**Пояснительная записка**

Рабочая программа по  учебному курсу «Основы социальной жизни» по адаптированной общеобразовательной программе для обучающихся с ОВЗ (УО вариант1) 4 класса  разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с приказом от 19.12.2014 № 1599 об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

**Цели предмета:** Формирование и развитие накопления социально-трудовых и профессиональных 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

**Задачи предмета:**

*Образовательные:*

• Научить выполнять определённые программой виды работ по алгоритму.

• Сформировать навыки безопасного поведения при работе с устройствами,

• механизмами, химическими средствами.

• Сформировать элементарные коммуникативные навыки, обеспечивающие возможность

• работы в небольшом коллективе.

• Обеспечить получение опыта деятельности.

• Передать технологию выбора алгоритма в зависимости от вида работ.

*Коррекционные:*

• Корригировать внимание учащихся развивать устную речь.

• Способствовать формированию познавательного интереса учащихся к предмету.

• Развивать эмоционально волевую сферу в процессе практической деятельности.

• Активизировать словарный запас, умение вести диалог по теме.

*Воспитательные*:

Воспитание личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов 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; развитие обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

**Общая характеристика учебного процесса**.

Формы организации учебного процесса

Особое внимание обращено на исправление имеющихся у воспитанников специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы: принцип коррекционной направленности, воспитывающий и развивающий принципы, принцип доступности обучения, принцип систематичности и последовательности, принцип наглядности в обучении, принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации учащихся.

При последовательном изучении курса "Основы социальной жизни" может быть использован разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, типологических и индивидуальных особенностей учеников.

**Формы работы**

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций и др.

В зависимости от задач урока и оснащении кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные (групповые), так и индивидуальные (выполнение учеников всех операций под руководством учителя).

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний – заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Задания для учащихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого ученика. Оценка знаний учащихся осуществляется по результатам письменных повседневных работ учащихся, текущих и итоговых контрольных работ.

Диагностика основных знаний, умений и навыков проводится на начало и конец учебного года, данные отражаются в таблице.

**Методы урока.**

На уроках "Основы социальной жизни" используются следующие методы урока:

• словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;

• наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;

• практические: карточки, тесты.

Типы уроков:

• урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала;

• урок закрепления знаний, умений, навыков (практический урок);

• урок обобщения и систематизации знаний (тестирование);

• комбинированный урок;

• нестандартные уроки (экскурсия, урок- ролевая игра и др.)

Используются ТСО:

ПК, компьютерные презентации.

Используются ТСО:

Интерактивная доска, ПК, видеофрагменты фильмов(DVD), компьютерные презентации, музыкальные композиции.

**Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.**

***в сфере организации питания:***

* различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
* определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жаренном виде) разных продуктов питания; - различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
* размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
* обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
* готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
* правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.); - сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
* убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
* соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;
* ***в сфере ухода за телом;***
* выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы); - мыть тело;
* мыть и расчёсывать волосы;
* чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
* пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить; пользоваться дезодорантом;
* оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.
* ***в сфере ухода за одеждой и обувью:***
* пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
* складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
* чистить одежду щёткой;
* стирать одежду вручную и в стиральной машине;
* гладить одежду;
* выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
* зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
* чистить обувь;
* сушить мокрую обувь;
* ***в сфере ухода за жилищем:***
* наводить порядок в помещении;
* застилать постель;
* удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
* подметать и мыть, пол;
* пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий;
* пользоваться пылесосом;
* выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
* ухаживать за комнатными растениям (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

Учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями ***сферы обслуживания населения.*** В процессе обучения у детей формируются следующие ***жизненно значимые умения:***

* 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.

В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются ***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.

**Прогнозируемые результаты:**

-достижение максимально возможного уровня развития социально-бытовых навыков;

-формирование положительного отношения к осваиваемым видам деятельности;

-умение жить в коллективе.

