

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КОМИ
Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №3 для детей-сирот и детей, оставшихся
без попечения родителей» г. Сыктывкара;
«Бать-мамтӧм да бать-мам дӧзьӧртӧгкольӧмчелядылы 3 №-а торъя (коррекционнӧй)
школа-интернат» Сыктывкарын Коми Республикаса канму общеобразовательнӧй
учреждение

Рекомендовано методическим советом
Протокол № 11 от 06.06.2023 г.
Рассмотрено и согласовано педагогическим
советом
Протокол № 1 от 29.08.2023 г.

УТВЕРЖЕНО:
Приказом директора ГОУ РК «Школа-интернат №3»
от «01» сентября 2023 года №288

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ АДАптиРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБУЧАЮЩИХСЯ С
УМСТВЕННОЙ ОСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ
НАРУШЕНИЯМИ)**

ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ:

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
КРУЖОК
ЧАС СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ
7 класс**

(в соответствии с ФГОС, вариант 1)

Срок реализации программы:	1 год (7 класс)
Составитель:	Дуркина В.А.. - учитель
Составлена на основе программы:	Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Сыктывкар
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....
II.	СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.....
III.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....
IV.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 внеурочной деятельности кружка «Час социальной адаптации» в 7 классе составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Рабочая программа по внеурочной деятельности кружок «Час социальной адаптации» являются обязательной частью учебного плана.

В соответствии с учебным планом рабочая программа внеурочной деятельности по социальной адаптации **«Час социальной адаптации»** в 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю) и относится ко второй части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений (внеурочная деятельность).
Направление программы – социальное.

Данная программа ориентирована на самооценку личности, ее внутренние ресурсы и саморазвитие, выступает как средство социального развития воспитанников с ОВЗ в системе дополнительного образования, является одним из основных и неотъемлемых условий успешной социализации личности выпускника на стадии взросления.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета внеурочной деятельности кружка «Час социальной адаптации».

Цель и задачи:

Цель программы:

Содействие формированию у обучающихся с ОВЗ личностного адаптационного, социального потенциала и его реализации путем самопознания и саморазвития в различных видах и способах социального взаимодействия; готовности старшего школьника с особыми образовательными потребностями к жизненному и адекватному профессиональному самоопределению.

Задачи:

1. Формировать у школьников с ОВЗ систему знаний, осознанного понимания целостной картины социального и профессионального мира, своего места в нем.
2. Создать основу для усвоения представлений о позитивной «Я – концепции» и ее составляющих.
3. Учить воспитанников понимать себя и других, межличностные взаимоотношения, а также прогнозировать их развитие.
4. Познакомить обучающихся с ОВЗ с практикой по овладению эффективными способами социального взаимодействия.
5. Расширить знания старших школьников о своих профессиональных интересах, склонностях, возможностях.

В содержание деятельности входит формирование гражданского отношения к Отечеству, осмысление ребенком себя как части своей Родины, ее гражданина и патриота.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Представленная программа внеурочной деятельности по социальной адаптации разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, а также особенностей региона проживания, направлена на создание дополнительных условий для развития интересов, способностей обучающихся, организации их свободного времени.

В основу Программы положены ценностные основы воспитания человека:

- принцип природосообразности воспитания предполагает, что воспитание должно основываться на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития природы и ребенка, воспитывать его сообразно полу и возрасту;

- принцип гуманистической направленности воспитания предполагает последовательное отношение педагога к воспитаннику как к ответственному и самостоятельному субъекту собственного развития, субъект-субъектных отношений. Реализация этого принципа оказывает существенное влияние на становление личности школьника с ОВЗ, на все аспекты его социализации;

- принцип культуросообразности воспитания предполагает, что воспитание должно основываться на общечеловеческих ценностях культуры и строиться в соответствии с не противоречащими общечеловеческими ценностями и нормами и особенностями национальной культуры;

- принцип незавершимости воспитания вытекает из мобильного характера социализированности, который свидетельствует о незавершимости развития личности на каждом возрастном этапе. Соответственно воспитание необходимо строить т.о., чтобы на каждом возрастном этапе воспитанник

имел возможность заново познать себя и других, реализовать свои возможности, найти своё место в мире;

- принцип коллективности социального воспитания предполагает, что социальное воспитание, осуществляясь в коллективах различного типа, даёт школьнику опыт жизни в обществе, создаёт условия для позитивно направленных самопознания, самоопределения, самореализации и самоутверждения, а в целом – для приобретения опыта адаптации и обособления в обществе;

- принцип диалогичности социального воспитания предполагает, что духовно-ценностная ориентация человека и в большой мере его развитие осуществляются в процессе взаимодействия педагога и воспитанников содержанием которого являются обмен ценностями (интеллектуальными, эмоциональными, моральными, экспрессивными, социальными и др.), а также совместное продуцирование ценностей в социуме. Этот обмен становится эффективным, если педагог стремится придать диалогический характер своему взаимодействию с воспитуемыми.

А также принципы воспитательно-образовательного процесса:

- принцип гуманистической направленности деятельности педагогов и школьников;

- принцип адекватности системе социальных отношений;

- принцип интеграции и дифференциации в организации изучения программного материала;

- принцип целенаправленности и комплексности педагогических воздействий;

- принцип индивидуализации в организации учебно-воспитательной деятельности;

- принцип учета возрастных особенностей;

- принцип соответствия методам познания;

- принцип педагогического оптимизма.

Содержание Программы соответствует закономерностям воспитательно-образовательного процесса таким как:

- взаимосвязь форм организации и содержания педагогического процесса;
- единство действий участников педагогического процесса;
- зависимость организации педагогического процесса от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- диалектическое единство процесса обучения и воспитания;
- гармонизация личных и общественных интересов;
- взаимодействие личного опыта ученика с внешним социальным опытом.

