

Российская Федерация
Иркутская область
Шелеховский муниципальный район
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Шелеховского района
«Начальная школа - детский сад № 10»

Рассмотрено на заседании МО УНК МКОУ ШР НШДС № 10 Руководитель МО _____ Воеводина Н.П. _____ Протокол № _____ « » _____ 2023 г	«Согласовано» Заместитель директора по УВР МКОУ ШР НШДС № 10 _____ Н.В.Стребкова « » _____ 2023г.	«Утверждаю» Директор МКОУ ШР НШДС №10 _____ И.В.Жукова Приказ № 209/1 « 31 » августа 2023г.
--	--	--

**Адаптированная образовательная программа
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) вариант 1
по предмету «Человек и общество»
3-4 класс**

Составитель:
учитель начальных классов, педагог-психолог
Потеряева М.А.

п.Большой Луг
2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Человек и общество» для учащихся 3-4 классов по АООП УО (вариант 1) составлена на основании учебного плана МКОУ ШР «НШДС №10»

Целью социально-бытовой подготовки учащихся вспомогательной школы является формирование у каждого ученика того необходимого запаса знаний, навыков и умений, который позволит ему уверенно начинать самостоятельную жизнь после окончания школы, успешно адаптироваться в ней и интегрироваться в социум.

Это предполагает решение следующих **задач**:

- формирование у учащихся знаний и умений бытового труда (личная гигиена, организация питания, уход за жилищем, одеждой, обувью и другими предметами обихода);
- формирование умений пользования услугами различных предприятий и учреждений (торговли, службы быта, связи, культуры, медицинской помощи), транспорта;
- формирование экономико-бытовых умений (бережное отношение к окружающим предметам, к своей одежде, обуви, к продуктам и приготовленной пище, к электричеству, воде и др.);
- формирование представлений и знаний о нормах культуры взаимоотношений с различными людьми (знакомыми и незнакомыми, старшими и младшими, сверстниками), умений общения;
- воспитание эмоционально положительного отношения к окружающим, высших нравственных чувств;
- коррекция развития познавательной деятельности школьников;
- формирование у детей веры в свои силы и возможности.

Эти задачи, являясь важнейшими на протяжении всех лет обучения ребенка в школе, указывают главные направления педагогической работы, на основании которых выделены основные разделы программы предмета «Социально-бытовая ориентировка»:

- Личная гигиена.
- Питание.
- Одежда.
- Обувь.
- Жилище.
- Комнатные растения.
- Улица. Транспорт.
- Предприятия, учреждения.

Данные разделы являются постоянными на протяжении всех лет обучения, однако выделенные в рамках каждого раздела темы из года в год углубляются, расширяются путем включения в их содержание новых сведений. Таким образом, программа построена по концентрическому принципу.

В программе не выделен отдельно раздел, посвященный формированию умений общения и культуры поведения, так как большинство составляющих его тем органично входит в другие, выделенные выше разделы. Это культура поведения за столом, в доме и на улице, в транспорте, в различных учреждениях, на предприятиях, в парке и т.д. Умения общения также формируются во всех изучаемых ситуациях: общение со сверстниками (за столом, в процессе совместного труда по уборке помещения, уходу за комнатными растениями и т.д., в процессе овладения социальными ролями пешеходов, пассажиров, покупателей, зрителей, читателей и т.д.); общение со знакомыми взрослыми (в процессе экскурсий по школе, бесед с ее работниками — поваром, библиотекарем, медсестрой и др., а также с учителями и воспитателями повседневно) и незнакомыми (в процессе экскурсий вне школы). Выделение же данной группы умений в качестве отдельной, названной выше, задачи служит цели акцентирования внимания педагогов на целенаправленное формирование умений общения и правильных моделей поведения в различных жизненных ситуациях.