Количество часов в неделю – 0,5 часа

Количество часов в год – 17 часов

**Основное содержание предмета ОСЖ**

4 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.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Раздел, тема урока | Кол-во часов | Дата  План/ факт |
| *Раздел «Личная гигиена»* | | | |
| 1 | Понятие «ЗОЖ». Составляющие  Определение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». | 0,5 | 04.09 |
| 2 | Правила личной гигиены  Личная гигиена. Значение личной гигиены для здоровья человека Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета | 0,5 | 11.09 |
| 3 | Личные вещи: носовой платок, зубная щетка, расческа, мочалка, полотенца, носки, трусики – только для индивидуального пользования. Содержание их в чистоте – залог здоровья | 0,5 | 18.09 |
| 4 | Уход за волосами  Уход за волосами. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически. | 0,5 | 25.09 |
| 5 | Правила охраны зрения, уход за ушами.  Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Уход за ушами. | 0,5 | 02.10 |
| *Раздел «Одежда и обувь»* | | | |
| 6 | Значение одежды, головных уборов и обуви | 0,5 | 09.10 |
| 7 | Виды одежды , обуви и головных уборов Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье) | 0,5 | 16.10 |
| 8 | Назначение одежды. Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Повседневный уход за одеждой | 0,5 | 23.10 |
| 9 | Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. | 0,5 | 06.11 |
| 10 | Уход за обувью | 0,5 | 13.11 |
| 11 | Правила, приёмы и средства ухода за обувью. Уход за мокрой обувью. Подготовка к хранению обуви | 0,5 | 20.11 |
| 12 | Подготовка к хранению одежды. Подготовка к хранению обуви | 0,5 | 27.11 |
| *Раздел «Питание»* | | | |
| 13 | Значение питания | 0,5 | 04.12 |
| 14 | Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т.д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. | 0,5 | 11.12 |
| 15 | Место и условия приготовления пищи. Санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления пищи | 0,5 | 18.12 |
| 16 | Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства по уходу за посудой | 0,5 | 25.12 |
| 17 | Инструктаж по технике безопасности при работе с кипятком, электрочайником. | 0,5 | 15.01 |
| 18 | Приготовление завтрака .Различные меню завтрака. Секреты заваривания настоящего чая. | 0,5 | 22.01 |
| 19 | Правила сервировки стола к завтраку.  Назначение посуды и приборов. Назначение салфеток в сервировке и трапезе. | 0,5 | 29.01 |
| 20 | Бутерброды.  Простые и комбинированные , горячие и холодные бутерброды.  Правила пользования ножом, плитой. | 0,5 | 05.02 |
| 21 | Приготовление яичницы и омлета .Работа по технологической карте Инструктаж по технике безопасности работа с  электроприборами | 0,5 | 12.02 |
| 22 | Салат.  Общие правила приготовления салатов. Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом | 0,5 | 19.02 |
| *Раздел «Культура поведения»* | | | |
| 23 | Красота - родная сестра здоровья  Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя | 0,5 | 26.02 |
| 24 | О культуре поведения  Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании Вежливые слова. | 0,5 | 05.03 |
| 25 | Правила общения  Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками речевой этикет при обращении с просьбой и вопросом к старшим и сверстникам | 0,5 | 12.03 |
| 26 | Правила поведения за столом  Правила поведения за столом во время приема пищи (пользоваться столовыми приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу) | 0,5 | 19.03 |
| *Раздел «Жилище»* | | | |
| 27 | Виды жилых помещений  Виды жилых помещений в городе и деревне | 0,5 | 09.04 |
| 28 | Мой дом  Жилой дом, интернатские помещения, Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления | 0,5 | 16.04 |
| 29 | Почтовый адрес  Почтовый адрес дома и школы | 0,5 | 23.04 |
| *Раздел «Транспорт»* | | | |
| 30 | Виды транспортных средств  Наземный городской транспорт Поведение в транспорте, поведение на улице(правила посадки, покупки билета, поведение в салоне при выходе на улицу | 0,5 | 30.04 |
| 31 | Правила дорожного движения  Правила дорожного движения, знаки дорожного движения. Правила передвижения пешком и на велосипеде. | 0,5 | 30.04 |
| *Раздел «Торговля»* | | | |
| 32 | Виды магазинов, их значение  Виды торговых предприятий:  продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их значение для жизни людей. | 0,5 | 07.05 |
| 33 | Продуктовые магазины  Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Виды отделов в продовольственных магазинах | 0,5 | 14.05 |
| 34 | Продукты для завтрака  Правила покупки товаров в продовольственных магазинах | 0,5 | 21.05 |
| ИТОГО | | 17 ч |  |

**Нормы оценивания**

В целях обеспечения усвоения программного материала и овладения необходимыми умениями каждым учеником организован систематический контроль уровня обученности. Он включает в себя контроль за усвоением знаний и контроль сформированности умений и навыков. Формы контроля отражены в тематическом планировании. Отметка "5" "4" "3" "2" За письменный ответ ставится учащемуся, если он:

Отметка "5" При выполнении от 90% до 100% задания.

Отметка "4" При выполнении от 60% до 90% задания.

Отметка "3" При выполнении от 40% до 60% задания.

Отметка "2" При выполнении менее 40% задания.

Оценка устных ответов:

"5" За устный ответ ставится учащемуся, если он:

Обнаруживает понимание пройденного материала. Самостоятельно или с помощью учителя может сформулировать и обосновать ответ, привести необходимые примеры полученных знаний в практике, в жизни. Допускает незначительные неточности (оговорки), не влияющие на правильность понятий, которые исправляет сам или с помощью учителя. Ученик в основном, последователен в изложении учебного материала.

"4" Дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки "5", но затрудняется в формулировании отдельных понятий и определений. Исправляет их с помощью учителя. Делает ошибки по практическому применению отдельных положений изучаемых предметов в повседневной жизни. Исправляет их с помощью учителя.

"3" Обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал (вопрос) недостаточно полно и последовательно, с большими затруднениями. Допускает ошибки в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя.

"2" Делает ошибки, вызванные недопониманием учебного материала. Обнаруживает незнание большей, или наиболее существенной, части изученного материала. Допускает ошибки в формулировке правил, понятий, искажает их смысл. Не всегда в состоянии понять и ответить на поставленный вопрос. Делает грубые ошибки в изложении материала, не использует помощь учителя.

**Литература:**

1. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006.;
2. Девяткова Т.А.,Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., ЩербаковаА.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/.- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005.
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013.
4. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994.
5. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательный учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012.

**Контрольно-измерительные материалы**

**Контрольная работа по СБО за год 4 класс**

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*1. Из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ٧*

Лицо, шею, уши моют с мылом

2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц

*2. Полностью мыться (принимать душ, ванну) нужно не реже*

1 раза в неделю 1 раза в месяц 1 раз в месяц

*3. Умываться нужно водой*

горячей, холодной, тёплой

*4. Перед едой нужно*

Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот

*5. После еды нужно*

Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши

*6.Назови комнату, предназначенную для детей.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*7.Зачеркни лишнее.*

Семья – это

мама, папа, брат, сестра, подруга, дедушка

*8.Что делают с грязной резиновой обувью?*

Моют Сушат Чистят

*9.Как называется вид одежды, которую носят осенью-весной?*

Осенняя Весенняя Осенне-весенняя Демисезонная