

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Калужской области**

**Управа (исполнительно - распорядительный орган) муниципального  
района "Барятинский район"**

**МКОУ БСОШ**

**РАССМОТРЕНО**  
ШМО учителей  
предметной области  
«Общественно-научные  
предметы», «Технология»  
Протокол №1 от «27»  
августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
на методическом совете  
Протокол №1  
от 27.08.2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказ №231-о  
от 30.08.2024 г.

**Адаптированная  
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного предмета "Основы социальной жизни"**

для обучающихся 6 класса

**с. Барятино 2024г**

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 6 класса разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;
  - программы формирования базовых учебных действий;
- с учетом:
- примерной АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
  - 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..

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.

повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

Рабочая программа учебного предмета ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в рабочей программе воспитания МКОУ БСОШ.

- 

## **II. Общая характеристика учебного предмета**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей учащихся 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.

Структура программы представлена следующими разделами:

- Личная гигиена.
- Одежда.
- Питание.
- Семья.
- Культура поведения.
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Средства связи.
- Медицинская помощь.
- Учреждения, организации и предприятия.

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 последующих классах.

На уроках "Основы социальной жизни" используются следующие методы:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

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

Методы и формы позволяют корректировать познавательную деятельность: наблюдательности, воображения, внимания, памяти и устной речи. Способствует

развитию самостоятельности учащихся при выполнении заданий, постепенно подготавливает их труду и самостоятельной жизни.

Занятия по данной рабочей программе тесно связаны с такими предметами как: "Русский язык", "Чтение", "Математика", "Природоведение", "География", "Биология", "Естествознание" и "Ручной труд".

На занятиях по "Основам социальной жизни" следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках "Русского языка". На всех этапах занятия в связи с изученным материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умение детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

### **III. Описание места учебного предмета в учебном плане**

В соответствии с учебным планом МКОУ "Барятинская СОШ», учебный предмет "Основы социальной жизни" представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 6 классе составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

### **IV. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### **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:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<b>Личная гигиена</b>	
<p>Ухаживать за телом, руками, ногами и волосами.</p> <p>Рассказывать о необходимости закаливания организма.</p>	<p>Совершать последовательно уход за телом, руками, ногами и волосами.</p> <p>Подбирать косметические средства и предметы личной гигиены.</p> <p>Выбирать способы закаливания организма.</p>
<b>Одежда</b>	
<p>Выполнять повседневный уход за одеждой.</p> <p>Делать мелкий ремонт одежды под руководством взрослого.</p> <p>Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей под руководством взрослого.</p>	<p>Следить за своим внешним видом.</p> <p>Ухаживать за своей одеждой.</p> <p>Выполнять мелкий ремонт одежды.</p> <p>Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p> <p>Подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p>
<b>Питание</b>	
<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</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, кипятком, правила пользования электроплитой.</p> <p>Определять доброкачественность продуктов и</p>

<p>молоке, готовить картофельное пюре, оформлять готовое блюдо, сервировать стол под руководством взрослого.</p>	<p>сроки их хранения. Составлять меню ужина. Рассказывать о правилах хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Отваривать макароны. Варить кашу на молоке. Готовить картофельное пюре. Оформлять готовое блюдо. Сервировать стол к ужину.</p>
<b>Семья</b>	
<p>Рассказывать о составе семьи. Называть обязанности всех членов семьи.</p>	<p>Рассказывать о составе семьи, называть имена, отчества родителей и ближайших родственников, место работы и должность. Называть основные сведения о членах семьи. Распределять обязанности в семье. Помогать младшим и выполнять свои обязанности.</p>
<b>Культура поведения</b>	
<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>
<b>Жилище</b>	
<p>Рассказывать о санитарно-гигиенических требованиях к жилому помещению. Производить элементарную уборку помещения. Рассказывать о видах комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.</p>	<p>Выполнять санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и меры их обеспечения. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом. Производить сухую и влажную уборку помещения. Чистить ковры, книжные полки, батареи. Ухаживать за комнатными растениями.</p>
<b>Транспорт</b>	
<p>Называть основные транспортные средства. Рассказывать о рациональном маршруте</p>	<p>Различать основные транспортные средства. Ориентироваться в расписании.</p>

