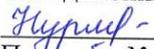


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Рахмангуловская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО:

На школьном методическом
Объединении

 А.Т.Нурмухаметова
Протокол №1 от 30.08.2021г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ
«Рахмангуловская СОШ»
Н.А. Пупышев
Приказ №187 от 31.08.2021г.



АДАптированная рабочая программа
по основам социальной жизни

5-6 классы

(для детей с умственной отсталостью,
интеллектуальными нарушениями)

Составитель:

Салихова Валентина Сергеевна

с. Рахмангулово

Пояснительная записка

При планировании учитывались возрастные особенности подростков 12-14 лет и рекомендации Программы коррекционной работы в школе: Психолого – педагогическое обеспечение образовательного процесса. Нейропсихологическая диагностика, профилактика и коррекция в школе / А.В.Семенович. – М. : Дрофа, 2015.

Данная программа является частью системы учебно – воспитательной работы школы и составлена в соответствии с целями и задачами обучения и воспитания детей с ОВЗ. Она ориентирована на успешную интеграцию каждого ребёнка с ОВЗ в обществе сверстников. Коррекционная направленность программы предполагает:

- учет индивидуально-психологических особенностей каждого обучающегося;
- выбор средств и приёмов, позволяющих наиболее эффективно формировать воспитательное пространство, что ведёт к развитию личности.

Подросток учится жить по законам общества, бережно относиться к окружающему миру, ценить собственное здоровье и здоровье близких, задумываться о самовоспитании. В связи с этим программа воспитания и социализации ставит такие цели и задачи:

Цель:

- ✓ практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи:

- ✓ 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.

Своеобразие развития детей с ОВЗ обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. Нарушение процессов ощущения, восприятия, представления, воображения, мышления, памяти и внимания отличает данных детей от сверстников. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми. Индивидуальные и групповые

коррекционные занятия помогают сбалансировать недостатки личностного развития подростка, способствуют более лёгкой адаптации его в обществе сверстников.

Программа ориентирована на подростков 11 – 14 лет, это обучающиеся 5, 6, 7 классов. Календарный учебный график для каждого класса содержит по 70 учебных часов, из расчёта по 2 часа в неделю. Дети с ОВЗ из этих классов посещают коррекционные занятия педагога – психолога 2 раза в неделю. Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

- ритуал приветствия,
- разминку,
- основное содержание,
- рефлексию по поводу данного занятия,
- ритуал прощания.

В ходе работы используются:

- игровые методы,
- метод обсуждения темы в вопросно – ответной форме,
- ролевые игры,
- работа в парах,
- арт - терапия в различных её видах (рисуночная терапия, музыкотерапия, творческое рассказывание,
- сказкотерапия,
- метод аутогенной тренировки,
- психогимнастика.

Огромную помощь здесь окажет такой вид работы, как чтение произведений по изучаемой теме, обсуждение характеров и поступков героев. Получая знания, обучающиеся будут отрабатывать навыки чтения, анализа произведений.

В предыдущем учебном году обучающиеся посещали коррекционные занятия по темам: «Эмоционально – волевое развитие личности» и «Познай себя». В результате бесед, психодиагностик были выявлены имеющиеся у детей проблемы по личностному развитию, здоровьесбережению, правовому воспитанию, общению в социуме, трудовому воспитанию, творческому развитию. Каждый ребёнок знаком с этими вопросами, но много у него неясностей, вопросов, неточностей в понимании. Учитывая особенности психического развития, ему необходимы разъяснения, корректировки и дополнительные знания по жизненно важным вопросам. В связи с этим в программе выделены приоритетные направления работы, это:

- 1. Личностное развитие**
- 2. Охрана здоровья и Основы безопасности жизнедеятельности**
- 3. Основы гражданского самосознания**
- 4. Творческое развитие**
- 5. Трудовое воспитание**

Каждое направление имеет свои цели, задачи, определяет знания, умения и навыки, которые подростки должны получить по реализации программы.

- **Личностное развитие**

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

Задачи:

- ✓ учить правильно 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
- **«Охрана здоровья и Основы безопасности жизнедеятельности»**

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.

• **«Основы гражданского самосознания»**

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.

• **«Творческое развитие»**

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.

• «Трудовое воспитание»

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 подготовка, 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.

