

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Администрация Краснощёковского района
МБОУ "Краснощёковская СОШ №1 "

«Рассмотрено»
на заседании МО
Протокол №1 _
от 25.08.2024

«Согласовано»
педсовет
протокол № 1 от
29.08.2024г

«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Краснощёковская СОШ
№1»

_____ / _____

Приказ № 155 от 29.08.2024г

**Адаптированная рабочая программа
по основам социальной жизни для 7 класса**
(Приложение к адаптированной основной общеобразовательной программе
образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
–вариант 1
на 2024-2025 учебный год

Разработчик:
Мац Оксана Владимировна
учитель истории и обществознания

С. Краснощёково 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам социальной жизни для 7 класса является приложением к адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Краснощёковская СОШ №1» (вариант1), разработанной на основе ФАОП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), федеральной рабочей программы по основам социальной жизни, учебного плана на текущий год, календарного графика. Рабочая программа содержит планируемые результаты, тематическое планирование, тематическое поурочное планирование, УМК. Содержание предмета, подходы к обучению, система оценки находятся в адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Краснощёковская СОШ №1». «Основы социальной жизни» в 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 7 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование знаний о ремонте одежды (пришивание пуговиц, зашивание шва, наложение заплат и т.д.);
- формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;
- формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;
- формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;

- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений (прачечная, почта и т.д.).

Содержание

Обучение «Основам социальной жизни» в 7 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 7 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На третьем году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, применения теоретических знаний на практике и формирование правильных отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения в семье, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

– владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;

– овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

– сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

– развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

Предметные:

Минимальный 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 педагогического работника;

– представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

– соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

– знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

– совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

– знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

Достаточный уровень:

– 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).

Тематическое планирование

№	Название раздела	Количество часов	ОЭР
1	Личная гигиена и здоровье	6	1. https://ikp-rao.ru/frc-ovz3/#maaain 2. https://resh.edu.ru/?ysclid=m70e3yrz3k159702765
2	Охрана здоровья	3	
3	Жилище	12	
4	Одежда и обувь	10	

5	Питание	17
6	Транспорт	4
7	Средства связи	4
8	Предприятия , организации, учреждения	4
9	Семья	7
1 0	Итоговое занятие	1
	Итого:	68

Поурочное планирование

1	Особенности соблюдения личной гигиены подростком	1	03.09
2	Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками	1	04.09
3	Гигиенические требования к использованию личного белья	1	10.09
4	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами	1	11.09
5	Виды шампуней в зависимости от типов волос	1	17.09
6	Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос	1	18.09
7	Виды врачебной помощи на дому	1	24.09
8	Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом	1	25.09
9	Вызов «скорой» или неотложной помощи	1	01.10
10	Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение	1	02.10
11	Правила безопасного поведения в ванной комнате	1	08.10
12	Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств	1	09.10
13	Уборка санузла и ванной комнаты	1	15.10
14	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание	1	16.10
15	Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств	1	22.10
16	Ручная стирка белья. Практическая работа	1	23.10

17	Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения	1	05.11
18	Уход за различными видами напольных покрытий	1	06.11
19	Ежедневная уборка	1	12.11
20	Практическая работа по уборке школьных помещений	1	13.11
21	Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету	1	19.11
22	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования	1	20.11
23	Глажение изделий из различных видов тканей	1	26.11
24	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды	1	27.11
25	Практическая работа: глажение изделий	1	03.12
26	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва	1	04.12
27	Практическая работа. Пришивание пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва	1	11.12
28	Продление срока службы одежды	1	17.12
29	Практическая работа. Ремонт одежды: штотка и наложение заплат	1	18.12
30	Прачечная. Виды услуг	1	24.12
31	Экскурсия в прачечную	1	25.12
32	Виды питания. Пищевая ценность продуктов	1	14.01
33	Мука и крупы. Виды муки	1	15.01
34	Виды круп	1	21.01
35	Правила хранения муки и круп	1	22.01
36	Вредители круп и муки. Просеивание муки	1	28.01
37	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения	1	29.01
38	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи	1	04.02
39	Мясные блюда	1	05.02
40	Рыбные блюда	1	11.02
41	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий	1	12.02
42	Практическая работа – приготовление гарнира	1	18.02
43	Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда	1	19.02
44	Стоимость и расчет продуктов для обеда	1	25.02
45	Экскурсия в магазин	1	26.02
46	Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда	1	04.03
47	Праздничный обед	1	5.03

48	Правила этикета за столом	1	11.03
49	Междугородний железнодорожный транспорт. Расписание поездов	1	12.03
50	Виды пассажирских вагонов	1	18.03
51	Правила поведения детей на железной дороге	1	19.03
51	Экскурсия на железнодорожный вокзал	1	01.04
52	Бандероли. Виды бандеролей	1	02.04
53	Порядок отправления бандеролей. Упаковка.	1	08.04
54	Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки	1	09.04
55	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления	1	15.04
56	Экскурсия на почту. Ознакомление с работой почты	1	16.04
57	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия	1	22.04
58	Названия предприятия, вид деятельности. Основные виды выпускаемой продукции	1	23.04
59	Профессии рабочих и служащих	1	29.04
60	Экскурсия на предприятие	1	30.04
61	Помощь старших младшим: домашние обязанности	1	06.05
62	Помощь старших младшим: практическая работа	1	07.05
63	Помощь старших младшим: практическая работа проведение игр с младшими школьниками	1	13.05
64	Досуг как источник получения новых знаний	1	14.05
65	Отдых. Отдых и его разновидности	1	20.05
66	Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность	1	20.05
67	Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование	1	21.05
68	Итоговое занятие	1	21.05

УМК:

1. Комарова С.В. / Александрова Е.Л. Основы социальной жизни 7 класс. Учебное пособие (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями), Просвещение