Круг знаний и умений по каждой теме определялся, исходя из их жизненной необходимости и практической значимости. Так, чтобы обладать необходимой жизненной компетенцией по разделу «Одежда», ученик должен иметь определенные практически значимые сведения об одежде (названия предметов одежды, ее частей; виды одежды; где можно приобрести одежду и др.), уметь одеваться соответственно различным жизненным ситуациям, уметь выполнять трудовые процессы по уходу за одеждой. При разработке программы учитывались требования Временного государственного образовательного стандарта для вспомогательных школ «Социально-бытовая ориентированность», а также следующие принципиальные положения:

- преемственность между дошкольным учреждением и школой;
- доступность знаний, умений, трудовых процессов учащимся младших классов;
- возможность систематического выполнения каждого вида деятельности, указанного в программе, в повседневной деятельности.

Данная рабочая учебная программа рассчитана на 1 год обучения. Логика изложения и содержание программы соответствует примерной программе специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, кроме раздела «Основные приемы обработки продуктов питания и приготовление простейших блюд» (из этого раздела взята лишь одна тема, т.к. нет условий для проведения уроков по темам данного раздела).

Форма организации учебного процесса в коррекционной школе - урок. Эффективность педагогического процесса зависит от используемых методов и приемов обучения. Основными являются: демонстрация, наблюдение, объяснение, экскурсии, упражнения, моделирование реальных ситуаций, дидактические, режиссерские, сюжетно-ролевые игры, игровые ситуации, задания-соревнования, прием сравнения и др. Главное условие эффективности используемых методов — учет при отборе и применении дидактических и коррекционных задач обучения, уровня общего развития и социально-бытового опыта детей, их возможностей.

Каждый урок оснащается необходимыми наглядными пособиями, ТСО, раздаточным материалом. Спецификой данного учебного предмета является необходимость для полноценной реализации его задач и программного материала обеспечения ряда занятий специальными материалами и предметами труда: продуктами, посудой, столовыми приборами, кухонными принадлежностями, тазиками, мылом, лейками, щетками, кремом для обуви и др. Проведение некоторых занятий требует специально оборудованного помещения (стирка, умывание и др.).

Ведущей формой работы учителя с учащимися является фронтальная работа при осуществлении дифференцированного и индивидуального подхода. Формы контроля: наблюдение, собеседование.

МЕЖПРЕДМЕТНЫЕ СВЯЗИ

№ п/п	Раздел программы	Предмет учебного плана	Разделы и темы программы для установления прямых межпредметных связей
1.	Личная гигиена	Развитие речи	Охрана здоровья. Отдых и труд дома.
		Чтение	*О труде и трудолюбии
2.	Питание	Развитие речи	*Овощи, фрукты, ягоды. * Орех лещины, грецкий орех, кедровый орешек

			* Грибы. Грибы съедобные и несъедобные. * Называние посуды. Посуда столовая, чайная.
		Математика	* Решение простых и составных задач * Сложение и вычитание в пределах 100
3.	Одежда и обувь	Развитие речи	* Обувь. Обувь кожаная, резиновая, валяная, текстильная. * Одежда. Как мы одеваемся в разное время года: летняя, зимняя, демисезонная.
		Чтение	* О труде и трудолюбии
4.	Комнатные растения	Развитие речи	* Комнатные растения. Бегония * Комнатные растения. Герань.
		Изобразительное искусство	* Рисование на тему * Беседы по картинам
5.	Жилище	Развитие речи	* Квартира, комната. Столовая. Назначение. * Квартира, комната. Спальня. Назначение. * Квартира, комната. Кухня. Назначение
		Изобразительное искусство	* Рисование на тему
6.	Улица, транспорт	Развитие речи	* Дорожное движение. * Правильный переход улицы.
		Изобразительное искусство	* Рисование на тему * Беседы по картинам
7.	Предприятия	Развитие речи	* Город, село, деревня. * Главная улица, учреждения
		Математика	* Решение простых и составных задач * Сложение и вычитание в пределах 100

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2023-2024 учебный год

класс	количество часов в неделю	количество часов за год	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
4	1	34	8	8	10	8

