

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию Крутихинского района

Филиал "Подборная ООШ" МКОУ "Заковряшинская СОШ"

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ

«Заковряшинская
СОШ»



Рязанова Т.Н.

Приказ №86-2 от «30»
августа 2024 г.

Адаптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающихся 6 класса

п. Подборный 2024 год

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по основам социальной жизни (ОСЖ) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 6 классе. Программа определяет минимальный объем содержания курса ОСЖ для основного общего образования и предназначена для реализации требований ФГОС к условиям и результату образования обучающихся основной школы по ОСЖ.

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 - 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Основы социальной жизни» Гуманитарный издательский центр «Владос», 2018 год).

Примерная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида под редакцией В.В. Воронковой, с учётом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с ОВЗ.

Цель: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задача:

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства; воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения;
- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности;
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;
- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной

адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;

- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является основы социальной жизни. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является основы социальной жизни. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая степень познания ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Особенности нервной системы обучающихся, воспитанников проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью трудностями его распределения, замедленностью переключения. Также в процессе

обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми, а также положительную социализацию в обществе.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Основные содержательные линии выстроены с учётом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми.

Сроки реализации программы.

Согласно учебному плану, в 6 классе на изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится 1 часа в неделю, 34 часа в год.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты.

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;

- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;

- активно включаться в общественно-полезную социальную деятельность;
- осознанно относиться к выбору профессии;
- соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Предметные результаты освоения определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

- знание сезонных явлений и их особенностей, название месяцев
- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

3.Содержание учебного предмета

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у обучающихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотических и токсических веществ на живой организм.
«Одежда и обувь»	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.
«Питание»	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.
«Семья»	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.

«Жилище»	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.
«Транспорт»	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления,

	зоны. Разовые и сезонные билеты.
«Торговля»	Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.
«Средства связи»	Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.
«Учреждения, организации и предприятия»	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи.

4. Тематическое планирование учебного предмета

Таблица тематического планирования по ОСЖ на 6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Планируемые результаты освоения материала	Используемые электронные (цифровые) ресурсы
1	Инструктаж по ТБ	1	Знать правила поведения и ТБ при работе.	Лекция
2	Закаливание организма	1	Знать: -виды сезонной одежды; -правило ухода за ней; -значения физический упражнений для организма человека. Уметь: - выполнять физические упражнения; - соблюдать гигиенические правило ухода за глазами. Знать: -правило закаливания организма; -приемы обтирания и мытье ног; -правило соблюдения личной гигиены во время физических занятий и походу. Уметь: -закаливать свой организм; -соблюдать правило личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
3	Входная контрольная работа.	1	Обобщение и систематизация полученных знаний	тест
4	Значение опрятного	1	Знать:	https://pedsovet.su/publ/

	вида человека.		- санитарно гигиенические требования; Уметь: -пришивать пуговицы. Крючки, петли, кнопки, вешалки	https://infourok.ru
5	Правило пришивания крючков, пуговиц, вешалок	1	Знать: - санитарно гигиенические требования; -правило безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: -пришивать пуговицы. Крючки, петли, кнопки, вешалки.	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
6	Зашивание распоровшегося шва Практическая работа	1	Знать: - санитарно- гигиенические требования; -правило безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: -Зашивать одежду по распорвавшемуся шву	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
7	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани	1	Знать: -правила безопасной работа с бытовыми химическими средствами. -правила стирка изделий из хлопчатобумажных тканей. Уметь: -подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей -стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

8	Глажение мелких изделий	1	Знать: -правила безопасной работа с электронагревательными приборами. Уметь: -гладить изделия с помощью утюга	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
9	Глажение изделий из хлопка	1	Знать: -правила безопасной работа с электронагревательными приборами. Уметь: -гладить изделия с помощью утюга	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
10	Хранение продуктов и готовой пищи	1	Знать: - способы хранения продуктов и готовой пищи. Уметь: -определять срок хранения продуктов и готовой пищи	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
11	Способы выборов продуктов	1	Знать: -способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных. Уметь: -выбирать доброкачественные продукты	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
12	Приготовление пищи с минимальной тепловой обработкой	1	Знать: -способы приготовления каши Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; - строго соблюдать правило качества продукции	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
13	Чтение и составление	1	Знать:	https://pedsovet.su/publ/

