МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию и делам молодёжи Немецкого национального района
МБОУ «Полевская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ;
Директор _____
Е.М.Зорин
Приказ №132 от
28.08.2024г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета «Основы социальной жизни» 6 класса
для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
(вариант 1)

село Полевое 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МБОУ «Полевская СОШ»

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.

Общая характеристика учебного предмета

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизическихособенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программырасположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательноеизучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать исовершенствовать у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые навыкисамообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, атакже практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, вкоторые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. **Место предмета в учебном плане**

На изучение программного материала в шестом классе по учебному плану выделено 2часа в неделю, 68 часов в год.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные БУД:

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности.

Регулятивные БУД:

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

Познавательные БУД:

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез,

обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

Коммуникативные БУД:

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.

Предметные результаты

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;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте);

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

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.);

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табако-курение и вред, наносимый здоровью человека.

Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности.

Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя,

зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появление вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. *Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).

Прием пищи.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Сервировка стола.

Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела, подраздела	Количество часов Всего	Вид учебной деятельности обучающихся
1	Личная гигиена и здоровье	7	Прослушивание объяснений учителя
2	Семья	8	Прослушивание объяснений педагога, проектная деятельность
3	Домоводство	13	Прослушивание объяснений учителя проектная деятельность
4	Питание	17	выполнение практических работ по инструкции; анализ предполагаемых таблиц, схем;
5	Одежда и обувь	7	Прослушивание объяснений учителя проектная деятельность
6	Жилище	7	Прослушивание объясненийпедагога, просмотр учебных фильмов
7	Транспорт	3	Прослушивание объясненийпедагога, просмотр учебных фильмов
8	Средства связи	3	Прослушивание объяснений
9	Повторение	3	Обобщение проеденного материала
	Итого:	68	

По урочно-тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, подраздела, урока	Количество часов
1	**Личная гигиена и здоровье** Я сам	1
2	От чего я свободен в свободное время	1
3	Досуг	1
4	Досуг с пользой для ума	1
5	Досуг с пользой для здоровья	1
6	Способы сохранения зрения	1
7	Вредные привычки и способы предотвращения их появления	1
8	**Семья** Место работы членов семьи, должности, профессии	1
9	Взаимоотношения между родственниками	1
10	Увлечения для развлечения	1
11	Какие планы на выходные?	1
12-14	Мне скучать некогда! А вам? Проект	3
15	Музей – это интересно!	1
16	**Домоводство** Животные в доме человека	1
17	Экзотические животные	1
18	Забота о домашних животных	1
19	Собака –верный друг	1
20	Кошка – ласковый домашний хищник	1
21	Декоративные птицы	1
22	Домашняя ферма	1
23	Ветеринарная служба	1
24-28	О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах. Проект	5
29	**Питание** Еда с пользой для здоровья	1
30	Первое блюдо	1
31	Второе блюдо	1
32	Салаты.	1
33	Приготовление салата.	1
34	Идеальный завтрак.	1
35	Продукты для правильного завтрака в любой части мира	1
36	Продукты, которые нежелательно употреблять часто	1
37	Хлеб – всему голова!	1
38	Каша – матушка наша	1
39	Раз яичко, два яичко	1
40	Как сварить яйцо. Практическая работа	1
41	Секреты вкуса: специи и пряности	1
42	Чай или кофе?	1

43	Как заварить листовой чай. Практическая работа	1
44	Кофе	1
45	Приглашение на завтрак. Практическая работа	1
46	**Одежда и обувь** Значение опрятного вида человека	1
47	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель	1
48	Зашивание распоровшегося шва	1
49	Пришивание пуговиц, зашивание распоровшегося шва.	1
50	Секреты бережной стирки. Условные обозначения	1
51	Замачивание и кипячение белья	1
52	Стирка белья в тазу	1
53	**Жилище** Поговорим о домашнем уюте. Мебель	1
54	Уход за мебелью	1
55	Интерьер	1
56	Уход за зеркальной поверхностью	1
57	Предметы интерьера, уход за ними	1
58	За покупками	1
59	Как сделать покупки через Интернет безопасными?	1
60	**Транспорт** Оплата проезда на всех видах городского транспорта	1
61	Проезд из дома в школу. Расчет стоимости проезда	1
62	Пригородный транспорт, его виды. Стоимость проезда. Расписание.	1
63	**Средства связи** Основные средства связи, их назначение	1
64	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России»	1
65	Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка	1
66-68	Повторение, обобщение.	3

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Литература для учителя:

1. Основы социальной жизни: 6-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы/ С.В.Комарова, Е.Л.Александрова. – Москва: Просвещение, 2023.
2.Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ авт.-сост. С.А.Львова.- Волгоград: Учитель, 2012
3.Хилько, А.А. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) учреждений VIII вида: Пособие для учителя. – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2012.
4. Якушина, Е.В. Учебное издание КУЛИНАРИЯ методические рекомендации к таблицам по технологии / Е.В. Якушина. – ООО «Спектр-М», 201

Литература для учащихся:

Основы социальной жизни: 6-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы/ С.В.Комарова, Е.Л.Александрова. – Москва: Просвещение, 2023.

Материально-техническое обеспечение обучения*:*

Ноутбук, компьютер.

Лист корректировки

№ урока	Даты по плану	Даты проведения	Тема	Кол-во часов по плану	Кол-во часов фактически	Причина корректировки	Способ корректировки