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся должны знать:

- названия предметов личной гигиены;
- какие предметы являются предметами личного пользования, а какие — общего пользования;
- состав и последовательность действий при осуществлении утреннего и вечернего туалета;
- слово обобщенного значения «продукты»;
- названия основных продуктов питания;
- группы продуктов питания (овощи, фрукты, ягоды, мясные, молочные, мучные продукты);
- сырые съедобные и сырые несъедобные продукты;
- продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике;
- названия простых блюд повседневного рациона;
- слова обобщенного значения: «посуда», «столовые приборы»;
- названия предметов посуды, столовых приборов;
- виды посуды (чайная, столовая, кухонная);
- правила и последовательность сервировки стола к завтраку (ужину), обеду;
- названия моментов приема пищи в разное время суток (завтрак, обед, полдник, ужин);
- правила приема пищи и культуры поведения за столом;
- слова обобщенного значения: «одежда», «обувь»;
- названия предметов одежды, частей одежды;
- виды одежды (для девочек, для мальчиков; виды одежды по назначению; виды сезонной одежды);
- виды труда по уходу за одеждой и значение каждого из них; необходимые материалы, инструменты и приспособления;
- названия предметов обуви, их частей;
- виды обуви (для девочек, для мальчиков; виды обуви по назначению; виды сезонной обуви; виды обуви по материалу изготовления);
- виды труда по уходу за обувью, значение каждого из них; принадлежности для ухода за обувью;
- слово обобщенного значения «помещения»;
- названия и функциональное назначение помещений (школьных и домашних);
- гигиенические требования к жилым помещениям;
- виды труда по уходу за помещениями, их значение для человека;
- правила личной безопасности (если дома один; если возник пожар; при пользовании лифтом);

- слова обобщенного значения: «растения», «комнатные растения»;
- названия наиболее распространенных комнатных растений;
- названия частей комнатных растений;
- группы комнатных растений по их потребности в освещении и воде;
- условия, необходимые для жизни и роста комнатных растений;
- виды труда по уходу за комнатными растениями, их значение для жизни и роста комнатных растений, необходимые предметы труда;
- части улицы, дороги, предназначенные для движения транспорта (проезжая часть) и пешеходов (тротуар, обочина);
- правила поведения пешеходов на улице;
- дорожные знаки: «пешеходный переход», «подземный пешеходный переход», «пешеходная дорожка», «прохода нет»;
- значение сигналов светофора;
- правила перехода улиц, регулируемых и нерегулируемых светофором;
- правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- свой домашний адрес;
- виды магазинов, товары, которые можно в них приобрести;
- действия покупателя при покупке товаров в магазине;
- места проведения досуга: библиотека, кинотеатр, театр, цирк, парк, стадион, бассейн;
- назначение почты, виды почтовой корреспонденции;
- номера телефонов экстренного вызова (01, 02, 03);
- названия и назначение медицинских учреждений (поликлиника, больница, аптека, служба «скорой помощи»).

Учащиеся должны уметь:

- выполнять утренний и вечерний туалет;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- мыть и причесывать волосы;
- принимать душ, купаться в ванне, мыться в бане;
- пользоваться простейшими косметическими средствами: гигиенической помадой, детским кремом, кремом для рук;
- выделять продукты среди других групп предметов окружающего мира и называть их обобщающим словом;
- классифицировать продукты по изученным группам;
- мыть фрукты, овощи, ягоды;
- называть блюда повседневного рациона;
- готовить простейшие блюда (бутерброды), заваривать чай;
- выделять посуду и столовые приборы среди других групп предметов и называть их обобщающими словами;

