



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НОВОСТЕПНОВСКАЯ ШКОЛА»
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

ПРИНЯТА

на заседании методического
объединения учителей
социально-естественного цикла
Протокол №1
от 26 августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по УВР МОУ
«Новостепновская школа»
_____ Т.В. Яковлева
30 августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом МОУ
«Новостепновская
школа»
30 августа 2024г.
№213/01-09

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ**

для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья
в форме обучения на дому

КЛАСС: 5

Количество часов в неделю: 1 ч

Срок реализации программы: 2024 - 2025 учебный год

Учитель:

Яненко
Ольга
Аркадьевна

Категория: высшая

с. Новостепное, 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по курсу «Основы социальной жизни» составлена для организации обучения обучающегося 5 класса с ограниченными возможностями здоровья на основе заключения врачебной комиссии Джанкойской центральной районной больницы от, в соответствии с которым, по результатам комплексного психолого-медико-педагогического обследования, установлен статус обучающегося с ограниченными возможностями здоровья, имеющего стойкое легкое нарушение познавательной деятельности с выраженными поведенческими нарушениями. Системное недоразвитие речи легкой степени. Комиссией рекомендовано обучение по адаптированной основной образовательной программе образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1, в условиях обучения на дому.

Адаптированная рабочая программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599.
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты освоения адаптированной программы:

у детей должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

Учащиеся с интеллектуальной недостаточностью должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда.

Метапредметными результатами изучения адаптированной программы является:

- знание значение косметики для девушки и юноши; правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею;
- значение здоровья для жизни и деятельности человека;
- особенности ухода за одеждой; правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; правила и приемы глажения; виды предприятий по химической чистке одежды, их значение; правила подготовки вещей к сдаче в чистку; правила безопасности в использовании стирального порошка; виды оказываемых услуг;
- виды теста; способы приготовления изделий из теста;
- способы заготовки продуктов; запись рецептов; подбор продуктов; запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод;
- грудной ребенок в семье; правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормление ребенка из соски и с ложечки, купания; санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек; правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка; купать, одевать, пеленать куклу; мыть детскую посуду и игрушки;
- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах; требования к внешнему виду молодых людей;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны; моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла;
- междугородний автотранспорт, автовокзал; основные автобусные маршруты; стоимость проезда до пункта назначения; основные маршруты водного транспорта; правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта; пункт назначения; время и место отправления, стоимость;
- рынок, его виды; основные отличия его от магазина; правила поведения на рынке; права покупателя на рынке; цены на основные овощи, а также и фрукты, ягоды и промышленные товары; виды телефонной связи; периодичность оплаты телефона; правила пользования ими, телефонным справочником; правила культурного краткого разговора; номера срочных вызовов пожарной службы, полиции (милиции), скорой помощи, службы газа; виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью; тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния; порядок заказа междугороднего разговора по адресу;
- первая помощь при несчастном случае; приемы оказания помощи спасенному из водоема; меры по предупреждению несчастных случаев в быту; 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;
- составные части бюджета семьи и их размер; основные статьи расходов в семье; стоимость крупных покупок; правила экономии; виды и цели сбережений; соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.

Предметными результатами освоения адаптированной программы являются:

- формирование умения правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног; использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; в меру пользоваться косметикой; пользоваться масками из фруктов и овощей;
- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; гладить блузки, рубашки, платья; пользоваться порошком;
- приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье;
- заготовить ягоды без тепловой обработки; читать рецепты; приготовить овощной салат; нарезать зелень и фрукты для сушки;
- кормить куклу из соски и с ложечки; содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах;
- выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев;
- убирать кухню, санузел, ванну; пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны; мыть кафельные стены; чистить раковины;
- пользоваться расписанием; обращаться за справкой;
- определять стоимость проезда; приобретать билет; выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;
- выбрать месторасположения нужных товаров; выбрать продукцию в соответствии с её качеством количества, цены; сравнивать рыночные цены магазинах на одно и тоже название товара;
- пользоваться телефонным справочником; культурно разговаривать по телефону; кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; узнать время; получить справку по телефону;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении; оказать первую помощь утопающему;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений;
- посчитать бюджет семьи; составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др; определять сумму доходов семьи; посчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день; планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки; снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции; планировать крупные и дорогостоящие покупки.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Тема 1. Личностное развитие (5ч)

