

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4»

Приложение к адаптированной
основной общеобразовательной программе
основного общего образования
учащихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

АДАПТИРОВАННАЯ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
Основы социальной жизни
для учащихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
6 класс

село Курьи
городской округ Сухой Лог

Содержание

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета	4
2. Содержание учебного предмета	8
3. Тематическое планирование	10

Пояснительная записка

Настоящая Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ, примерной Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Основными задачами является овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;

развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;

развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;

формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;

формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

Характерные особенности учебного предмета:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Программа для 6 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения учащимися на уроках предмета основы социальной жизни, а также русского языка, чтения, математики, уроках трудового обучения, и рассчитана на **34 часа (1 час в неделю)**.

1. Планируемые результаты

Основными объектами проверки являются знания и умения:

Личностные результаты

- 1.Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
- 2.Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
- 3.Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
- 4.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
- 5.Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
- 6.Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Предметные результаты

Минимальный уровень	
Умеют	Знают
Транспорт	
Оплачивать проезд, приобретать билеты	Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения
Личная гигиена и здоровье	
Ухаживать за телом, руками и ногами. Выполнять утреннюю гимнастику, принимать водные процедуры	Основные правила ухода за телом, руками и ногами. Основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики
Одежда и обувь	
Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых	Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой
Питание	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
Жилище	

Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем	Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними. Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола. Кухонную мебель, название и назначение
Семья	
Выполнять свои обязанности в семье	Близиких родственников, свои обязанности в семье
Охрана здоровья	
Измерять температуру тела, обрабатывать раны, порезы и ссадины.	Виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран, порезов и ссадин. Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
Средства связи	
Отправлять письма различного вида	Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем
Достаточный уровень	
Транспорт	
Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты	Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов
Личная гигиена и здоровье	
Ухаживать за телом, руками и ногами, подбирать косметические средства. Выбирать способы закаливания и выполнять их	Основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования. Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения
Одежда и обувь	
Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их	Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке

Питание	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения. Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения. Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
Жилище	
Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь. Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню	Виды комнатных растений. Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений. Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели. Кухонную и столовую посуду
Семья	
Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности	Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье
Охрана здоровья	
Обрабатывать раны, порезы и ссадины, применять профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	Виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
Средства связи	
Составлять и отправлять письма различного вида	Основные средства связи, их назначение и особенности использования. Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида

Базовые учебные действия формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала

образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

ЛИЧНОСТНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

2. Содержание учебного предмета

Содержание
Транспорт
<i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание
Личная гигиена и здоровье
<p><i>Гигиена тела.</i> Уход за телом, кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.</p> <p><i>Закаливание организма.</i> Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Вредные привычки и способы предотвращения их появления.</p>
Одежда и обувь
<p><i>Значение опрятного вида человека.</i> Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка</p>

изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.

Питание

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Жилище

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Семья

Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. *Виды доврачебной помощи*. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА
по предмету «Основы социальной жизни» в 6 классе**

<i>№ п/п</i>	<i>Темы программы</i>	<i>б</i>
1	Транспорт	3
2	Личная гигиена и здоровье	5
3	Одежда и обувь	3
4	Питание	8
5	Жилище	4
6	Семья	1
7	Охрана здоровья	3
8	Средства связи	2
9	Контроль и учет знаний	3
		34

<i>№ п/п</i>	<i>Тема урока</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Содержание</i>	<i>Практическая работа, упражнения, ролевые игры</i>
1	Пригородный транспорт	1	Пригородный транспорт. Виды: пригородного сообщения	Упражнение в классификации транспорта
2	Пригородные поезда. Правила пользования.	1	Пригородные поезда. Правила пользования. Стоимость проезда. Расписание	Упражнение по ориентировке в расписании
3	Автобусы пригородного сообщения	1	Автобусы пригородного сообщения. Правила пользования. Стоимость проезда. Расписание	Ролевая игра «Еду за город»
4	Гигиена тела	1	Гигиена тела. Уход за телом. Средства и предметы для ухода за телом.	Выбор средств по уходу за телом
5	Уход за руками	1	Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей. Косметические средства для ухода кожей рук.	Обрезание ногтей на руках
6	Уход за ногами	1	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья; приемы обрезания ногтей	Упражнения для профилактики

				плоскостопия
7	Закаливание организма	1	Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений	Разучивание комплекса утренней гимнастики
8	Проверочная работа по изученному материалу	1	Контрольно-обобщающий урок. Тестирование	
9	Вредные привычки	1	Вредные привычки (грызть ногти, облизывать губы,...) и способы предотвращения их появления	Выпуск стенной газеты «Будь здоров»
10	Вредные привычки	1	Вредные привычки (грызть ногти, облизывать губы,...) и способы предотвращения их появления	Выпуск стенной газеты «Будь здоров»
11	Значение опрятного вида человека	1	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка	Чистка одежды
12	Ручная и машинная стирка изделий	1	Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья	Стирка и утюжка фартуков и косынок
13	Правила сушки белья	1	Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках	Чтение условных обозначений на этикетках
14	Мясо и мясопродукты	1	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи	Размораживание мяса с помощью микроволновой печи или разными способами
15	Блюда из мяса	1	Блюда из мяса. Технология приготовления фарша, и приготовления блюд из него. Технология приготовления блюд из мяса	Чтение технологической карты или Подбор рецептов блюд из мяса
16	Контрольно-обобщающий урок	1	Контрольно-обобщающий урок. Тестирование	
17	Яйца, жиры	1	Яйца, жиры. Виды жиров. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения	Сравнение жиров растительного и животного происхождения
18	Приготовления блюд из яиц	1	Первичная обработка яиц. Технология приготовления яичницы, омлета, варки яиц	Определение доброкачественности яйца
19	Овощи, плоды, ягоды и грибы	1	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье,	Первичная обработка овощей

			чистка, резка. Свежие и замороженные продукты	
20	Приготовление блюд из свежих овощей	1	Блюда из овощей. Технология приготовления блюд из овощей	Подбор рецептов блюд из овощей
21	Виды муки, правила хранения	1	Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки. Просеивание муки	Определение доброкачественности муки или просеивание муки
22	Виды круп. Правила хранения	1	Виды круп. Правила хранения. Вредители круп	Первичная обработка круп
23	Кухонная утварь. Уход за ней	1	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода.	Мытье посуды
24	Кухонное белье. Правила ухода и хранения	1	<i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения	Стирка кухонных полотенец
25	Кухонная мебель	1	<i>Кухонная мебель:</i> названия, назначение	Уход за кухонной мебелью
26	Проверочная работа по изученному материалу.	1	Контрольно-обобщающий урок. Тестирование	
27	Комнатные растения	1	<i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений	Уход за комнатными растениями
28	Комнатные растения	1	<i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений	Уход за комнатными растениями
29	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	
30	Виды медицинской помощи	1	<i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. <i>Виды доврачебной помощи.</i> Способы измерения температуры тела	Измерение температуры разными способами
31	Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств	1	Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода,	Наложение повязки или оказание первой

			бриллиантового зеленого («зеленки»)	медицинской помощи друг другу
32	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	1	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	Изготовление кулончика-ингалятора
33-34	Основные средства связи	1	<p><i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.</p> <p><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.</p>	Экскурсия на почту