- классифицировать посуду по изученным видам;
- сервировать стол к завтраку (ужину), обеду;
- пользоваться столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом);
- убирать стол после еды;
- мыть посуду (чайную, кофейную, столовую);
- выделять предметы одежды среди других предметов окружающего мира, называть их обобщающим словом;
- классифицировать одежду по изученным видам;
- выбирать одежду определенного вида с учетом реальной жизненной ситуации;
- определять лицевую и изнаночную сторону одежды;
- расстегивать и застегивать одежду с разными застежками;
- определять, какой вид ухода необходим предъявленному предмету одежды;
- выполнять следующие виды труда по уходу за одеждой: складывание, развешивание одежды, размещение одежды в шкафу; чистка одежды щеткой; стирка мелких предметов одежды; глажение одежды простого покроя; пришивание пуговиц (с двумя, с четырьмя отверстиями, с ушком), вешалок к одежде; зашивание одежды по распоровшемуся шву; втягивание резинки в пояс предметов одежды;
- выделять предметы обуви среди других предметов окружающего мира, называть их обобщающим словом;
- классифицировать обувь по изученным видам;
- выбирать обувь определенного вида с учетом реальной жизненной ситуации;
- зашнуровывать и завязывать обувь со шнурками;
- определять, какой вид ухода необходим предъявленной обуви;
- выполнять следующие виды труда по уходу за обувью: мыть резиновую обувь; чистить кожаную обувь кремом; чистить текстильную, замшевую обувь; сушить мокрую обувь из разных материалов;
- различать помещения по функциональному назначению;
- различать мебель по характеру поверхности (мягкая, жесткая; полированная, неполированная);
- замечать в помещении беспорядок, где чисто, а где грязно;
- выполнять следующие виды труда по уборке помещения: наводить порядок, застилать постель; удалять пыль с мебели с полированной и с неполированной поверхностью, с подоконников, с игрушек; подметать пол, лестницу; чистить механической щеткой ковры и ковровые дорожки; мыть плинтусы, батареи;
- выделять комнатные растения среди других предметных групп и называть их обобщающими словами;
- определять по внешнему виду растения группу, к которой оно относится по потребности в освещении и воде;

- выполнять следующие виды ухода за комнатными растениями: полив; удаление сухих листьев; удаление пыли с листьев; мытье растения в целом; рыхление земли в цветочном горшке; подкормку растений; посадку растений; протирание горшков и мытье поддонов;
- переходить улицу, регулируемую и нерегулируемую светофором;
- обращаться к прохожим с целью нахождения определенной улицы или дома;
- ориентироваться на остановках общественного транспорта: название остановки, какой вид транспорта останавливается на данной остановке и его номера;
- покупать проездные талоны, билеты;
- компостировать талоны;
- предъявлять талоны, билеты контролеру, водителю;
- соблюдать правила поведения пассажиров в общественном транспорте, пользоваться формулами речевого этикета;
- определять, в каком магазине можно приобрести указанный в задании товар;
- узнавать магазин по его витрине и условному знаку-символу;
- определять свежесть хлебобулочных изделий;
- совершать покупки мелких предметов;
- упаковывать покупки и рационально размещать их в сумке;
- покупать открытки, конверты, подписывать их и опускать в почтовый ящик;
- пользоваться телефоном;
- адекватно вести себя в кинотеатре, театре, цирке, библиотеке; в парикмахерской, фотоателье, магазине, на почте; в парке, бассейне, на стадионе;
- оказывать себе или товарищу первую медицинскую помощь при ушибе, неглубоких порезах, ссадинах, при носовом кровотечении, при укусе пчелы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
2023 - 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности, умения.
	1 четверть		
	1. Косметические средства для ухода за телом (3 ч)		
1.	Косметические средства для ухода за телом. Гигиеническая помада, её назначение, использование. Использование крема для ухода за кожей рук. Применение детского крема для ухода за кожей лица	1	Косметические средства для ухода за телом. Использование крема Общий уход за телом
2.	Общий уход за телом. Мытье в бане.	1	
	2. Питание		
3.	Расширение представлений и знаний о разнообразии продуктов, о группах продуктов.	1	Группы продуктов
4	Кондитерские изделия, сладости. Значение и влияние продуктов каждой группы на здоровье человека.	1	Кондитерские изделия, сладости
5	Меню. Отбор продуктов к определенному меню.	1	меню
6.	Кухонная посуда.	1	кухонная посуда
7.	Кухонные приспособления и инструменты: разделочная доска, терка, лопатка, кухонный нож. Их виды, назначение	1	Кухонные приспособления и инструменты
8.	Кофейная посуда. Сравнение чайного и кофейного наборов (сервизов). Мытье посуды чайной, кофейной с использованием моющих средств для удаления пятен, налетов от чая, кофе и т.п.	1	Кухонные приспособления и инструменты Кофейная посуда. Мытье посуды чайной, кофейной