	рецепта приготовления блюд		-знать приготовление рецепта блюда. Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; - строго соблюдать правило качества продукции	https://infourok.ru
14	Блюда из круп .	1	Знать: -способ приготовления каши Уметь: -приготавливать кашу	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
15	Промежуточная контрольная работа за 1 полугодие	1	Обобщение и систематизация полученных знаний	тест
16	Варка яиц.	1	Знать: -способы варки яиц разного состояния Уметь: -пользоваться нагревательными приборами; -строго соблюдать ТБ	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
17	Приготовления блюда из картофеля Практическая работа	1	Знать: -способы варки картофеля. Уметь: -сварить картофель; -пользоваться нагревательными приборами; -строго соблюдать ТБ	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
18	Члены семьи	1	Знать: - близких родственников Уметь:	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

			-рассказать об членов своей семьи	
19	Место работы членов семьи	1	Знать: -место работы должность близких родственников Уметь: -рассказать о месте своей работы и должности членов своей семьи	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
20	Поведение в музее, библиотеке, кино и театре.	1	Знать: -правило поведения в зрелищных и культурно просветительских учреждениях Уметь: - соблюдать правило поведения в общественных местах: театр, кино	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
21	Гигиенические требования к жилому помещению, и влажная уборка	1	Знать: -гигиенические требования к жилому помещению Уметь: -соблюдать и выполнять гигиенические требования к жилому помещению	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
22	Уход за мебелью, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал и окон. Практическая работа	1	Знать: -уход за мебелью а зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка др.) Уметь: Осуществлять уход за мебелью, зеркал и окон	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
23	Городской транспорт	1	Знать: -виды городского транспорта. Уметь:	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

			<ul style="list-style-type: none"> -соблюдать правила проезда в городском общественном транспорте; -соблюдать правило дорожного движения Знать: -стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билета); - порядок приобретения билетов; 	
24	Маршрут передвижения к школе и домой	1	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
25	Пригородные поезда расписания Направления, ж/д зоны билетов	1	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ориентироваться в расписании движения пригородных поездов <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять направление и зоны движения поездов 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
26	Магазины промтовары. Отделы.	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды магазинов промышленных товаров, их назначения и отделы. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выбрать нужный товар в промышленном магазине 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
27	Порядок приобретения товара Обмен товара по чеку	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -правило покупки товара <p>Уметь: -выбрать нужный товар;</p> <ul style="list-style-type: none"> -выяснить срок гарантии на его использование; 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

			<p>- оплатить покупку, проверить чек и сдачу</p> <p>Уметь:</p> <p>-хранить чек в течении срока гарантии на товар; -вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя</p>	
28	Основные средства связи	1	<p>Знать:</p> <p>-основные средства связи</p> <p>Уметь:</p> <p>-пользоваться современными средствами связи</p>	<p>https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru</p>
29	Виды почтовых отправлений, писем, посылки	1	<p>Знать:</p> <p>-виды почтовых отправлений</p> <p>Уметь:</p> <p>-находить индекс почтового отделения по справочнику; -записать адрес на конверте</p> <p>Уметь:</p> <p>-находить индекс почтового отделения по справочнику; -записать адрес на конверте</p> <p>Знать:</p> <p>-стоимость почтовых услуг при отправке телеграмм</p> <p>Уметь:</p> <p>-составить текст телеграммы</p>	<p>https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru</p>
30	Виды медицинских учреждений Работники медицинских учреждений	1	<p>Знать:</p> <p>-Виды медицинских учреждений</p> <p>Уметь:</p> <p>-обращаться за помощью в медицинское учреждение</p> <p>Знать:</p>	<p>https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru</p>

			<ul style="list-style-type: none"> - функции основных врачей- специалистов Уметь: -описывать симптомы болезни для определения врачом лечения - выполнять сбор анализов 	
31	Виды медицинской помощи Приобретения лекарств	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -способы вызова врача на дом, о возможном вреде самолечения <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> запись на приём к врачу -вызвать врача на дом -в экстренных случаях вызвать скорую помощь. - приобрести лекарство в аптеке. 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
32	Промежуточная контрольная работа за 2 полугодие	1	Обобщение и систематизация полученных знаний	тест
33	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи	1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды детских учреждений их название - виды образовательных учреждений и их назначения. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения. 	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
34	Итоговый урок.	1		

5. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Печатные пособия:

- комплект наглядных материалов для организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы;
- комплект предметных, сюжетных картин, серий сюжетных картин.
- демонстрационные таблицы «Правила дорожного движения»;
- предметные картинки: «Части тела», «Личная гигиена», «Транспорт», «Семья», «Жилища», «ПДД», «Одежда», «Обувь».

Учебно - практическое оборудование:

- игровой материал для сюжетных дидактических игр;
- натуральные объекты к изучаемым темам.

Учебно-методическая литература:

Материалы для учителя:

Воронкова В.В. учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2020. - 247 с. - (Коррекционная педагогика).