Цель: развитие механизмов эмоционально-волевого урегулирования, мотивационной сферы воспитанников: интересов, желаний, потребностей.

Задачи:

- учить правильному изложению своих мыслей в устной форме;
- учить понимать и объяснять, что происходит вокруг нас;
- учить определять своё отношение к происходящему.

Содержание занятий:

1. Нравственные беседы: «Дружба. Друг. Настоящий друг». «Правила на всю жизнь». «Герои Земли русской». «Мужественность и её черты». «Курение – опасная ловушка». «Волшебные слова».
2. Правовые, этические беседы: «Стыд и совесть». «Азбука общения». «Что такое доверие». «Кто аккуратен, тот людям приятен».
3. Тренинги: «Привычки хорошие и плохие». «Азбука общения». «Учимся говорить комплименты». «Память и внимание».
4. Экологические беседы: «Мир всей планете». «Прекрасна природа в любое время года».
5. Игры, практикумы: «Волшебные слова». «Праздники страны».

Обучающиеся должны овладеть мотивационной, эмоционально-волевой сферой как основой развития регулирующей функции поведения, что включает в себя:

- Нормы и правила поведения;
- Выделять главную мысль произведения;
- Определять основные черты характера героев;
- объяснять своё отношение к родным и близким людям, к родной стране, её прошлому и настоящему

Тема 2. Охрана здоровья (7ч)

Цель: формирование санитарно-гигиенических навыков, профилактических умений по охране здоровья; воспитание привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

- сформировать представление о понятии «здоровье»;
- сформировать навыки самообслуживания;
- развить в детях потребность в занятиях физической культурой и спортом;
- развитие навыков ориентировочного поведения в различных знакомых и незнакомых ситуациях;
- воспитывать в ребенке ответственность за себя, свое здоровье, за свои поступки;
- развить основные двигательные качества: физическую выносливость, силу, быстроту, ловкость;
- мотивация здорового образа жизни и создание условий для ее реализации; ориентироваться в различных жизненных ситуациях;
- владеть основами знаний о здоровом образе жизни;
- заботиться о своем здоровье.

Содержание занятий:

1. Беседы по правилам дорожного движения.
2. Познавательные беседы: «Витамины укрепляют организм». «Меры пожарной безопасности». «Осторожно, гололёд».
3. Нравственные беседы: «Сам сохрани своё здоровье». «Что имеем, не храним, потерявши, плачем».

4. Тренинги: «Осанка – красивая спина». «Спорт укрепляет здоровье». «Движение – это жизнь». «Правила поведения на праздниках».

Обучающиеся должны овладеть системой профилактических умений по охране здоровья, а именно:

- Ежедневно выполнять утреннюю зарядку (под контролем взрослых);
- Владеть навыками самообслуживания;
- Сознательно выполнять процедуры закаливания;
- Содержать в чистоте класс, свою комнату, рабочее место и т.д;
- Принимать участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях, подвижных играх.

Тема 3. Основы гражданского самосознания (5ч)

Цель: осмысление себя как гражданина общества, знакомство с правами и обязанностями, усвоение основ национальной культуры.

Задачи:

- уточнить представления о правах и обязанностях обучающегося школы;
- -познакомить детей с историей, традициями русского народа;
- - познакомить с символикой России (флаг, герб, гимн);
- - познакомить с историей родного края;
- - воспитывать чувство патриотизма, гордость за свою Родину;
- - познакомить с основными законами жизни каждого человека нашей страны (Конституция).

