

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Берёзовологская основная общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»
на методическом совете
МБОУ «Берёзовологская
ООШ»
протокол №1
от «28» 08 2021г.

«Согласовано»
Лег /Леонова А.А.
зам. директора
по УВР
«28» 08 2021г.

«Утверждаю»
Н.В. Николаева
Николаева Н.В.
директор МБОУ
«Берёзовологская ООШ»
Приказ №01-12-168
«31» августа 2021г.



Рабочая программа учебного предмета
«Основы социальной жизни»
для 6 класса по адаптированной основной общеобразовательной программе
основного общего образования
на 35 часов

Программу составила
Козар Зульфия Михайловна

2021 г.
д. Берёзовый Лог

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

– Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 года N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);

– Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599

– Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), включенная в реестр примерных основных общеобразовательных программ (протокол от 22.12.2015 г № 4/15);

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета «Основы социальной жизни»:

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;

- сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;

- коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Рабочая программа в 6 классе рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений. АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по отдельным учебным предметам на конец школьного обучения (IX класс):

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;

умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;

знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;

представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

представление о различных видах средств связи;

знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социального назначения и их назначение.

Достаточный уровень:

знание о способах хранения и переработки продуктов питания; умение составлять меню из предложенных продуктов питания; умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда; умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара; умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;

навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;

умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет-средствами;

знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет; составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Базовые учебные действия на этапе обучения в VI классе:

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия.

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия.

Регулятивные учебные действия представлены умениями: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия.

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; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

К концу обучения в 6 классе учащиеся должны знать:

- правила закаливания организма, приёмы обтирания и мытья ног, правила соблюдения личной гигиены;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами, правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шёлковых тканей;
- способы выбора доброкачественных продуктов, приготовление каши, заварка чая, варка яиц разного состояния, способы хранения продуктов и готовой пищи, правила составления рецепта блюда;
- место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье;
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками;
- гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения сухой влажной уборки, правила пользования электропылесосом, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами;
- виды междугородного транспорта, стоимость проезда на всех видах городского транспорта;
- виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы, правила поведения в магазине и общения с работниками магазина, правила покупки товаров, стоимость наиболее необходимых товаров (одежды, обуви, посуды и других, часто используемых товаров);
- виды почтовых отправлений, телеграмм;

- способы вызова врача на дом, меры по предупреждению глистных заболеваний, функции основных врачей-специалистов;

- виды детских учреждений и назначение, адрес Дома культуры, какие кружки, секции имеются и чем в них занимаются дети.

Учащиеся должны уметь:

- закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены дома, в школе;

- пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки, зашивать одежду по распоровшемуся шву, подшить платье, брюки, рубашки, подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей, стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей, гладить их;

- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности, приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности, составить рецепт блюда, вымыть, вычистить посуду;

- рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности, выполнять определённые обязанности в семье;

- культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

- производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами;

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;

- выбрать нужный товар, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение срока гарантии на товар, вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя;

- определить стоимость почтовых отправлений;

- записаться на приём к врачу, вызвать врача на дом, в экстренных случаях врачей «скорой помощи», приобрести лекарство в аптеке;

- обращаться к работникам Дома культуры, правильно вести себя на занятиях, в читальном зале, соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах

Содержание учебного предмета

Личная гигиена

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений. Сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения.

Одежда и обувь

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Семья

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Учреждения и организации

Дошкольные учреждения – детские сады, школа, Дома культуры и их назначение.

Средства связи

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Питание

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и

кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Транспорт

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.).

Торговля

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Медицинская помощь

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Культура поведения

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Экскурсия в библиотеку. Обобщение пройденного материала за год. Контрольное тестирование по разделам.

Описание учебно-методического и материально – технического обеспечения учебного предмета

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год.
2. 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/ ВЛАДОС, 2013 год – 136 с.

