**Пояснительная записка, в которой конкретизируются общие цели образования с учетом специфики учебного предмета, коррекционного курса**

**Рабочая программа составлена на основе:**

1. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (С изменениями и дополнениями от: 7 мая, 7 июня, 2, 23 июля, 25 ноября 2013 г., 3 февраля, 5, 27 мая, 4, 28 июня, 21 июля, 31 декабря 2014 г., 6 апреля, 2 мая, 29 июня, 13 июля, 14, 29, 30 декабря 2015 г., 2 марта, 2 июня, 3 июля, 19 декабря 2016 г., 1 мая, 29 июля, 5, 29 декабря 2017 г., 19 февраля, 7 марта, 27 июня, 3, 29 июля, 3 августа, 25 декабря 2018 г., 6 марта, 1 мая, 17 июня, 26 июля, 1 октября, 2, 27 декабря 2019 г., 6 февраля, 1, 18 марта, 24 апреля 2020 г.)

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)

4. Приказ Минпросвещения России от 20.05.2020 N 254 (ред. от 23.12.2020) "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.09.2020 N 59808)

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.

**Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса с учетом особенностей его освоения обучающимися**

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

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, 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 воспитанников 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.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

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

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов, презентации и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

**Описание места учебного предмета в учебном плане**

34 часа в год, 1 раз в неделю

**Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета,**

**коррекционного курса**

**Личностными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

-знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;

-осознание своей национальности;

-уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;

-принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;

-определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;

-сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;

-умение устанавливать личностный смысл;

-понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;

-умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;

-уважительное отношение к чужому мнению.

**Предметными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

-знание и соблюдение правил личной гигиены;

-соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;

-соблюдение правил поведения в общественных местах;

-соблюдение правил техники безопасности;

-соблюдение правил дорожного движения;

-знание видов и назначения одежды и обуви;

-знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;

-знание и соблюдение правил поведения в магазине;

-знание назначения посуды и столовых приборов;

-умение заваривания чая;

-сервировка стола к завтраку.

В результате освоения предмета «Основы социальной жизни» в 5 классе обучающиеся должны:

**знать:**

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

- правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;

- виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;

- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;

- различные меню завтрака;

- правила поведения за столом;

- правила поведения при встрече и расставании;

- почтовый адрес своего дома и школы;

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы;

- виды магазинов и их назначение.

**уметь:**

- совершать утренний туалет;

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезоны;

- накрывать стол с учетом конкретного меню;

- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и

сверстниками;

- обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;

- соблюдать правила дорожного движения;

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки,

покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

- соблюдать правила поведение в магазине;

- оплачивать покупку;

- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

**владеть:**

- совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;

- соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме,

просмотре телепередач;

- соблюдать правила поведения в общественных местах;

- производить сухую и влажную уборку помещений;

- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;

- распределять кухонные принадлежности по назначению;

- использовать предметы для сервировки стола к завтраку;

- правильно заваривать чай;

- пользоваться нагревательными приборами;

- правильно сидеть за столом;

- пользоваться столовыми приборами, салфеткой;

- соблюдать правила поведения в транспорте и на улице (правила посадки,

поведения в салоне и при выходе из транспорта);

- соблюдать правила поведения в магазине;

- приготавливать бутерброды;

- приготавливать вторые блюда из вареных овощей;

- различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная,

рабочая, спортивная;

- подбирать одежду и головные уборы по сезону, в зависимости от назначения;

- сушить и чистить одежду и обувь;

- подготавливать одежду и обувь к хранению.

**Минимальный уровень:**

-представления о разных группах продуктов питания;

-знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным

группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

-приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

-представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу

приготовления пищи;

-соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

-знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;

-соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

-знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

-знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

-совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

-знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах,

транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

**Достаточный уровень**:

-знание способов хранения и переработки продуктов питания;

-составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

-самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

-самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

-соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами,

кожей рук и т.д.;

-соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;

-представления о морально-этических нормах поведения;

-некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья,

мытье посуды и т. п.).

**Содержание учебного предмета, коррекционного курса**

**Введение (2 часа)**

Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда.

**Личная гигиена (3 часа)**

**Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. *Утренний и вечерний туалет*: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения,** **уход.**

Правила личной гигиены в течение дня. П.р.Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос.

Предметы и средства личной гигиены. П.р. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей.

**Значение зрения в жизни и деятельности человека.**

Гигиена зрения. П.р. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

**Одежда и обувь (6 часов)**

Виды одежды. **Правила содержания личных вещей.** Чистка и сушка одежды.

**Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.**

П.Р. Чистка и сушка повседневной одежды. Виды обуви.

**Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).**

Чистка и сушка обуви. П.Р. Чистка и сушка обуви. Хранение одежды и обуви. **Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.** Виды головных уборов.

**Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.**

**Питание (12 часов)**

Значение питания в жизни человека. **Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.**

Кухонные принадлежности. **Предметы для сервировки стола: назначение, уход**.

Уход за посудой. Чайная посуда. Правила заваривания чая**. Способы заварки чая.** П.Р. Заваривание чая.

Повторный инструктаж по охране труда. **Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.**

**Сервировка стола.** Сервировка стола к завтраку. П.Р. Сервировка стола к завтраку. Нарезка хлеба, овощей.

**Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. Бутерброды.**

Приготовление бутербродов. П.Р. Приготовление бутербродов. **Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.**

Приготовление салата. П.Р. Приготовление салата.

**Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).**

**Транспорт (3 часа)**

Виды транспортных средств. П.Р.Составление маршрута от дома до школы.

**Виды городского транспорта.** **Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.** Поведение в транспорте. **Правила поведения в городском транспорте.**

Правила дорожного движения. П.Р. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

**Жилище (2 часа)**

**Типы жилых помещений в городе и сельской местности.** **Коммунальные удобства в городе и сельской местности.**

Виды жилых помещений. П.Р. Сухая и влажная уборка помещений. Почтовый адрес дома, школы. **Домашний почтовый адрес.**

**Культура поведения (4 часа)**

Поведение в музее, библиотеке. Поведение в кино, театре. П.Р. Выполнение упражнений для укрепления осанки.

Поведение за столом. П.Р.Правила поведения за столом. **Правила этикета за столом.**Правила приема пищи.

**Торговля (2 часа)**

**Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности).**

Основные виды магазинов. Отделы. **Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).**

П.Р. Определение срока годности товара. Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара.

П.Р. Оплата покупки, проверка чека, сдачи.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

