

**Адаптированная рабочая программа**

**по основам социальной жизни  
5 класс**

**2022-2023 учебный год**

(сроки реализации)

Учитель :Иванова Тамара Егоровна

Квалификационная категория:высшая

с. Минино,2022 г.

**Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс**

Разработана на основе ФГОС ОВЗ, программа по предмету «Основы социальной жизни»для 5 класса составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом , ООО , Примерной программой по предмету «Основы социальной жизни» и Рабочей программой по предмету«Основы социальной жизни»для 5 класса с ОВЗ. Разработана на основе документов: учебного предмета, Программы воспитательной работы школы, учебного плана МАОУ Исетской СОШ №1.

**1.Планируемые результаты освоения учебного предмета «**Основы социальной жизни**» 5 класса**

Формирование навыков современного человека, способного к успешной адаптации в социуме, конкуренции в условиях рыночной экономики, как полноценного члена общества, через профессиональную ориентацию на всех этапах обучения.

Профессиональная ориентация – этот научно обоснованная система социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических и производственно-технических мер по оказанию молодежи личностно-ориентированной помощи в выявлении и развитии способностей и склонностей, профессиональных и познавательных интересов в выборе профессии, а так же формирование потребности и готовности к труду в условиях рынка. Она реализуется через учебно-воспитательный процесс, внеурочную и внешкольную работу с учащимися

* ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба

«скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);

* различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.

ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в

районе проживания;

* осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
* ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
* обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
* правильно вести себя в учреждениях культуры;
* пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
* ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте; - пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения ***способам проведения досуга.***Этой задачи посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр). У детей формируются:

* представления о способах организации досуга (посещения музея, кинотеатра, библиотеки и др.); - умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 5 класса учащиеся постепенно ***готовятся к семейной жизни.*** Семья – это микросоциальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и ***социально значимые умения:***

* называть себя (фамилию, имя, отчество, возраст), адрес;
* называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
* определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
* ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
* планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семьи за месяц, планировать расходы; - называть правила ухода за маленькими детьми в семье;
* приглашать и принимать гостей;
* поздравлять с праздником;
* называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Содержание данного раздела «Трудоустройство» (9 кл.) направленно на ориентировку учащихся.

называть основные документы гражданина РФ.

* называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;
* оформлять документы (заявление, анкета);
* ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

Итак, ***основными содержательными линиями*** в области социально-бытовой ориентировки школьников с ОВЗ является следующие:

* ***бытовая трудовая деятельность:*** умения в сфере организации питания, ухода за телом, одеждой, обувью, жилищем, комнатными растениями и другими предметами обихода; - ***предприятия и учреждения сферы обслуживания населения:***

Ориентировка в услугах предприятий и учреждений сферы обслуживания населения (торговли, службы быта, связи, культуры, медицинской помощи, транспорта), практические умения пользоваться ими; - ***семья:***представления о семье, семейных взаимоотношениях, организации быта и досуга семьи;

* ***трудоустройство:*** представления о возможностях и порядке трудоустройства, об организационных аспектах профессиональной трудовой деятельности;
* ***организация досуга;*** места и способы проведения досуга.

**5. Основное содержание предмета ОСЖ**

5 класс

**Разделы**

**Краткое содержание**

**«Введение»**

Беседа о цели, содержании и значении предмета СБО. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических

требований на занятиях

**«Личная гигиена»**

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически

Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

**«Одежда и обувь»**

Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.) Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви.

**«Питание»**

Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.).значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними.. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды .Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.

**«Культура поведения»**

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.

**«Жилище»**

Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы.

**Практическая работа**

Заполнение почтового адреса на открытках.

**«Транспорт»**

Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

**«Торговля»**

Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

**Календарно-тематическое планирование 5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **план** | **факт** |
| 1 | Введение | 1 |  |  |
| 2 | Правила личной гигиены в течение дня | 1 |  |  |
| 3 | Предметы и средства личной гигиены | 1 |  |  |
| 4 | Уход за полостью рта. Уход за ушами | 1 |  |  |
| 5 | Уход за волосами | 1 |  |  |
| 6 | Поведение в музее, библиотеке. | 1 |  |  |
| 7 | Поведение в кино, театре. | 1 |  |  |
| 8 | Виды жилых помещений в городе и деревне | 1 |  |  |
| 9 | Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений) | 1 |  |  |
| 10 | Гигиенические требования к жилому помещению, инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола. | 1 |  |  |
| 11 | Значение продуктов питания для здоровья человека. | 1 |  |  |
| 12 | Кухонная посуда, приборы, приспособления, назначение | 1 |  |  |
| 13 | Чайная посуда. Сервировка стола к завтраку. | 1 |  |  |
| 14 | Правила заваривания чая. | 1 |  |  |
| 15 | Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе | 1 |  |  |
| 16 | Правила поведения в транспорте, на улице. | 1 |  |  |
| 17 | Проезд в школу (транспортный и пешеходный маршрут) | 1 |  |  |
| 18 | Правила дорожного движения | 1 |  |  |
| 19 | Поведение за столом | 1 |  |  |
| 20 | Основные виды магазинов. Их назначения. Правила поведения в магазине. | 1 |  |  |
| 21 | Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара. | 1 |  |  |
| 22 | Порядок покупки товара в продовольственном магазине. | 1 |  |  |
| 23 | Приготовление бутербродов | 2 |  |  |
| 24 | Приготовление салата или винегрета (вареные овощи) | 1 |  |  |
| 25 | Виды одежды и головных уборов, их назначение | 1 |  |  |
| 26 | Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению. | 1 |  |  |
| 27 | Виды обуви, их назначение | 1 |  |  |
| 28 | Повседневный уход за кожаной обувью, за обувью из замши, текстиля, шерсти (валяная) | 1 |  |  |
| 29 | Подготовка обуви к хранению | 1 |  |  |
| 30 | Повторение пройденной темы. Проверочная работа. | 1 |  |  |
| 31 | Повторение пройденной темы. Проверочная работа. | 1 |  |  |
| 32 | Повторение пройденной темы. Проверочная работа. | 1 |  |  |
| 33 | Повторение пройденной темы. Тест - поездка на городском транспорте | 1 |  |  |
| 34 | Тест - поездка на городском транспорте | 1 |  |  |