9.	Основные приемы обработки продуктов питания и приготовление простейших блюд. Приготовление чая, кофе, какао.	1	Продукты питания, обработка, вытье, Приготовление простейших блюд.
	3. Одежда (15ч)		
10.	Описание предметов одежды. Подбор одежды с учетом определенной жизненной ситуации. Приобретение одежды: покупка, пошив.	1	Одежда, предметы одежды. Подбор одежды с учетом определенной жизненной ситуации. Приобретение одежды
11.	Необходимость ухода за одеждой. Определение по внешнему виду предметов одежды требуемых им видов ухода. Хранение одежды.	1	Хранение одежды, стирка одежды, сушка одежды, символы на одежде, глажение одежды Швейные принадлежности
12.	Стирка одежды. Символы по уходу за одеждой, отражающие требования к стирке. Сушка одежды. Символы, отражающие требования к сушке одежды.	1	
13.	Глажение одежды простого покроя из хлопчатобумажной ткани. Установка диска терморегулятора утюга. Символы по уходу за одеждой, отражающие температуру глажения.		
14.	Мелкий ремонт одежды: 4. Обувь (4 ч)	1	
15.	Условия и места хранения сезонной обуви: чистота, сухость обуви; сохранение формы обуви. Подготовка к хранению сезонной обуви из разных материалов: сушка, чистка. 5. Жилище (8ч)	1	Сезонная обувь Условия и места хранения сезонной обуви Подготовка к хранению сезонной обуви

16.	Названия, функциональное назначение, предметное наполнение жилых помещений.	1	Жилые помещения
17.	Бытовые приборы. Пылесос, его назначение. Уход за жилищем. Чистка ковров, ковровых дорожек механической щеткой.	1	Бытовые приборы
18.	Бытовые приборы. Холодильник, его назначение. Правильное распределение и выбор условий хранения продуктов.	1	Бытовые приборы
19.	Бытовые приборы. Кухонная плита, её назначение.	1	Бытовые приборы
20.	Бытовые приборы. Стиральная машина, её назначение.		Средства для уборки помещений
21.	Вытряхивание небольших половиков. Мытье пола, плинтусов.	1	Чистка ковров Вытряхивание небольших половиков.
6. Комнатные растения (4ч)			
22	Разнообразие надземных и подземных частей растений. Луковичные растения.	1	Комнатные растения. Луковичные растения. Полив, подкормка
23	Уход за комнатными растениями. Полив и подкормка. Размножение комнатных растений	1	
7. Улица. Транспорт (5ч)			
24	Ориентирование и поведение пешеходов на улице. Расширение знаний об общественном транспорте. Наличие маршрута у общественного транспорта.	1	Пдд, общественный транспорт
25.	Формулы речевого этикета. Культура поведения пассажиров.	1	Пдд, общественный транспорт. Речевой этикет
8. Предприятия, учреждения(20ч)			