Содержание занятий:

1. Нравственные беседы: «От чего зависят поступки человека». «Права человека и гражданина». «Что такое общество. Мы выбираем, нас выбирают». «Жадность и зависть. Уголовное право».
2. Ролевые игры: «Правонарушения». «Моя семья». «Герои моей семьи».
3. Познавательные беседы: «Ради жизни на Земле». «Символы России». «Что такое честь». «Что такое Конституция».

Обучающиеся должны знать свои права и обязанности, овладеть основами экономического просвещения; национального самосознания, а именно:

- Знать права и обязанности обучающегося;
- Помнить основные исторические даты и события России;
- Знать имена людей, прославивших Россию, родной край;
- Знать традиционные праздники и обычаи русского народа.

Тема 4. Творческое развитие (10ч)

Цель: развития механизмов творческого восприятия мышления, чувства восхищения прекрасным и бережного к нему отношения, формирование духовных запасов личности каждого воспитанника.

Задачи:

- развивать практические умения, элементы художественного исполнительства, фантазию, конструктивное мышление путем приобщения воспитанников к разнообразным жанрам искусства, к культурному наследию общества;
- продолжать формировать эстетическое восприятие окружающего мира;
- развивать эстетические представления на основе знакомства с разнообразными видами творчества человека;
- формировать эстетические представления, фантазию, мышление и сообразительность на основе знакомства с разнообразными видами творчества человека;
- развивать практические навыки и умения, мелкую моторику рук.

Содержание занятий:

1. Практические занятия: «Прекрасна природа в любое время года». «Мастерская Деда Мороза». «Подарки родным и близким».
2. Занятия – игры: «Звуки весны». «Краски осени». «Цветок желаний». «Защитники Отечества».
3. Познавательные беседы: «Как празднуют Новый год в разных странах». «Голубь мира». «Герои нашего времени».

Обучающиеся должны знать и уметь:

- Знать различные инструменты обслуживающего труда, их возможности, умения владеть ими;
- Уметь планировать свою работу;
- Работать по инструкции;
- Освоить такие вспомогательные средства, как эскиз, набросок, схема;
- Переносить свои впечатления и представления в разные виды художественной деятельности: лепку, рисование, аппликацию, конструирование.

Тема 5. Трудовое воспитание (7ч)

Цель: отработка навыков трудового поведения, вооружение основными навыками самообслуживания, осмысление необходимости трудовой деятельности, развитие потребности трудиться.

Задачи:

- сформировать навыки самообслуживания; продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены;
- научить правильному уходу за одеждой; научить производить мелкий ремонт одежды, обуви;
- научить ухаживать за жилищем; научить пользоваться бытовыми электроприборами;
- познакомить детей с правилами ухода за предметами личного пользования;
- воспитывать в детях бережливость, аккуратность в сфере их обращения с вещами.

Содержание занятий:

1. Практические занятия: «Уход за школьной одеждой, обувью». «Виды одежды. Уход за ней». «Проворная игла». «Мой уютный класс. Моя комната». «Чтобы сад расцвёл». «Новогодние костюмы и маски».
2. Познавательные занятия: «Кем я стану, когда вырасту». «Комнатные растения». «Семейная династия». «Кого волнует беспорядок». «Труд, вложенный в кусочек хлеба». «Золотые руки».

Обучающиеся должны осмыслить необходимость трудовой деятельности, профессиональной подготовки, общей ориентации в мире профессий, а именно:

- владеть элементарными навыками самообслуживания;
- знать и выполнять правила поведения в школе, в своём доме, в своей комнате, в столовой, классной комнате;
- участвовать в дежурстве по школе, по столовой;
- поддерживать чистоту и порядок в классе, доме, своей комнате;
- правильно ухаживать за одеждой, обувью; выполнять их ремонт;
- выполнять работы по обслуживающему труду;
- уметь ухаживать за комнатными растениями и растениями в школьном саду;
- уметь ухаживать за растениями на школьных клумбах.

3. Тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем	Кол-во учебных часов	Самостоятельное изучение
1	Личностное развитие	5	5
2	Охрана здоровья	7	7
3	Основы гражданского самосознания	5	5
4	Творческое развитие	10	10
5	Трудовое воспитание	7	7
	Итого:	34	34

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы урока	К- во ча со в	Самостоят. обучение	К- во ча со в	Дата		Примеч
					план	факт	
1. Личностное развитие 5ч+5ч							
1	Вводное занятие. Знакомство, свободные дискуссии о летних каникулах, планах на учебный год.	1	Прекрасная природа в любое время года.	1	05.09		
2	Дружба. Друг. Настоящий друг.	1	Кто аккуратен, тот людям приятен.	1	12.09		
3	Правила на всю жизнь.	1	Курение – опасная ловушка.	1	19.09		
4	Привычки хорошие и плохие.	1	Память и внимание.	1	26.09		
5	Игра «Волшебные слова».	1	Учимся говорить комплименты.	1	03.10		
2. Охрана здоровья 7ч+7ч							
6	Правила дорожного движения.	1	Моя дорога в школу и обратно.	1	10.10		
7	Правила поведения на праздниках.	1	Правила поведения на транспорте и в общественных местах.	1	17.10		
8	Сам сохрани свое здоровье.	1	Осанка – красивая спина.	1	24.10		
9	Витамины укрепляют организм.	1	Витаминная азбука.	1	07.11		
10	Меры пожарной безопасности.	1	Огонь – твой друг или враг?	1	14.11		
11	Осторожно, гололёд.	1	Правила поведения на льду.	1	21.11		
12	Спорт укрепляет здоровье.	1	Движение - это жизнь.	1	28.11		
3. Основы гражданского самосознания 5ч+5ч							
13	Что такое общество.	1	От чего зависят поступки человека.	1	05.12		
14	Права человека и гражданина.	1	Что такое честь.	1	12.12		
15	Что такое Конституция.	1	Мои права и обязанности.	1	19.12		

16	Символы России.	1	Природные символы России.	1	26.12		
17	Моя семья.	1	Традиции и праздники моей семьи.	1	16.01		
4. Творческое развитие 10ч+10ч							
18	Мастерская Деда Мороза.	1	Изготовление новогодних поделок.	1	23.01		
19	Как празднуют Новый год в разных странах.	1	Подарки родным и близким.	1	30.01		
20	Защитники Отечества.	1	Есть такая профессия – Родину защищать.	1	06.02		
21	Привычки вредные и полезные.	1	Мой режим дня.	1	13.02		
22	Комнатные растения.	1	Уход за комнатными растениями.	1	20.02		
23	Кем я стану, когда вырасту.	1	Моя будущая профессия.	1	27.02		
24	О бабушках.	1	Подарки родным и близким.	1	06.03		
25	Мамы всякие нужны, мамы всякие важны.	1	Подари рисунок маме.	1	13.03		
26	Правила общения со сверстниками и взрослыми.	1	Что значит быть воспитанным?	1	20.03		
27	Праздники страны.	1	Мой любимый праздник.	1	27.02		
5. Трудовое воспитание 7ч+7ч							
28	Виды одежды и уход за ней.	1	Уход за школьной одеждой и обувью.	1	10.04		
29	Труд, вложенный в кусочек хлеба.	1	Хлеб – всему голова.	1	17.04		
30	Мой уютный класс.	1	Моя комната.	1	24.04		
31	Чтобы сад расцвёл.	1	Весенние работы в саду и огороде.	1	08.05		
32	Кого волнует беспорядок.	1	Золотые руки.	1	15.05		
33	Все профессии нужны, все профессии важны.	1	Кем я стану, когда вырасту.	1	22.05		
34	Итоговое занятие.	1	Я – гражданин своей страны.	1			