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

## **V. Содержание учебного предмета**

### **1. Личная гигиена - 8 ч.**

Гигиена тела. Выбор средств и предметов личной гигиены. Пр.р. Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы). Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Пр.р. Профилактика грибковых заболеваний. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Пр.р. Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

### **2. Одежда - 8 ч.**

Значение опрятного вида человека. Чистка одежды. Пр.р. Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалки, зашивание распоровшегося шва. Пр.р. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Пр.р. Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток. Пр.р.

### **3. Питание - 12 ч.**

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Составление меню ужина. Пр.р. Приготовление блюд из круп. Запись рецепта. Приготовление каши на молоке. Пр.р. Приготовление макаронных изделий. Запись рецепта. Варка макарон. Пр.р. Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта. Приготовление картофельного пюре. Оформление готовых блюд. Пр.р. Сервировка стола к ужину. Сервировка стола к ужину. Пр.р.

### **4. Семья - 4 ч.**



<p>Состав семьи обучающихся. Родственные отношения. Составление генеалогического дерева. Пр.р. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. Запись сведений о членах семьи. Пр.р.</p>
<p><b>5. Культура поведения - 4 ч.</b></p>
<p>Поведение в общественных местах. Сюжетно-ролевая игра "В театре". Поведение при посещении массовых мероприятий. Сюжетно-ролевая игра "В кафе".</p>
<p><b>6. Жилище- 8 ч.</b></p>
<p>Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. Пр.р. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за комнатными растениями: рыхление, полив, опрыскивание. Пр.р. Уход за полами. Средства по уходу за полом. Мытье полов. Пр.р.</p>
<p><b>7. Транспорт - 6 ч.</b></p>
<p>Основные транспортные средства. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, ближайшие населенные пункты. Экскурсия на автовокзал. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на железнодорожный вокзал.</p>
<p><b>8. Торговля - 4 ч.</b></p>
<p>Продовольственные и специализированные магазины. Экскурсия в продовольственный магазин. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. Покупка товаров по списку. Пр.р.</p>
<p><b>9. Средства связи - 6 ч.</b></p>
<p>Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конверте. Пр.р. Составление текста телеграммы. Пр.р. Экскурсия на почту.</p>
<p><b>10. Медицинская помощь - 6 ч.</b></p>
<p>Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Использование различных видов медицинской помощи. Экскурсия в</p>

аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний. Изготовление аромакулона для эфирных масел. Пр.р.

### 11. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.

Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение. Экскурсия в МАУ ДО "ДЮЦ" Орион".

## VI. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	8	Рассказывают о правилах закаливания организма, обтирания. Перечисляют правила соблюдения личной гигиены. Объясняют способы ухода за руками и ногами. Называют косметические средства для ухода за кожей рук, ног.
2.	Одежда	8	Определяют вид ремонта одежды. Рассказывают о санитарно-гигиенических требованиях и правилах техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами. Называют моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Объясняют правила стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Рассказывают о способах утюжки изделий.
3.	Питание	12	Рассказывают о гигиене приготовления пищи. Называют санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком.

