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 обучающейся 6 класса
по адаптированной основной общеобразовательной программе
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями, вариант 1)
на 2021-2022 учебный год

Составитель:
Никитина О.А.
учитель технологии
первой квалификационной категории

с. Шорохово
2021 г.

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа Основы социальной жизни разработана для обучающихся 6 класса с ЗПР.

Рабочая программа направлена на достижение следующих целей:

Формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

Программа «Основы социальной жизни» ориентирована на: развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

2. Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса с учётом особенностей его освоения обучающимися

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентирована на:

-развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

-усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

-понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;

развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Количество часов по учебному плану на 2021-2022 учебный год – 1 час в неделю, всего 34 часа (34 учебных недель).

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, коррекционного курса

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам, понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовление пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;
- знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;
- 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;
- представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- представление о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социального назначения и их назначение.

5. Содержание учебного предмета, коррекционного курса

Одежда и обувь (2ч)

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 (2ч)

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 (3ч)

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 (2ч)

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

Учреждения и организации (2ч)

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

Средства связи (3ч)

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 (7ч)

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 (4ч)

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 (3ч)

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 (4ч)

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

Культура поведения (2ч)

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

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№п/п	Тема	Виды учебной деятельности	Количество часов
	Одежда и обувь		**2**
1	Значение опрятного вида человека. Пришивание пуговиц.	Беседа, практическая работа, записи в тетради.	1
2	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.		1
	Личная гигиена		**2**
3	Значение закаливания организма для здоровья человека. Правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	Беседа, практическая работа, записи в тетради.	1
4	Правила и приемы ухода за органами зрения. Губительное влияние вредных привычек на организм.		1
	Транспорт		**3**
5	Основные транспортные средства. Оплата проезда на всех видах транспорта. Маршруты передвижения.	Беседа, работа в тетради.	1
6	Пригородные автобусы. Расписание, направления, зоны.		1
7	Способы заказа и приобретения билетов через интернет		1
	Семья		**2**
8	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность. **ПВ** проект «Профессии моей семьи»	Рассказывают о своей семье, называют профессии своих родителей, обязанности в семье. Запись сведений о членах семьи	1
9	Права и обязанности каждого члена семьи.		**1**
	Учреждения и организации		**2**
10	Дошкольные учреждения, их назначение. Школьные учреждения, их назначение.	Беседа, составление плана к лекции.	**1** **1**
11	Дом культуры, его назначение для жителей. **ПВ** «Как я культурно развиваюсь»	Экскурсия Дом культуры	1
	Средства связи		**3**
12	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений.	Беседа, практическая работа, (аписание адреса на почтовом конверте)	**1**
13	Виды писем. Порядок отправления. письма различного вида.	.Экскурсия на почту.	1
14	Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.		1

Питание			**7**
15	Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи.	Беседа, записи в тетради	**1**
16	Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Блюда из круп**. ПВ проект** «Любимые блюда моей семьи»	Практическая работа. Чтение рецептов. Практическая работа. Заварка чая.	1
17	Блюда из овощей.		1
18	Блюда из яиц.		1
19	Приготовление чая.		1
20	Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	Записи в тетради	**1**
21	Составление рецепта приготовления собственного блюда.		**1**
Жилище			**4**
22	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. **ПВ** Мой дом-моя крепость	Беседа, записи в тетради. Практическая работа. Уход за мебелью в классе. Практическая работа. Уборка спальной комнаты с использованием пылесоса.	**1**
23	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.		**1**
24	Пылесос. Использование в уборке пылесоса.		1
25	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.		1
Торговля			**3**
26	Специализированные продовольственные магазины. Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит».	Экскурсия	**1**
27	Виды товаров, стоимость, порядок приобретения.	Практическая работа. Определение срока годности товара на упаковке.	1
28	Правила выбора доброкачественных продуктов питания.		1
Медицинская помощь			**4**
29	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	Экскурсия в аптеку. Сюжетно-ролевая игра: «Вызов скорой помощи». Записи в теради	**1**
30	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.		1
31	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.		1
32	Меры предупреждения глистных		1

	заболеваний.		
Культура поведения			**2**
33	Правила поведения в театре, кинотеатре, музее, библиотеке.	Ролевая игра: «Посещение кинотеатра».	1
34	Правила поведения в школе во время занятий и на переме.	Экскурсия в школьную библиотеку	1

7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

-Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательный учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.

- Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.