

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новгородской области

Администрация Шимского муниципального района

СОШ с. Медведь

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

**Протокол №1
от «29» 08.2024 г.**

СОГЛАСОВАНО

**Заместитель директора
по УВР**

Тупицина Е.Ф..

от «28» 08. 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор МАОУ
«СОШ» с. Медведь**

Данилова Г.О.

Приказ №122
от «29» 08. 2024 г.

Адаптированная основная общеобразовательная программа

для обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) вариант 1

на 2024-2025 учебный год

учебного предмета «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

для обучающихся 6 класса

с. Медведь, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6а класса составлена на основе следующих **нормативных документов**:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599;

При разработке рабочей программы были использованы **программно-методические материалы**:

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 класс, под редакцией И.М. Бгажноковой, 2013.
2. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл., в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и реализуется в урочной деятельности.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные **задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

При проведении уроков предполагается использование следующих **методов**:

- методов организации и осуществления учебно-познавательной деятельности (словесный, наглядный, практический);

- методов стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности;
- методов контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности;
- методов исследования (наблюдение, анкетирование, экскурсии).

Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

В процессе изучения материала у обучающихся развиваются и корректируются наблюдательность, память, воображение, речь, логическое мышление (умение анализировать, сравнивать, обобщать, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи и зависимости).

Программа предусматривает проведение традиционных уроков, на которых используются различные *формы работы*: фронтальная, групповая, индивидуальная работа, работа в парах.

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 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.

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

Содержание учебного материала

Программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 6а классе включает следующие разделы:

1. Личная гигиена.
2. Одежда.
3. Питание.
4. Семья.
5. Культура поведения.
6. Жилище.
7. Транспорт.
8. Торговля.
9. Средства связи.
10. Медицинская помощь.
11. Учреждения, организации и предприятия.

Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учебный предмет «Основы социальной жизни»

входит в образовательную область «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» в 6а классе в соответствии с учебным планом рассчитана на 68 часов в год, т.е. 2 часа в неделю (34 учебных недели).

Планируемые результаты освоения программы

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты освоения учебной программой по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6а класса включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

<p align="center">Минимальный уровень (является обязательным для всех обучающихся)</p>	<p align="center">Достаточный уровень (не является обязательным для всех обучающихся)</p>
Личная гигиена	
<p>Ухаживать за телом, руками, ногами и волосами. Рассказывать о необходимости закаливания организма.</p>	<p>Совершать последовательно уход за телом, руками, ногами и волосами. Подбирать косметические средства и предметы личной гигиены. Выбирать способы закаливания организма.</p>
Одежда	
<p>Выполнять повседневный уход за одеждой. Делать мелкий ремонт одежды под руководством взрослого. Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей под руководством взрослого.</p>	<p>Следить за своим внешним видом. Ухаживать за своей одеждой. Выполнять мелкий ремонт одежды. Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p>

	Подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей.
Питание	
<p>Рассказывать о режиме питания школьника</p> <p>Знакомиться со способами первичной и тепловой обработки продуктов.</p> <p>Соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения под руководством взрослого.</p> <p>Отваривать макароны, варить кашу на молоке, готовить картофельное пюре, оформлять готовое блюдо, сервировать стол под руководством взрослого.</p>	<p>Соблюдать режим питания.</p> <p>Выполнять способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока, молочных продуктов и овощей.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипяtkом, правила пользования электроплитой.</p> <p>Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения.</p> <p>Составлять меню ужина.</p> <p>Рассказывать о правилах хранения продуктов при наличии холодильника и без него.</p> <p>Отваривать макароны.</p> <p>Варить кашу на молоке.</p> <p>Готовить картофельное пюре.</p> <p>Оформлять готовое блюдо.</p> <p>Сервировать стол к ужину.</p>
Семья	
<p>Рассказывать о составе семьи.</p> <p>Называть обязанности всех членов семьи.</p>	<p>Рассказывать о составе семьи, называть имена, отчества родителей и ближайших родственников, место работы и должность.</p> <p>Называть основные сведения о членах семьи.</p> <p>Распределять обязанности в семье.</p> <p>Помогать младшим и выполнять свои обязанности.</p>
Культура поведения	
<p>Соблюдать правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий.</p>	<p>Выполнять и объяснять правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий.</p>
Жилище	
<p>Рассказывать о санитарно-гигиенических требованиях к жилому помещению.</p> <p>Производить элементарную уборку помещения.</p> <p>Рассказывать о видах комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.</p>	<p>Выполнять санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и меры их обеспечения.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом.</p> <p>Производить сухую и влажную уборку помещения.</p> <p>Чистить ковры, книжные полки, батареи.</p> <p>Ухаживать за комнатными растениями.</p>
Транспорт	
<p>Называть основные транспортные средства.</p> <p>Рассказывать о рациональном маршруте передвижения до школы.</p>	<p>Различать основные транспортные средства.</p> <p>Ориентироваться в расписании.</p>