			<p>Различают способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, овощей, молока и молочных продуктов.</p> <p>Объясняют правила пользования электроплитой.</p> <p>Определяют доброкачественность продуктов и сроки 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 жилому помещению и меры по их обеспечению.</p> <p>Называют основные правила организации рабочего места школьника.</p> <p>Определяют последовательность проведения сухой и влажной уборки.</p> <p>Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом.</p> <p>Определяют вид ухода за полом в зависимости от покрытия.</p> <p>Различают комнатные растения.</p> <p>Рассказывают о назначении комнатных растений, правилах ухода и допустимое количество в квартире.</p>
7.	Транспорт	6	<p>Называют основные транспортные средства.</p> <p>Определяют наиболее рациональные маршруты при</p>

			<p>передвижении по городу.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов.</p>
8.	Торговля	4	<p>Характеризуют основные виды продовольственных магазинов, 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, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.</p>
10.	Медицинская помощь	6	<p>Определяют назначение поликлиник, аптек, больниц.</p> <p>Рассказывают о порядке записи к врачу, приобретения лекарств, вызов "скорой помощи", о порядке вызова врачей-специалистов.</p> <p>Различают функции основных врачей-специалистов.</p> <p>Отличают медицинское обслуживание на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.</p>
11.	Учреждения, организации и предприятия	2	<p>Называют виды детских учреждений и их назначение.</p> <p>Рассказывают о правилах поведения в детских учреждениях.</p>
<b>Всего 68 ч.</b>			

## **VII. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у обучающихся используют специально оборудованный кабинет, который соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и противопожарным нормам.

В кабинете четко определены и специально оборудованы зоны. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать обучающимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученный опыт.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>
<b>Программы</b>
1. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
<b>Учебники</b>
1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 6 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
<b>Рабочие тетради</b>
1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 6 класс

образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.

### **Методические пособия для учителя**

1. Дерябина С.П. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: варианты текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: – Издательство Учитель, 2020.
2. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014.
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017.
4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014.
5. 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 – М.: ВЛАДОС, 2018.
6. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В.Воронкова, С.А.Казакова – М.: ВЛАДОС, 2020.

### **Интернет-ресурсы**

Компьютерные презентации по раздела курса:

"Личная гигиена"

1. Личная гигиена-залог здоровья.
2. Уход за руками.
3. Профилактика грибковых заболеваний.
4. Уход за ногами.

## 5. Закаливание организма.

### "Одежда"

1. Внешний вид молодого человека.
2. Мелкий ремонт одежды.
3. Стирка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную и с помощью стиральной машины.
4. Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

### "Питание"

1. Гигиена приготовления пищи.
2. Хранение продуктов и готовой пищи.
3. Замораживания, размораживание пищевых продуктов.
4. Определение срока годности продуктов питания.
5. Приготовление пищи. Ужин.
6. Приготовление блюд из круп.
7. Приготовление макаронных изделий.
8. Приготовление блюд из картофеля и овощей.
9. Сервировка стола к ужину.

### "Семья"

1. Семья. Родственные отношения.
2. Взаимоотношения между членами семьи.
3. Таблица по составлению родового древа.

### "Культура поведения"

1. Поведение в общественных местах.
2. Правила поведения в общественных местах.

### "Жилище"

1. Гигиенические требования к жилому помещению.
2. Организация рабочего места школьника.
3. Повседневная уборка жилья.
4. Комнатные растения.
5. Уход за различными видами полового покрытия. Средства по уходу за полом

"Транспорт"

1. Основные транспортные средства.
2. Пользование городским транспортом. Оплата проезда.
3. Безопасные и рациональные маршруты передвижения подростков по городу.
4. Пригородные поезда. Расписания. Направления.

" Торговля"

1. Виды магазинов.
2. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

" Средства связи"

1. Основные средства связи.
2. Виды почтовых отправлений.
3. Виды писем. Порядок отправления писем различных видов.

" Медицинская помощь"

1. Виды медицинских учреждений. Их назначение. Работники медицинских учреждений.
2. Виды медицинской помощи.
3. Использование различных видов медицинской помощи.
4. Профилактика гриппа и простудных заболеваний.

" Учреждения, организации и предприятия"

1. Детские учреждения. Их назначение.

**Технические средства обучения**

1. Компьютер.
2. Принтер.
3. DVD проигрыватель.
4. Телевизор.