Данная Программа реализуется посредством использования разнообразных **форм и методов обучения:**

- комплексные занятия (познавательные, практические);
- этические беседы;
- социально-психологический тренинг;
- тренинг личностного роста;
- экспресс-тренинг;
- работа в малых группах, парах;
- психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие;
- игры общения;
- релаксационные техники;
- проигрывание жизненных ситуаций;
- ролевые игры;
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- интерактивные игры;
- метод Цветовой видеогармонизации, основанный на свойствах спектра радуги и гармоничных геометрических форм, а также на образах,

проявляющих идею единства и гармонии (цветовой спектр, звезда, сфера и т.д.);

- «мозговые» атаки;
- совместное обсуждение вопросов;
- игры социально-перцептивной направленности;
- социально-значимые проекты;
- самодиагностика и др.

Содержание разделов

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	В т. ч. контрольных работ и самостоятельных работ
I	«Самопознание – слагаемое жизненного успеха»	9	-
II	«Я в мире, мир во мне»	18	-
III	«Искусство общения»	3	-
IV	«Я и моя профессия»	4	-
	Итого	34	

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые личностные результаты:

- ✓ ориентироваться:
 - в системе моральных норм и ценностей и их иерархии;
 - в особенностях социальных отношений и взаимодействий;
- ✓ испытывать потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- ✓ уважать:
 - личность и ее достоинства, доброжелательно относиться к окружающим;
 - ценности семьи;
- ✓ признавать ценности своего здоровья и других людей; оптимизм в восприятии мира;
- ✓ позитивно относиться к себе;
- ✓ проявлять:
 - гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
 - чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.

Планируемые предметные результаты представлены двумя уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным:

Минимальный уровень:

- понимать ценность позитивного общения, отношения к себе и другим.
- управлять своим эмоциональным и психическим состоянием, сдерживать проявления негативных эмоций и действий;
- оценивать красоту окружающего мира и человека; выражает свое отношение к ним через творческую деятельность;

- соблюдать правила достойного поведения в обществе, оценивать личные поступки и поступки окружающих;

Достаточный уровень:

- осознавать значимость и содержание понятий: индивидуальность, личность, «Я – реальное», «Я – идеальное», эмпатия, внутренний мир человека, гражданская позиция, целостная картина мира; смысл жизни, систему ценностей и категорий (разум и воля, счастье, достоинство, семейные ценности, духовность и др.);
- понимать ценность позитивного общения, отношения к себе и другим.
- управлять своим эмоциональным и психическим состоянием, сдерживать проявления негативных эмоций и действий;
- определять собственные цели и возможности их достижения;
- оценивать красоту окружающего мира и человека; выражает свое отношение к ним через творческую деятельность;
- соблюдать правила достойного поведения в обществе, оценивать личные поступки и поступки окружающих;
- принимать решения, сознавая свою социальную и гражданскую ответственность.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценки по предмету «**В мире людей**» не выставляются.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Наименование разделов, тем.	Количество часов	В том числе контрольных, самостоятельных работ	Основные виды учебной деятельности
	I четверть	8		
I	«Самопознание – слагаемое жизненного успеха»	9		
1	Я расту, я меняюсь.	1		1. Этическая беседа 2. Экспресс-тренинг; 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов;
2	«Я» – индивидуальность.	1		1. Этическая беседа 2. Тренинг 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов;
3	Я и другие.	1		1. Этическая беседа 2. Тренинг 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов;
4	О чем я говорю, когда говорю «Я»?	1		1. Этическая беседа 2. Тренинг 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов;
5	Самооценка.	1		1. Этическая беседа

				2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
6	От «хочу» к «могу».	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
7	Мои вершины.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
8	Что такое успех?	1		1. Этическая беседа 2. Тренинг 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов
	II четверть	8		
9	Как стать лидером.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
II	«Я в мире, мир во мне»	18		
10	Мы выбираем, нас выбирают.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;

11	Внешняя привлекательность и внутренний мир человека.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
12	Разум и воля.	1		1. Этическая беседа 2. Тренинг 3. Психологические игры и упражнения на самопознание и саморазвитие; 4. Совместное обсуждение вопросов
13	О достоинстве человека.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
14	Счастье человека.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
15	Человеческое общение.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
16	Семейные ценности.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
	III четверть	11		

17	Этика взаимоотношений.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
18	Этика взаимоотношений.	1		Проигрывание жизненных ситуаций; 2.Ролевые игры; 3.Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4.Интерактивные игры;
19	Гражданская позиция человека.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
20	Картина мира.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
21	Картина мира.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
22	В гармонии с миром.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
23	В гармонии с миром.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;

24	Человек – созидатель.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
25	Человек и духовность.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
26	Человек и духовность.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
27	Обобщающее занятие по разделу «Я в мире, мир во мне»			1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
	IV четверть	7	-	
III	«Искусство общения»	3	-	
28	Учимся слушать друг друга. Искусство контакта.	1		1. Проигрывание жизненных ситуаций; 2. Ролевые игры; 3. Моделирование и анализ проблемных ситуаций; 4. Интерактивные игры;
29	Как мы общаемся.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
30	Тренинг общения.	1		Тренинг

IV	«Я и моя профессия»	4		
31	Мир моих интересов и увлечений.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
32	Как узнать свое призвание.	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
33	Сколько профессий на свете?	1		1. Этическая беседа 2. Моделирование и анализ проблемных ситуаций 3. Психологические упражнения 4. Совместное обсуждение вопросов;
34	Обобщающий урок по курсу «В мире людей».	1		Совместное обсуждение вопросов;