Оплачивать проезд на всех видах транспорта.	Выполнять порядок приобретения и оплаты проезда на всех видах транспорта. Выбирать наиболее рациональный маршрут передвижения до школы.
Торговля	
Называть основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Приобретать товар по списку под руководством взрослого. Соблюдать правила поведения в магазине.	Характеризовать основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Различать виды и стоимость различных товаров. Приобретать товар по списку. Соблюдать правила поведения в магазине.
Средства связи	
Называть основные средства связи. Иметь представление о назначении основных средств связи, о порядке отправки писем. Записать почтовый адрес на конверте.	Пользоваться различными средствами связи. Составлять и отправлять письма различного вида. Составлять текст телеграммы.
Медицинская помощь	
Называть виды медицинских учреждений. Использовать услуги медицинских учреждений под руководством взрослого.	Пользоваться услугами медицинских учреждений. Называть функции основных врачей-специалистов. Соблюдать профилактику вирусных и инфекционных заболеваний. Записываться на прием к врачу. Вызывать врача на дом. Приобретать лекарства в аптеке. Рассказать о возможном вреде самолечения.
Учреждения, организации и предприятия	
Называть дошкольные и школьные учреждения. Соблюдать правила поведения в школе.	Называть дошкольные и школьные учреждения и их назначение. Обращаться к работникам детского творчества. Вести себя правильно во время игр, просмотра фильма или журнала в читальном зале.

Содержание учебного предмета

1. Личная гигиена - 8 ч.

тв и предметов личной гигиены. *Практическая работа:* Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, чистка ногтей, уход за кожей рук. Профилактика грибковых заболеваний). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей). Уход за организмом (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).

вила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

2. Одежда - 8 ч.

человека. Чистка одежды. *Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалки, стирка. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий и цветных

ковых тканей. *Практическая работа:* Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток.

3. Питание - 12 ч.

пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Составление меню ужина. *Практическая работа:* Приготовление блюд из круп. Запись рецепта. Приготовление блюд из молока. *Практическая работа:* Приготовление макаронных изделий. Запись рецепта. Варка макарон. Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта. Приготовление картофельного пюре. Сервировка стола к ужину.

4. Семья - 4 ч.

Родственные отношения. *Практическая работа:* Составление генеалогического дерева. Личные права и обязанности каждого члена семьи.

5. Культура поведения - 4 ч.

в общественных местах: театре, кино, библиотеке, музее. Поведение при посещении массовых мероприятий.

6. Жилище - 8 ч.

Правила поведения в жилом помещении и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места. Уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание. *Практическая работа:* Уход за полами. Средства по уходу за полом. Мытье полов.

7. Транспорт - 6 ч.

Пользование общественным транспортом. Средства. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда. Наиболее рациональные маршруты в разные точки города, ближайшие населенные пункты. Экскурсия на автовокзал. Пригородные поезда. Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на автобусную остановку.

8. Торговля - 4 ч.

Специализированные магазины. Экскурсия в продовольственный магазин. Виды товаров, их стоимость. Порядок покупки.

9. Средства связи - 6 ч.

Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. *Практическая работа:* Составление текста телеграммы. Экскурсия на почту.

10. Медицинская помощь - 6 ч.

Виды медицинской помощи. Их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Оказание первой помощи. Экскурсия в аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний. Изготовление аром кулона для профилактики простудных заболеваний.

11. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.

Экскурсия в Дом детского творчества. Их назначение. Экскурсия в Дом детского творчества.

№ п/п	Разделы	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	8	<p>Рассказывают о правилах закаливания организма, об</p> <p>Перечисляют правила соблюдения личной гигиены.</p> <p>Объясняют способы ухода за руками и ногами.</p> <p>Называют косметические средства для ухода за кожей</p>
2.	Одежда	8	<p>Определяют вид ремонта одежды.</p> <p>Рассказывают о санитарно-гигиенических требованиях и правилах техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.</p> <p>Называют моющие средства для стирки хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p> <p>Объясняют правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p> <p>Рассказывают о способах утюжки изделий.</p>
3.	Питание	12	<p>Рассказывают о гигиене приготовления пищи.</p> <p>Называют санитарно-гигиенические требования к помещению для приготовления пищи и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком.</p> <p>Различают способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, овощей, молока и других продуктов.</p> <p>Объясняют правила пользования электроплитой.</p> <p>Определяют доброкачественность продуктов и сроки их хранения.</p> <p>Рассказывают о правилах сервировки стола к ужину</p>
4.	Семья	4	<p>Рассказывают о составе семьи.</p> <p>Называют имена, отчества родителей и близких родственников.</p> <p>Указывают место работы родителей и занимаемую должность.</p> <p>Объясняют права и обязанности каждого члена семьи</p>
5.	Культура поведения	4	<p>Рассказывают о правилах поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях.</p> <p>Объясняют правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.</p>
6.	Жилище	8	<p>Рассказывают о гигиенических требованиях к помещению и меры по их обеспечению.</p> <p>Называют основные правила организации рабочего места</p>

			<p>школьника.</p> <p>Определяют последовательность проведения сухой уборки.</p> <p>Объясняют санитарно-гигиенические требования техники безопасности при работе с пылесосом.</p> <p>Определяют вид ухода за полом в зависимости от пола.</p> <p>Различают комнатные растения.</p> <p>Рассказывают о назначении комнатных растений и допустимое количество в квартире.</p>
7.	Транспорт	6	<p>Называют основные транспортные средства.</p> <p>Определяют наиболее рациональные маршруты передвижения по городу.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов.</p>
8.	Торговля	4	<p>Характеризуют основные виды продовольственных магазинов и их отделы.</p> <p>Различают виды и стоимость различных товаров.</p> <p>Объясняют порядок приобретения товаров.</p>
9.	Средства связи	6	<p>Определяют основные средства связи.</p> <p>Различают виды почтовых отправлений.</p> <p>Рассказывают о порядке отправки писем, посылок, денежных переводов, телеграмм.</p>
10.	Медицинская помощь	6	<p>Определяют назначение поликлиник, аптек, больниц.</p> <p>Рассказывают о порядке записи к врачу, приобретении вызов "скорой помощи", о порядке вызова врачей-специалистов.</p> <p>Различают функции основных врачей-специалистов.</p> <p>Отличают медицинское обслуживание на амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.</p>
11.	Учреждения, организации и предприятия	2	<p>Называют виды детских учреждений и их назначения.</p> <p>Рассказывают о правилах поведения в детских учреждениях.</p>

Всего 68 ч.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия

Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, занятиями, как члена семьи, одноклассника.

Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей, и социальных ролей.

Уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности.

Включаться в общепользную, социальную деятельность.

Соблюдать правила безопасного поведения в обществе.

Положительное отношение к окружающей действительности.

Коммуникативные учебные действия

Вступать в контакт и работать в коллективе.

Обращаться за помощью и принимать помощь.

Слушать и принимать инструкцию к учебному заданию.

Сотрудничать с взрослыми и сверстниками.

Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем.

