

**Адаптированная  
 рабочая программа**

**по основам социальной жизни  
для 6 класса**

**2022-2023 учебный год**

(сроки реализации)

Учитель :Иванова Тамара Егоровна

Квалификационная категория:высшая

с. Минино,2022 г.

**Пояснительная записка**

Настоящая Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ, примерной Адаптированной основной общеобразовательной программыобразования 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).**

**I. 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 | Близких 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).

**II.Содержание учебного предмета**

|  |
| --- |
| **Содержание** |
| **Транспорт** |
| *Пригородный транспорт.* Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание |
| **Личная гигиена и здоровье** |
| *Гигиена тела.* 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.  *Закаливание организма.* 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. |
| **Одежда и обувь** |
| *Значение опрятного вида человека*.Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка 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. |

**РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**

**по предмету «Основы социальной жизни» в 6 классах**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Темы программы*** | ***6*** |
| 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 |
|  | |
| **итого** | | **34** |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***п\п*** | ***Тема урока*** | *Кол-во*  *часов* | ***Дата*** | |
| ***план*** | ***факт*** |
| 1 | Пригородный транспорт | 1 |  |  |
| 2 | Пригородные поезда. Правила пользования. | 1 |  |  |
| 3 | Автобусы пригородного сообщения | 1 |  |  |
| 4 | Гигиена тела | 1 |  |  |
| 5 | Уход за руками | 1 |  |  |
| 6 | Уход за ногами | 1 |  |  |
| 7 | Закаливание организма | 1 |  |  |
| 8 | **Контрольно-обобщающий урок** | 1 |  |  |
| 9 | Вредные привычки | 1 |  |  |
| 10 | Вредные привычки | 1 |  |  |
| 11 | Значение опрятного вида человека | 1 |  |  |
| 12 | Ручная и машинная стирка изделий | 1 |  |  |
| 13 | Правила сушки белья | 1 |  |  |
| 14 | Мясо и мясопродукты | 1 |  |  |
| 15 | Блюда из мяса | 1 |  |  |
| 16 | **Контрольно-обобщающий урок** | 1 |  |  |
| 17 | Яйца, жиры | 1 |  |  |
| 18 | Приготовления блюд из яиц | 1 |  |  |
| 19 | Овощи, плоды, ягоды и грибы | 1 |  |  |
| 20 | Приготовление блюд из свежих овощей | 1 |  |  |
| 21 | Виды муки, правила хранения | 1 |  |  |
| 22 | Виды круп. Правила хранения | 1 |  |  |
| 23 | Кухонная утварь. Уход за ней | 1 |  |  |
| 24 | Кухонное белье. Правила ухода и хранения | 1 |  |  |
| 25 | Кухонная мебель | 1 |  |  |
| 26 | **Промежуточная аттестация** | 1 |  |  |
| 27 | Комнатные растения | 1 |  |  |
| 28 | Комнатные растения | 1 |  |  |
| 29 | Помощь старших младшим: домашние обязанности. | 1 |  |  |
| 30 | Виды медицинской помощи | 1 |  |  |
| 31 | Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств | 1 |  |  |
| 32 | Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний | 1 |  |  |
| 33 | Основные средства связи | 1 |  |  |
| 34 | Основные средства связи | 1 |  |  |