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);
- ✓ соблюдать правила поведения в магазине;
- ✓ оплачивать покупку;
- ✓ выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

Предмет «Основы социальной жизни» в 5 классах ориентирован на достижение следующих **базовых учебных действий**:

Личностные:

- ✓ испытывать 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.

Содержание коррекционно-развивающего курса «Основы социальной жизни»

Данная учебная программа включает в себя следующие разделы:

- ✓ Личная гигиена.
- ✓ Одежда и обувь.
- ✓ Питание.
- ✓ Культура поведения.
- ✓ Жилище.
- ✓ Транспорт.
- ✓ Торговля.

Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека. Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце, трусики, носки. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание привычки к здоровому образу жизни, силы воли.

Практические работы:

- ✓ Чистка зубов, мытьё рук, лица, шеи, ног.
- ✓ Расчёсывание волос.
- ✓ Подмывание на ночь
- ✓ Стрижка ногтей.
- ✓ Уход за кожей, рук, ног, используя детский крем.
- ✓ Стирка вещей индивидуального пользования.
- ✓ Установка настольной лампы на рабочем месте.

Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой и подготовка её к хранению: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Практические работы:

- ✓ Сушка и чистка верхней одежды, обуви.

Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами.

Практические работы:

- ✓ Нарезка хлеба, сырых и варёных овощей, сыра, колбасы.
- ✓ Приготовление простых и сложных бутербродов.
- ✓ Сервировка стола с учётом различных меню.
- ✓ Мытьё посуды, кухонных принадлежностей.
- ✓ Уборка помещения.
- ✓ Стирка полотенец, салфеток.

Культура поведения. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы и методы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Приёмы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом.

Практические работы:

- ✓ Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.
- ✓ Ролевые игры, ситуативные диалоги – при встрече расставании и за столом.

Жилище. Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений: жильё по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе. Почтовый адрес дома, школы.

Практические работы:

- ✓ Заполнение адреса на открытке, почтовом конверте и почтовом переводе.
- ✓ Заполнение почтового адреса на телеграмме и телеграфном переводе.
- ✓ Организация рабочего места школьника.

Транспорт. Виды транспортных средств. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Коллективные поездки в транспорте.

Торговля. Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизни и деятельности людей, животных. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия,

кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. Продуктовые специализированные магазины: «Булочная», «Овощи и фрукты» и др. Виды товаров (фасованные, в развес и в розлив). Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Срок годности стоимости продуктов.

Практические работы:

- ✓ Определение сроков годности продуктов (на примере молочных продуктов).
- ✓ Приобретение продуктов, проверка чека и сдачи.

**Календарно-тематическое планирование коррекционно-развивающего курса
5 класс**

№ п/п	Разделы. Тема урока.	Кол-во часов	Корректировка
1	Вводное занятие	1	
Личная гигиена 4 часа			
2	Правила личной гигиены.	1	
3	Предметы и средства личной гигиены	1	
4	Уход за полостью рта.		
5	Гигиена зрения.	1	
Одежда и обувь 6 часа			
6	Виды одежды и головных уборов, их назначение	1	
7	Повседневный уход за одеждой и подготовка её к хранению	1	
8	Сушка и чистка верхней одежды, обуви	1	
9-11	Ремонт одежды	3	
Питание 7 часов			
12	Значение питания в жизни и деятельности людей	1	
13	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей	1	
14	Место приготовления пищи и его оборудование	1	
15-18	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки	4	
Культура поведения 4 часа			
19	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья	1	
20	Формы и методы исправления осанки	1	
21	Формы обращения к старшим и сверстникам	1	
22	Правила поведения за столом.	1	
Жилище 3 часа			
23	Виды жилых помещений в городе, деревне	1	
24	Гигиенические требования к жилому помещению	1	
25	Почтовый адрес дома, школы	1	
Транспорт 4 часа			
26	Виды транспортных средств	1	
27	Поведение в транспорте и на улице.	1	
28	Правила дорожного движения	1	
29	Знаки дорожного движения	1	
Торговля 5 часов			
30	Виды торговых предприятий	1	
31	Продуктовые магазины и их отделы	1	
32	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине.	1	
33	Виды товаров. Срок годности стоимости продуктов.	1	
34	Итоговый урок	1	