Регулятивные учебные действия

Принимать цели, следовать предложенному плану, работать в общем темпе.

Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач.

Соотносить свои действия с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.

Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Работать с учебными принадлежностями и организовывать своё рабочее место.

Познавательные

Использовать логические действия: (сравнение, анализ, синтез) на наглядном и доступном вербальном

материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

Выделять отличительные свойства предметов

Использовать в жизни межпредметные знания.

Воспринимать окружающий мир, его пространственную организацию.

Тематическое планирование

№ урока п/п	Темы разделов урока	Дата
	Личная гигиена – 8 ч.	
1	Гигиена тела.	
2	Выбор средств и предметов личной гигиены.	
3	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).	
4	<i>Практическая работа:</i> Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	
5	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).	
6	Профилактика грибковых заболеваний.	
7	Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).	
8	Здоровье человека.	
	Одежда (8 часов)	

9	Значение опрятного вида человека.	
10	Ремонт одежды. Чистка одежды.	
11	<i>Практическая работа:</i> Мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц.	
12	<i>Практическая работа:</i> Мелкий ремонт одежды: пришивание вешалок, петель и крючков.	
13	<i>Практическая работа:</i> Зашивание распорывшегося шва.	
14	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	
15	<i>Практическая работа:</i> Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	
16	<i>Практическая работа:</i> Утюжка фартуков, косынок, салфеток.	
Питание (12 часов)		
17	Режим питания.	
18.	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи.	
19	Замораживание, размораживание. Определение срока годности.	
20	Ужин. Составление меню ужина. Сервировка стола к ужину.	
21	Приготовление блюд из круп.	
22	<i>Практическая работа:</i> Приготовление каши на молоке.	
23	Приготовление макаронных изделий.	
24	Приготовление блюд из молока и молочных продуктов.	
25	<i>Практическая работа:</i> Приготовление запеканки из творога.	
26	Приготовление блюд из овощей.	
27	Приготовление блюд из картофеля.	
28	Сервировка стола к ужину.	
Семья (4 часов)		
29	Семья. Состав семьи.	
30	<i>Практическая работа:</i> Составление генеалогического дерева.	
31	Права и обязанности каждого члена семьи.	
32	Взаимоотношения в семье.	
Культура поведения (4 часов)		
33	Поведение в общественных местах: библиотеке.	
34	Поведение в общественных местах: музее.	
35	Поведение в общественных местах: кино, театре.	

36	Поведение при посещении массовых мероприятий	
Жилище (8 часов)		
37	Ваш дом.	
38	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	
39	Основные правила организации рабочего места школьника.	
40	Уборка квартиры.	
41	Пылесос <i>Практическая работа:</i> уборка помещения.	
42	Комнатные растения.	
43	Практическая работа: уход за комнатными растениями.	
44	Уход за полами. Средства по уходу за полом.	
Транспорт (6 часов)		
45	Основные транспортные средства.	
46	Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда.	
47	Наиболее рациональные маршруты передвижения в ближайшие населенные пункты.	
48	Экскурсия на автобусную остановку.	
49	Пригородные поезда.	
50	Поведение в общественных местах: транспорте.	
Торговля (4 часа)		
51	Продовольственные и специализированные магазины.	
52	Экскурсия в продовольственный магазин.	
53	Виды товаров, их стоимость.	
54	Порядок приобретения товаров.	
Средства связи (6 часов)		
55	Основные средства связи.	
56	Виды почтовых отправлений.	
57	Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.	
58	<i>Практическая работа:</i> Написание адреса и индекса на конверте.	
59	<i>Практическая работа:</i> Составление текста телеграммы.	
60	Экскурсия на почту.	
Медицинская помощь (6 часов)		
61	Медицинские учреждения. Их назначение.	
62	Работники медицинских учреждений.	

63	Виды медицинской помощи.	
64	Оказание первой медицинской помощи.	
65	Экскурсия в аптеку.	
66	Профилактика вирусных и простудных заболеваний.	
	Учреждения, организации и предприятия (2 часа)	
67	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.	
68	Экскурсия в Дом детского творчества	