приложение к адаптированной основной образовательной программе

основного общего образования для обучающихся

с умственной отсталостью на 2023-2024 учебный год,

утвержденной приказом от 29.08.2023 года № 320-од

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

Ягодинская средняя общеобразовательная школа

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету «Основы социальной жизни»**

для обучающихся 7 класса, ОВЗ (умственная отсталость 9.1)

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Приказ Минобразования РФ от 9 марта 2004 г. N 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
4. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов, под редакцией В. В. Воронковой по предмету «СБО». Издательство М.: «Просвещение», 2008г

**Цель программы** – практическая подготовка детей к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

**Задачи предмета «Основы социальной жизни»**:

* развитие навыков здорового образа жизни;
* развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
* Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
* 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;
* развитие коммуникативной функции речи;
* расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни.

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

* коррекционно – обучающую;
* коррекционно – развивающую;
* коррекционно – воспитательную;
* воспитание положительных качеств личности;
* развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА**

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

**ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Рабочая программа в 7 классе рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю.

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОНКРЕТНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Личностные результаты.**

У обучающихся будут сформированы:

* положительная мотивация к учебе, работе на результат;
* умение оценивать свое отношение к учебе;
* стремление к осуществлению взаимопомощи и взаимоконтроля,
* трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость, находчивость;
* элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др.;
* строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда;
* воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи;
* творческого отношения к домашнему труду.

**Предметные результаты.**

Обучающиеся научатся:

* иметь представления о разных группах продуктов питания;
* знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значение для здорового образа жизни человека;
* уметь приготовить несложные виды блюд;
* иметь представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовление пищи;
* соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
* знать отдельные виды одежды и обуви, некоторые правила ухода за ними;
* уметь соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
* знать правила личной гигиены и уметь их выполнять;
* знать названия торговых организаций, их виды и назначение;
* уметь совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
* иметь представление о различных видах средств связи;
* знать и соблюдать некоторые правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Программа раскрывает следующие основные разделы курса ОСЖ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела | Количество часов |
| 1. | Личная гигиена | 4 |
| 2. | Одежда и обувь | 8 |
| 3. | Питание | 14 |
| 4. | Семья | 4 |
| 5. | Культура поведения | 10 |
| 6. | Жилище | 10 |
| 7. | Транспорт | 2 |
| 8. | Торговля | 4 |
| 9. | Средства связи | 3 |
| 10. | Медицинская помощь | 8 |
| 11. | Учреждения и организации | 1 |
| 12. | Итого: | 68 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№  урока** | **Тема урока** | **Кол-во  часов** | **Программное содержание** | **Дифференциация видов деятельности обучающихся** | |
| Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| **Личная гигиена – 4 часа** | | | | | |
|  | Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. | 2 | Личная гигиена подроста. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. | Рассказывать о правилах личной гигиены.  Называть санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.  Рассказывать о правилах смены одежды, нательного и постельного белья.  Различать индивидуальные предметы гигиены | Соблюдать и выполнять правила личной гигиены подростка.  Характеризовать индивидуальные предметы гигиены.  Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.  Соблюдать правила смены одежды, нательного и постельного белья. |
|  | Особенности ухода за кожей лица, волосами | 2 | Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос | Рассказать о методах подбора средств личной гигиены. | Определить тип кожи и волос. Подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос. Правильно ухаживать за лицом и волосами |
| **Одежда и обувь – 8 часов** | | | | | |
|  | Значение продления срока службы одежды. Мелкий ремонт | 2 | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению | Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя | Ремонтировать разорванные места одежды |
|  | Стирка белья: ручная и с использованием стиральной машины | 2 | Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажной тканей, стирка изделий из шелка вручную | Знать особенности стирки цветного и белого белья.  Рассказывать правила пользования моющими средствами. | Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.  Называть правила пользования моющими средствами.  Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею |
|  | Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. | 2 | Правила, приемы, последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей | Рассказывать о последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей | Гладить одежду и белье |
|  | Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной | 2 | Назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную. Правила пользования прачечной самообслуживания | Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг | Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.  Рассказывать о правилах подготовке вещей к сдаче в чистку |
| **Питание – 14 часов** | | | | | |
|  | Значение питания в жизни и деятельности людей | 2 | Виды питания. Значение первых, вторых блюд и их приготовления из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. | Виды питания, их особенности. Значение первых, вторых блюд. | Сформировано представление о значении питания в жизни человека. Имеет представление об органах пищеварения и значимости режима питания. |
|  | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания | 2 | Основные группы пищевых продуктов и их значение. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю. | Формирование навыка выбора основных продуктов питания | Выбор продуктов по наличию в них питательных веществ, по степени полезности продуктов для организма. Ответственное и бережное отношение к своему здоровью. |
|  | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье | 2 | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье, выбор полезных продутов | Иметь представление о влиянии правильного питания на здоровье | Сформировано представление о правильном питании и режиме питания. Уметь выбирать полезные продукты питания |
|  | Место приготовления пищи и оборудование его | 2 | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи | Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи |
|  | Приготовление пищи не требующей тепловой обработки | 2 | Последовательность приготовления блюд. Способы и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов | Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов | Характеризовать последовательность приготовления блюд. Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов |
|  | Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу | 2 | Виды посуды, кухонных принадлежностей и приборов, правила ухода за ними. Санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при приготовлении пищи | Рассказывать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи | Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи |
|  | Сервировка стола | 2 | Понятие «сервировка стола». Правила сервировки, предметы сервировки, история их появления. Приемы сервировки | Готовить обед, оформлять готовые блюда, сервировать стол под руководством учителя. | Готовить обед. Оформлять готовые блюда. Сервировать стол к обеду. |
| **Семья – 4 часа** | | | | | |
|  | Помощь родителям и воспитателям | 4 | Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание; в соблюдении чистоты и порядка в школе, дома | Одевать малышей на прогулку. Помогать малышам при уборке игрушек. Разучивать тихие и подвижные игры | Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры |
| **Культура поведения - 10 часов** | | | | | |
|  | Осанка |  | Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки | Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки | Знать о правильной и неправильной осанке и её влиянии на здоровье человека |
|  | Формы обращения к старшим и сверстникам |  | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом | Правила поведения при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом. | Сформировано умение обращаться к старшим и сверстникам при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам, взрослым. |
|  | Правила поведения за столом |  | Основные правила этикета за столом. Правила пользования столовыми приборами, салфеткой | Знание основных правил этикета за столом | Знание и применение на практике основных правил этикета за столом, правил пользования столовыми приборами, салфеткой |
|  | Приглашение в гости и формы отказа |  | Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Правила этикета | Знание правил приема и приглашения гостей, анализ поступков, поведения людей и давать им правильную оценку. Знание правила этикета. Формирование навыков гостеприимства | Знание и применение на практике правил приема и приглашения гостей, анализ поступков, поведения людей и давать им правильную оценку. Знание и применение правила этикета. Формирование навыков гостеприимства. Развитие коммуникативности, внимания, памяти. Культура поведения, вежливость |
|  | Поездка в гости |  | Подготовка к поездке в гости: внешний (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки | Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков. | Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков. |
| **Жилище – 10 часов** | | | | | |
|  | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. | 4 | Сухая и влажная уборка жилого помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов, окон. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме | Выполнять элементарную уборку помещения. Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон. Рассказывать о правилах ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Ухаживать за животными | Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения. Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия. Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. Рассказывать о правилах содержания в доме домашних животных |
|  | Подготовка квартиры и дома к зиме, лету | 2 | Последовательность проведения сезонной уборки помещения. Способы и периодичность ухода за окнами. Способы утепления окон. Виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Правила топки печей и заготовки топлива |  |  |
|  | Санитарная обработка помещения | 2 | Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке помещений. Правила и периодичность уборки. Моющие средства |  | закреплять знания о видах уборки, инвентаре для уборки, порядке и правилах регулярной и генеральной уборки; формировать навыки безопасной уборки |
|  | Уход за напольным покрытием | 2 | Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Транспорт – 2 часа** | | | | | |
|  | Междугородний железнодорожный транспорт | 1 | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначения и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов | Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов. | Называть функции железнодорожного транспорта. Ориентироваться в расписании. Приобретать билеты в железнодорожной кассе. Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала. |
|  | Виды пассажирских вагонов | 1 | Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов. Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения его | Назвать виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения. | Определить пункт назначения. Выбрать вид поезда (пассажирский, скорый) и типы вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Уточнить стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона, выяснить свои возможности. |
| **Торговля – 4 часа** | | | | | |
|  | Универмаги и универсамы, их назначение | 1 | Особенности универсальных и специализированных промтоварных магазинов, их назначение | Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов | Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов |
|  | Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров | 1 | Универсальные и специализированные магазины, их отделы. Ассортимент. Стоимость некоторых товаров | Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов | Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов |
|  | Приобретение товаров | 1 | Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получения чека, сдачи. Хранение чека или его копии | Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых. Соблюдать правила поведения в магазине | Подсчитывать стоимость покупок.  Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине. Соблюдать правила поведения в магазине. |
|  | Распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения | 1 | Распродажа. Особенности комиссионных магазинов, торговля уцененными товарами | Самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара. Приобретение доступного по цене товара | Нахождение более низких цен на одноименную продукцию. Сравнение рыночных цен и магазинных на одно и тоже название товара. Приобретение доступного по цене товара |
| **Средства связи – 3 часа** | | | | | |
|  | Бандероль | 1 | Виды бандеролей. Порядок отправления. Упаковка, стоимость пересылки | Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли. Заполнять бланки для отправки бандероли с помощью учителя. | Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью. Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей. Заполнять бланки на отправку бандеролей. Составлять опись посылаемых предметов. Упаковывать бандероль. |
|  | Посылка | 1 | Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления | Заполнять бланки на отправку посылки. Упаковывать посылку | Знать правила отправления посылок, самостоятельно заполнять бланки |
|  | Стоимость отправки бандероли, посылки | 1 | Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом | Определять стоимость отправки простых и ценных посылок | Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов |
| **Медицинская помощь – 8 часов** | | | | | |
|  | Доврачебная помощь | 3 | Виды доврачебной помощи, измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.) | Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки. Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах. | Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах. Пользоваться термометром |
|  | Лекарственные растения в домашней аптечке | 2 | Местные лекарственные растения, способы их применения | Называть местные лекарственные растения | Распознавать местные лекарственные растения. Готовить отвары и настои из лекарственных растений |
|  | Первая помощь при травмах | 2 | Первая помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны | Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога | Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Обрабатывать раны и накладывать повязки |
|  | Меры по предупреждению переломов | 1 | Меры по предупреждению переломов. Симптомы и признаки травмы | Назвать меры по предупреждению переломов. Симптомы и признаки травмы | Назвать меры по предупреждению переломов при разных обстоятельствах. Симптомы и признаки травмы |
| **Учреждения, организации и предприятия –1 час** | | | | | |
|  | Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности | 1 | Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии | Называть промышленные объекты района, округа, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии | Классифицировать промышленные объекты района, округа, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии |

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ УЧАЩИХСЯ**

Контрольные работы по предмету ОСЖ программой не предусмотрены.

**Оценочная деятельность** состоит из фронтального и индивидуального письменного и устного опроса с использованием:

* Тестов
* Буквенных и цифровых заданий (карточек-заданий)
* Практических работ.