

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Курганской области
Управление образования Притобольного муниципального округа
МКОУ "Глядянская СОШ"


РАССМОТРЕНО

На заседании
педагогического ППк

Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

 Кекулова Т.Л.

На заседании педагогического
совета

 Леонова Т.Н.
Протокол № 1 от «31» 08 2023

УТВЕРЖДЕНО

И.о.директора

 Леонова Т.Н.

Приказ № 164/1 от «31» 08 2023 г.

АДАптированная образовательная программа
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
В РЕЖИМЕ ИНКЛЮЗИИ (вариант 9.1)
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Составитель: учитель высшей
квалификационной категории
Кекулова Т.Л.

с.Глядянское 2023

Пояснительная записка

Адаптированная образовательная программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Данная программа предназначена для обучающегося 11 класса общеобразовательной школы и рассчитана на 1 год обучения из расчета 1 час в неделю. Состоит из разделов:

- Личная гигиена и здоровье.
- Охрана здоровья.
- Жилище.
- Одежда и обувь.
- Питание.
- Транспорт.
- Средства связи.
- Предприятия, учреждения и организации.
- Семья.

Изучение этих разделов позволяет практически знакомить учащегося с окружающим социумом, формировать у него навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких.

Соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, в 10-11 классах учащиеся продолжают изучение тем, включенных в программы для 5-7 классов. Программа построена по такому принципу: опора на имеющиеся знания, умения и навыки, формирование на их базе новых, с расширением и углублением изученных ранее тем. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими учащихся. В связи с этим учитель может исключить какие-то темы как неактуальны для данного региона и внести свои. В старших классах учитель должен избегать прямых указаний учащимся на то, как поступать в той или иной ситуации, а стараться приучать их использовать имеющийся опыт, наблюдения за работой товарища, следует ставить детей перед необходимостью принимать самостоятельные решения. Положительные результаты дают задания учащимся собирать дополнительный материал для работы на уроке. Значительное время необходимо отводится на практические работы и экскурсии. В результате прохождения программы используется культурно-образовательная среда районного центра: экскурсии, походы в библиотеки, магазины.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

— 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.

Основные формы и методы работы.

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал. **Беседа** – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках.

Практическая работа – в зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как групповые, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя. Активное участие в практической работе ведёт к систематизации углублению знаний, к выработке умений и навыков.

Экскурсия – им отводится значительное место в программе. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Например, в изучении раздела «Средства связи» проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» следует закончить экскурсией в сбербанк. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в

сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевая игра применяется как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения.

Самым значимым и эффективным методом изучения программного материала на занятиях является собственная предметно-практическая деятельность учащихся. Используется культурно-образовательная среда районного центра: экскурсии, походы в библиотеки, магазины.

Технологии:

- Словесные методы (рассказ, объяснение, беседа). Беседа может быть вводной и предварять другие виды работ для привлечения к ним интереса учащихся, а также может использоваться для закрепления полученных знаний при повторении пройденного. Беседа на занятиях всегда, где это возможно, должна сопровождаться использованием средств наглядности: реальными предметами, макетами, схемами.

- Наглядные методы (натуральные предметы: одежда, обувь, посуда; реальные объекты: помещение, учреждение, муляжи, игрушки, изображения: предметные, сюжетные).

- Практические методы (дидактические игры, упражнения, задания, тесты, самостоятельная работа).

На занятиях практическая работа по освоению того или иного навыка включает в себя инструктаж, демонстрацию правильных приемов выполнения действия, повторение учащимися этого действия. Практическое освоение навыка может проводиться только после выяснения того, насколько данный навык соответствует возможностям учащихся.

Межпредметные связи

Межпредметная связь уроков ОСЖ состоит в обучении планированию любого вида деятельности. Кроме того, умственно отсталый учащийся затрудняется представить конечный результат своей деятельности. Задача учителя – приучить ученика не начинать работу без конкретного представления продукта своей деятельности.

Развитие коммуникативных функций речи является непременным условием усвоения курса социально-бытовой ориентировки. Эта задача решается в тесной связи с уроками русского языка и чтения. Многократное употребление типовых фраз в письменной и устной речи способствует закреплению их памяти. На уроках ОСЖ учитель может успешно решать эту задачу в ролевых играх, словесных описаниях учениками бытовых сцен.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы учащиеся должны знать, понимать, уметь и использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и

повседневной жизни, а также научатся правилам ведения домашнего хозяйства; получат теоретические и практические знания о самостоятельной жизни и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках, достаточные для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и в быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

Тематическое планирование

10 класс

№	Раздел урока	Кол - во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Личная гигиена и здоровье	2	1	1
2.	Охрана здоровья	2	1	1
3.	Жилище	6	3	3
4.	Одежда и обувь	3	1	2
5.	Питание	5	1	4
6.	Транспорт	3	1	2
7.	Средства связи	3	1	2
8.	Предприятия, организации, интернет	4	2	2
9.	Семья	6	3	3
	Всего	34	14	20

Учебно-тематическое планирование

Личная гигиена и здоровье (2 часа)

Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация, загазованность воздуха).

Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека, последующие поколения. Здоровье и красота. Средства ухода за кожей лица девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Охрана здоровья (2 часа)

Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.

Жилище (6 часов)

Интерьер. Качества интерьера: функциональность, гигиеничность эстетичность. Рациональная расстановка мебели в помещении в зависимости от функционального назначения комнаты, площади, наличия мебели.

Композиция интерьера: расположение и соотношение составных частей интерьера: мебели, светильников, бытового оборудования, функциональных зон. Соблюдение требований подбору занавесей, светильников и других деталей декор.

Ремонтные работы в доме. Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен.

Виды обоев: бумажные, флизелиновые, виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида, самостоятельное изготовление клея.

Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность, размеры). Самостоятельная оклейка стен обоями: подборка обоев, правила наклеивания.

Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.

Одежда и обувь (3 часа)

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант. Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант. Ателье индивидуального пошива одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.

Стиль одежды. Определение собственного размера одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры); раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех. Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды). Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни.

История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды. Национальная одежда.

Питание (5 часов)

Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.

Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.

Мясные блюда (виды, способы приготовления). Приготовление котлет из готового фарша. Жарка мяса. Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная.

Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары.

Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Транспорт (3 часа)

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Средства связи (3 часа)

Телефонная связь. Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта и ее преимущества. Видео-связь (скайп). Видеоконференции. Особенности, значение в современной жизни.

Предприятия, организации, учреждения (4 часа)

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Организации. Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.

Семья (6 часов)

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи.

Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.

Будущая семья. Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения.

Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи домашней деятельностью.

Ответственность родителей (законных представителей) за будущее обучающегося.

Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством.

Список литературы

Девяткова Т.А. Социально- бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Т.А. Девяткова. – М.: ВЛАДОС, 2004.- 304с.

Пузанов Б.П. Обучение и воспитание детей с интеллектуальными нарушениями: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Б.П. Пузанов. – М.: ВЛАДОС, 2011. – 439с.

А.М. Щербакова, Н.М. Платонова Программно- методическое обеспечение для 10- 12 классов с углубленной трудовой подготовкой в специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Пособие для учителя/ А.М. Щербакова, Н.М. Платонова.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2006.- 331с.

Щербакова А.М. Новая модель обучения в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида / А.М. Щербакова- М.: НЦ ЭНАС, 2001.- 184с.

Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида: пособие для учителя/ - Гуманитар.изд. центр ВЛАДОС,2006.-247с.