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема направления, занятия	Форма работы	Дата
1.	Вводное занятие. Знакомство, свободные дискуссии о летних каникулах, планах на учебный год	Дискуссия.	
2.	«Дружба. Друг. Настоящий друг».	Нравственные беседы	
3.	«Привычки хорошие и плохие».	Тренинг	
4.	Правила дорожного движения. «Моя дорога в школу и обратно»	Практическое занятие	
5.	Уход за школьной одеждой, обувью.	Практические занятия	
6.	Виды одежды. Уход за ней		
7.	Познавательные беседы: «Витамины укрепляют организм».	Этические беседы	
8.	«Меры пожарной безопасности».		
9.	«Осторожно, гололёд».		
10.	«Права человека и гражданина».	Познавательные беседы	
11.	«Правонарушения»		
12.	«Моя семья»		
13.	Мой уютный класс. Моя комната.	Нравственные беседы	
14.	Что такое общество. «Мы выбираем, нас выбирают».		
15.	«Что такое Конституция».	Ролевые игры	
16.	«Сам сохрани своё здоровье».		
17.	Как празднуют Новый год в разных странах?		
18.	«Новогодние костюмы и маски».	Беседа	
19.	«Курение – опасная ловушка».	Правовые беседы	
20.	«Праздники страны».		

21.	«Спорт укрепляет здоровье».		
22.	«Покормите птиц зимой»	Познавательная беседа. Практическая работа.	
23.	Внимание. Диагностика, тренировка внимания.		
24.	Внимание. Тренировка внимания.	Познавательная беседа.	
25.	Герои Земли русской.		
26.	Мужественность и её черты.	Нравственные беседы, игры.	
27.	День Защитников Отечества.		
28.	Память. Диагностика, тренировка памяти.	Нравственные беседы, игры. Тренинги.	
29.	«Символы России».		
30.	«Кого волнует беспорядок».		
31.	«Герои нашего времени».	Экологическая беседа.	
32.	Меры пожарной безопасности.	Трудовая операция	
33.	«Подарки родным и близким».		
34.	Привычки вредные и полезные.		
35.	Азбука дорожного движения (повторение, обобщение)	Этическая беседа Экскурсия	

Тематическое планирование 6 класс

	Тема урока	дата
<u>Раздел 1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА</u>		
1.	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека	
2.	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота прически	
3.	Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих	
4.	Обобщение тем по разделу «Личная гигиена»	
<u>Раздел 2. ОДЕЖДА И ОБУВЬ</u>		
5.	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека	
6.	Виды одежды и головных уборов	
7.	Правила и способы повседневного ухода за одеждой	
8.	Виды обуви. Повседневный уход за обувью	

9.	Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь»	
<u>Раздел 3. Семья</u>		
10.	Семья, родственные отношения в семье	
11.	Состав семьи учащихся, взаимоотношение в семье	
<u>Раздел 4. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ</u>		
12.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой	
13.	Правила поведения за столом. Сервировка стола к чаепитию	
<u>Раздел 5. ЖИЛИЩЕ</u>		
14.	Виды жилых помещений в городе и селе: жилой дом, квартира, интернат	
15.	Почтовый адрес дома, школы. Заполнение адреса на конвертах. Практическая работа	
16.	Гигиенические требования к жилому помещению	
17.	Обобщение тем по разделу «Жилище»	
<u>Раздел 6. ТРАНСПОРТ</u>		
18.	Виды транспортных средств	
19.	Поведение в транспорте и на улице	
20.	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения	
21.	Обобщение тем по разделу «Транспорт»	
<u>Раздел 7. ТОРГОВЛЯ</u>		
22.	Виды торговых предприятий. Их значение для людей, и животных	
23.	Продуктовые магазины и их отделы	
24.	Порядок покупки товара в продуктовом магазине. Срок годности	
25.	Обобщение тем по разделу «Торговля»	
<u>Раздел 8. ПИТАНИЕ</u>		
26.	Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей.	
27.	Место приготовления пищи и оборудование его	
28.	Посуда и приборы. Правила и приемы ухода за посудой и помещением	
29.	Сервировка стола к завтраку. Практическая работа	

30.	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды	
31.	Приготовление салатов и винегретов. Практическая работа.	
32.	Приготовление салата «Зимний». Практическая работа	
33.	Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца. Практическая работа	
34.	Обобщение тем по разделу «Питание»	
35.	Обобщение разделов за год	