**5 КЛАСС – 34 ЧАСА (1 РАЗ В НЕДЕЛЮ)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, тема занятия** | **Кол-во часов** | **Характеристика основных видов учебной деятельности (БУД)** | **Дата** |
| **Введение (2 часа)** | | | | |
| 1 | Знакомство с предметом. | 1 | Знание названия учебного курса, цель нового учебного предмета, его назначение. Слушать собеседника, вступать в контакт. Развитие связной речи через умение вести диалог. Осознанно действовать для решения конкретных задач. |  |
| 2 | Вводный инструктаж по охране труда. | 1 | Знание правил обучающихся в кабинете, знание охраны труда и безопасной работы на занятиях. |  |
| **Личная гигиена (3 часа)** | | | | |
| 3 | **Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. *Утренний и вечерний туалет*: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения,** **уход.**  Правила личной гигиены в течение дня.  П.р.Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. | 1 | Формирование и развитие умений и навыков по выполнению и соблюдению правил личной гигиены. Развитие гигиенических навыков. Развитие речи. Формирование и развитие эстетических качеств личности. Развитие самостоятельности. |  |
| 4 | Предметы и средства личной гигиены.  П.р. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. | 1 | Привитие умений и навыков ухода за предметами личной гигиены. Устанавливать и выявлять причинно-следственные связи. Воспитание аккуратности, опрятности. |  |
| 5 | **Значение зрения в жизни и деятельности человека.**  Гигиена зрения.  П.р. Комплекс упражнений гимнастики для глаз. | 1 | Становление мотивационной сферы гигиенического поведения. Выработка навыков гигиены зрения. Расширение активного словарного запаса и кругозора. Воспитание чувства взаимопомощи и самостоятельности. |  |
| **Одежда и обувь (6 часов)** | | | | |
| 6 | Виды одежды.  **Правила содержания личных вещей.** | 1 | Развитие внимания, мышления, связной речи через умение вести диалог. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. |  |
| 7 | Чистка и сушка одежды.  **Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.**  П.Р. Чистка и сушка повседневной одежды. | 1 | Формирование и развитие умений и навыков по выполнению правил и приемов по уходу за одеждой. Умение работать в группах. Воспитание аккуратности, опрятности. |  |
| 8 | Виды обуви.  **Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).** | 1 | Развитие зрительного восприятия, внимания, памяти. Воспитание толерантности. Осознанно действовать для решения конкретных задач. |  |
| 9 | Чистка и сушка обуви.  П.Р. Чистка и сушка обуви. | 1 | Осознанно действовать для решения конкретных задач. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. Воспитание чувства взаимопомощи и самостоятельности. |  |
| 10 | Хранение одежды и обуви. **Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.** | 1 | Систематизация знаний. Расширение кругозора, словарного запаса. Воспитание аккуратности, опрятности. |  |
| 11 | Виды головных уборов.  **Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.** | 1 | Развитие зрительного восприятия, внимания, памяти. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. |  |
| **Питание (12 часов)** | | | | |
| 12 | Значение питания в жизни человека.  **Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.** | 1 | Формирование представлений о значения питания в жизни и деятельности людей. Расширение активного словарного запаса и кругозора. |  |
| 13 | Кухонные принадлежности. **Предметы для сервировки стола: назначение, уход**. | 1 | Умение аргументировать свое мнение. Воспитание коммуникативных навыков. Развитие логического мышления, эстетического вкуса. |  |
| 14 | Уход за посудой. | 1 | Умение аргументировать свое мнение. Воспитание коммуникативных навыков. Развитие логического мышления, эстетического вкуса. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности. |  |
| 15 | Чайная посуда. | 1 | Осознанно действовать для решения конкретных задач. Воспитывать аккуратность, опрятность, эстетический вкус. Уметь оценивать себя. |  |
| 16 | Правила заваривания чая**. Способы заварки чая**  П.Р. Заваривание чая. | 1 | Формирование умения приготовления чая. Развитие способностей к обобщению, классификации. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. |  |
| 17 | Повторный инструктаж по охране труда.  **Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.** | 1 | Развивать умение планировать свою деятельность. Формирование навыков по приготовлению завтрака. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 18 | **Сервировка стола.**  Сервировка стола к завтраку.  П.Р. Сервировка стола к завтраку. | 1 | Развивать умение выполнять упражнения по аналогии, по готовым образцам. Формирование навыков по сервировке стола. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 19 | Нарезка хлеба, овощей.  **Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.** | 1 | Умение планировать свою работу. Ознакомление с правилами работы режущими предметами. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 20 | **Бутерброды.**  Приготовление бутербродов.  П.Р. Приготовление бутербродов. | 1 | Умение планировать свою работу. Ознакомление с видами бутербродов, технологией их приготовления. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 21 | **Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.** | 1 | Умение планировать свою работу. Ознакомление с видами хлебобулочной продукции. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 22 | Приготовление салата.  П.Р. Приготовление салата. | 1 | Формирование знаний о разнообразии блюд из овощей. Умение приготовления салатов. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| 23 | **Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).** | 1 | Формирование знаний о разнообразии блюд из овощей. Умение приготовления блюд из молока. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. |  |
| **Транспорт (3 часа)** | | | | |
| 24 | Виды транспортных средств.  П.Р.Составление маршрута от дома до школы.  **Виды городского транспорта.** **Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.** | 1 | Развитие умения правильно ориентироваться в дорожных ситуациях. Развитие способности к обобщению и классификации. |  |
| 25 | Поведение в транспорте. **Правила поведения в городском транспорте.** | 1 | Воспитание культуры поведения. Развитие способности к обобщению и классификации. |  |
| 26 | Правила дорожного движения.  П.Р. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе. | 1 | Развитие наблюдательности, мышления, внимания на дорогах. Формирование системы знаний и умений по правилам дорожного движения. |  |
| **Жилище (2 часа)** | | | | |
| 27 | **Типы жилых помещений в городе и сельской местности.** **Коммунальные удобства в городе и сельской местности.**  Виды жилых помещений.  П.Р. Сухая и влажная уборка помещений. | 1 | Развитие представлений о видах жилых помещений. Развитие кругозора, логического мышления, культуры речи, внимания. Воспитание чувства любви к дому. |  |
| 28 | Почтовый адрес дома, школы. **Домашний почтовый адрес.** | 1 | Ознакомление с правилами написания почтового адреса. Развитие эстетического вкуса. Умение анализировать, обобщать, воображать. Воспитание чувства ответственности, аккуратности, инициативности, трудолюбия. |  |
| **Культура поведения (4 часа)** | | | | |
| 29 | Поведение в музее, библиотеке. | 1 | Воспитание культуры поведения. Развитие коммуникативных навыков. Умение анализировать. Воспитание вежливости, доброты, внимательного отношения к окружающим людям. |  |
| 30 | Поведение в кино, театре.  П.Р. Выполнение упражнений для укрепления осанки. | 1 | Воспитание культуры поведения. Развитие коммуникативных навыков. Умение анализировать. Воспитание вежливости, доброты, внимательного отношения к окружающим людям. |  |
| 31 | Поведение за столом.  П.Р.Правила поведения за столом.  **Правила этикета за столом.** | 1 | Совершенствование умений по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развитие мышления через решение проблемных ситуаций. Воспитание культуры поведения, чувство коллективизма. |  |
| 32 | Правила приема пищи. | 1 | Совершенствование умений по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развитие мышления через решение проблемных ситуаций. Воспитание культуры поведения, чувство коллективизма. |  |
| **Торговля (2 часа)** | | | | |
| 33 | **Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности).**  Основные виды магазинов. Отделы.  **Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).**  П.Р. Определение срока годности товара. | 1 | Развитие кругозора, логического мышления, культуры речи. Осмысление уже известных знаний. Умение анализировать полученную информацию и делать собственные выводы. Воспитание самостоятельности. |  |
| 34 | Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара.  П.Р. Оплата покупки, проверка чека, сдачи. | 1 | Развитие кругозора, логического мышления, культуры речи. Развитие аналитико-синтетических способностей. Воспитание самостоятельности, культуры поведения. |  |

**Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**