Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Шороховская средняя общеобразовательная школа
Исетского района Тюменской области

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании КМО	заместитель по УВР	приказом директора
протокол № 1_____	_____С.А.Власова	школы № 208_____
от 30 августа 2021 г.	30 августа 2021 г	от 31 августа 2021 г.

Адаптированная рабочая программа
по предмету «Основы социальной жизни»
для обучающихся 6а класса
по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования
для обучающихся с умственной отсталостью в условиях общеобразовательного класса
(вариант 1)
2021-2022 учебный год
(основное общее образование)

Составитель:
Касенова Л.В.
учитель истории и обществознания
первой квалификационной категории

с. Шорохово
2021

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6а класса по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью в условиях общеобразовательного класса (вариант 1) составлена на основании федерального закона от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599), на основе основной образовательной программы основного общего образования, согласно учебному плану МАОУ Шороховской СОШ на 2021-2022.

В основу разработки данной рабочей программы заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

2. Общая характеристика учебного предмета

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета «Основы социальной жизни»:

1. научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;
2. сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
3. коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

1. коррекционно – обучающую;
2. коррекционно – развивающую;
3. коррекционно – воспитательную;
4. воспитание положительных качеств личности;
5. развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез. Занятия должны проводиться в кабинете ОСЖ, который приспособлен и имеет всё необходимое оборудование для реализации данной программы.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Содержание обучения по предмету имеет практическую направленность. В программе принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. В ней конкретизированы пути и средства исправления недостатков общего речевого развития и нравственного воспитания детей, обучающихся по программе 8 вида в

процессе овладения учебным предметом. Обучение учащихся, обучающихся по программе 8 вида, носит воспитывающий характер. Аномальное состояние ребенка затрудняет решение задач воспитания, но не снимает их. При отборе программного учебного материала учтена необходимость формирования таких черт характера и всей личности в целом, которые помогут выпускникам стать полезными членами общества.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» для обучающихся 6 класса входит в обязательную часть учебного плана муниципального автономного общеобразовательного учреждения Шороховской средней общеобразовательной школы Исетского района Тюменской области.

На изучение предмета «Основы социальной жизни» в 6 классе отводится 1 час в неделю: 6 класс – 34 ч.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

1. представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам, понимание их значения для здорового образа жизни человека;
2. умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу

приготовление пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

3. знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;
4. знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;
5. знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
6. представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
7. представление о различных видах средств связи;
8. знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
9. знание названий организаций социального назначения и их назначение;
10. знание о способах хранения и переработки продуктов питания; умение составлять меню из предложенных продуктов питания; умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда; умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара; умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
11. умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;
12. навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
13. умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;
14. умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет-средствами;
15. знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет; составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

5. Содержание учебного предмета

Одежда и обувь (2 ч.)

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Личная гигиена (2 ч.)

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений. Сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения.

Транспорт (3 ч.)

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Семья (2 ч.)

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Учреждения и организации (2 ч.)

Дошкольные учреждения – детские сады, школа, Дома культуры и их назначение.

Средства связи (3 ч.)

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Питание (7 ч.)

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Жилище (4 ч.)

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.).

Торговля (3 ч.)

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Медицинская помощь (4 ч.)

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Культура поведения (2 ч.)

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Экскурсия в библиотеку. Обобщение пройденного материала за год.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ урока	Наименование разделов, тем	Кол – во часы	Деятельность обучающихся
	Одежда и обувь	**2**	
1	Значение опрятного вида человека. Практическая работа. Пришивание пуговиц. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.	1	Беседа, работа с учебником Практическая работа.

2	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей. Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом. Практическая работа. Глажение фартуков, косынок.	1	Беседа Практическая работа.
Личная гигиена		**2**	
3	Значение закаливания организма для здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	1	Беседа, работа с учебником
4	Правила и приемы ухода за органами зрения. Практическая работа. Уход за глазами (промывание и протирание). Губительное влияние вредных привычек на организм.	1	Практическая работа. Составление тезисов к лекции
Транспорт		**3**	
5	Основные транспортные средства. Оплата проезда на всех видах транспорта. Маршруты передвижения.	1	Беседа, работа с учебником
6	Пригородные автобусы. Расписание, направления, зоны. Способы заказа и приобретения билетов через интернет.	1	Беседа
7	Онлайн экскурсия на автовокзал. Наблюдение за приобретением билетов	1	Экскурсия
Семья		**2**	
8	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность. Права и обязанности каждого члена семьи.	1	Беседа, ролевая игра:
9	Практическая работа. Запись сведений о членах семьи **ПВ**	1	Практическая работа
Учреждения и организации		**2**	
10	Дошкольные учреждения, их назначение. Школьные учреждения, их назначение.	1	Беседа, составление тезисов к лекции

	Дом культуры, его назначение для жителей.		
11	Экскурсия в Дом культуры **ПВ**	1	Экскурсия
Средства связи		**3**	
12	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений.	1	Беседа
13	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Практическая работа. Написание адреса на почтовом конверте.	1	Практическая работа
14	Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Экскурсия на почту. **ПВ**	1	Экскурсия
Питание		**7**	
15	Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов.	1	Беседа, работа с учебником
16	Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов. **ПВ**	1	Экскурсия
17	Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Практическая работа. Чтение рецептов. Блюда из круп. Практическая работа. Приготовление каши на воде.	1	Практическая работа.
18	Блюда из овощей. Практическая работа. Приготовление картофельного пюре. Блюда из яиц. Практическая работа. Приготовление омлета.	1	Практическая работа.
19	Приготовление чая. Практическая работа. Заварка чая. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	1	Практическая работа.

20	Практическая работа. Мытье кухонной посуды с применением моющих средств	1	Практическая работа.
21	Составление рецепта приготовления собственного блюда.	1	Эксперимент
Жилище		**4**	
22	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.	1	Беседа
23	Повседневная сухая и влажная уборка помещения.	1	Практическая работа
24	Пылесос. Использование в уборке пылесоса. Практическая работа. Уборка спальной комнаты с использованием пылесоса.	1	Беседа
25	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Практическая работа. Уход за мебелью в классе.	1	Практическая работа
Торговля		**3**	
26	Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров. Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит». **ПВ**	1	Экскурсия
27	Виды товаров, стоимость, порядок приобретения. Правила выбора доброкачественных продуктов питания.	1	Беседа
28	Практическая работа. Определение срока годности товара на упаковке.	1	Практическая работа.
Медицинская помощь		**4**	
29	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1	Беседа
30	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница,	1	Экскурсия

	диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи. Экскурсия в аптеку. **ПВ**		
31	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	1	Беседа
32	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация. Сюжетно-ролевая игра: «Вызов скорой помощи». **ПВ**	1	Сюжетно-ролевая игра
Культура поведения		**2**	
33	Правила поведения в театре, кинотеатре. Ролевая игра: «Посещение кинотеатра».	1	Ролевая игра:
34	Правила поведения в музее, библиотеке. Повторение. Правила поведения в школе во время занятий и на перемене. Экскурсия в школьную библиотеку. **ПВ**	1	Экскурсия

7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Медиаресурсы:

1. Проектор;
2. Интерактивная доска.

Оборудование

1. Ноутбук;
2. Телевизор;
3. DVD плеер;
4. Настенные карты.