26.	Предприятия торговли. Распознавание магазина по его витрине, условному символическому обозначению, вывеске-названию.	1	Речевой этикет
27	Покупка расфасованного на разные порции товара (сыр, масло, конфеты и др.) под наблюдением педагога.	1	Предприятия торговли, покупка товара
28.	Нахождение на упаковке сведений о цене товара; выбор товара с учетом цены, с имеющейся суммой денег. Подсчитывание стоимости выбранных товаров. Оплата покупки. Общение с продавцом. Речевой этикет покупателя.	1	Речевой этикет Стоимость услуги. Речевой этикет
29.	Предприятия бытового обслуживания. Парикмахерская. Фотоателье.	1	Речевой этикет, стоимость товара
30.	Связь. Телефон, его назначение		Речевой этикет
31.	Медицинские учреждения. Поликлиника. Больница. Аптека. Домашняя аптечка.	1	
32.	Служба «скорой помощи». Оказание первой помощи при ушибе.	1	Служба «скорой помощи» Речевой этикет
33.	Оказание первой помощи при неглубоких порезах, царапинах, ссадинах.	1	
34	Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Оказание первой помощи при укусе пчелы.	1	Оказание первой помощи при ушибе. Оказание первой помощи при неглубоких порезах, царапинах, ссадинах, носовом кровотечении.

Методическое обеспечение, Цор.

www.school-collection.edu.ru Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://rostok-cher.ru/obuchalochka> сайт с методическим материалом, который можно использовать родителям и учителям.

<https://xn--90ailsaobcfbu5g.xn--p1ai/> сайт психологической помощи семьям, которые воспитывают особого ребенка и не знают, какую тактику выбрать.

<https://education.yandex.ru/lab/classes/90208/library/mathematics/> Яндекс учебник. Образовательная платформа, на которой могут работать учителя, дети и их родители. Участники образовательного процесса могут самостоятельно загружать задания, а могут использовать готовые. Существенный плюс платформы в том, что ученик может обучаться дистанционно. Платформа пока охватывает два предмета: русский и математику. Блок математики и русского языка содержит два уровня заданий: базовый и повышенный. Материал охватывает основные разделы предметов, что позволяет ребенку получить необходимый уровень знаний.

<https://uchi.ru/teachers/stats/main> — отечественная онлайн платформа для обучения. Эта платформа содержит большее количество материала, чем Яндекс учебник. При этом, разработчики собрали материал по всем основным предметам начальной школы. Особенность данной платформы – анализ успехов и промахов ребенка, что позволяет сократить учителю анализ деятельности, все результаты фиксируются на диаграмме. Для каждого предмета выделены свои задания и разделы, которые дублируют разделы рабочей программы, что является существенным подспорьем для учителя и родителей.

<https://iqsha.ru/> онлайн платформа интеллектуального развития детей. Платформа содержит материал по предметам: русский язык, математика, окружающий мир, английский язык. Сайт удобен тем, что ребенку задание озвучивает диктор, поэтому ребенок может заниматься самостоятельно. Разнообразные задания и приятный, красочный интерфейс заинтересует ученика, что положительно скажется на его учебной мотивации.

<https://chudo-udo.info/> детский развивающий сайт «Чудо-Юдо». Эта образовательная платформа настоящая сокровищница занятий и упражнений для развития детей. На сайте есть различные рубрики, которые поделены по возрасту и по цели занятий. Например, упражнения по развитию логики. Материал представлен красочно, картинки высокого качества. Задания читает диктор, что позволяет детям заниматься самостоятельно. Интерактивная форма непременно привлечет внимание детей.

<https://www.igraemsa.ru/> онлайн платформа детских игр. У сайта удобная навигация. Главная цель сайта – развитие логики и формирование познавательного интереса. Задание читает диктор, что позволит формировать самостоятельность у обучающегося. Материал красочный, соответствует возрастным нормам.

<https://www.yaklass.ru/p> — образовательная платформа «Якласс». Платформа содержит материалы по всем школьным предметам. Для этой платформы есть алгоритм работы: знакомство с теоретической частью темы, а потом решение практических задач. Задачи поделены на уровни по сложности. Задания должен читать взрослый. Интересен сайт тем, что материал подобран таким образом, чтобы способствовать развитию у ребенка саморегуляции и силы воли. Если занятия проводятся дистанционно, учителю на электронную придет отчет о ошибках и успехах.