Дополнительный список литературы

1. Веретенников И.В. Методика коррекционно-развивающей работы: Социально-бытовое ориентирование, М., 2000 год.
2. 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.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год – 247 с.
3. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 1994 год.
4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003 год – 92 с.
5. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год.
6. Мусская И.А. Домоводство, - Ижевск: ДОК, Урал-БИ-СИ, 1991 год.

Компьютерные технологии

1. Компьютер.
 2. Мультимедийный проектор (интерактивная доска).
- Интернет-ресурс

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Тематическое планирование по основам социальной жизни для 6-го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся:

- устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб учителя;
- побуждать обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися);
- поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;
- инициировать обучающихся к обсуждению, высказыванию своего мнения, выработке своего отношения по поводу получаемой на уроке социально значимой информации;
- анализировать реальное состояние дел в учебном классе/группе;
- привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизации познавательной деятельности обучающихся;
- побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач;
- инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов;
- развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности;
- создавать доверительный психологический климат в классе во время урока;
- организовывать для обучающихся ситуаций самооценки (как учебных достижений отметками, так и моральных, нравственных, гражданских поступков), организовывать в рамках урока поощрение учебной/социальной успешности;
- организовывать индивидуальные и групповые формы учебной деятельности;
- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу обучающегося;
- проектировать ситуации и события, развивающие культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

№ урока	Дата		Тема урока	Форма урока
	по плану	фактически		
Личная гигиена – 3 часа				
1	01.09.		Значение закаливания организма для здоровья человека.	Беседа, работа с учебником
2	08.09.		Практическая работа. Уход за глазами (промывание и протирание).	Практическая работа.
3	15.09.		Губительное влияние вредных привычек на организм.	Беседа, составление тезисов к лекции
Одежда и обувь – 2 часа				
4	22.09.		Значение опрятного вида человека.	Беседа, работа с учебником Практическая работа.
5	29.09.		Чистка одежды, сушка: Правила	Беседа

			глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.	Практическая работа.
Семья – 2 часа				
6	06.10.		Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.	Беседа, ролевая игра.
7	13.10.		Практическая работа. Запись сведений о членах семьи	Практическая работа
Учреждения и организации – 2 часа				
8	20.10.		Дошкольные учреждения, их назначение. Школьные учреждения, их назначение.	Беседа, составление тезисов к лекции
9	27.10.		Дом культуры, его назначение для жителей. Экскурсия в Дом культуры	Экскурсия
Средства связи – 3 часа				
10	10.11.		Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений.	Беседа
11	17.11.		Виды писем. Порядок отправления письма различного вида.	Практическая работа
12	24.11.		Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Экскурсия на почту	Экскурсия
Питание – 8 часов				
13	01.12.		Значение питания в жизни человека Гигиена приготовления пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов.	Беседа, работа с учебником
14	08.12.		Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов.	Экскурсия
15	15.12.		Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Чтение рецептов. Блюда из круп.	Практическая работа.
16	22.12.		Блюда из овощей. Практическая работа. Приготовление картофельного пюре.	Практическая работа.
17	29.12.		Блюда из яиц. Практическая работа. Приготовление омлета.	Практическая работа.
18	12.01.		Правила заваривания чая	Практическая работа.
19	19.01.		Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Практическая работа.	Практическая работа.
20	26.01.		Составление рецепта приготовления собственного блюда.	Эксперимент
Транспорт – 3 часа				
21	02.02.		Основные транспортные средства. Оплата проезда на всех видах	Беседа, работа с учебником

			транспорта. Маршруты передвижения.	
22	09.02.		Пригородные автобусы. Расписание, направления, зоны. Способы заказа и приобретения билетов через интернет.	Беседа, интернет-ресурс
23	16.02.		Экскурсия на автовокзал. Наблюдение за приобретением билетов	Экскурсия
Жилище – 4 часа				
24	02.03.		Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	Беседа, работа с учебником
25	09.03.		Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.	Памятки, практическая работа
26	16.03.		Пылесос. Использование в уборке пылесоса. Практическая работа.	Беседа Практическая работа
27	23.03.		Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Практическая работа.	Практическая работа
Торговля – 2 часа				
28	06.04.		Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров. Экскурсия в продовольственный супермаркет «Магнит».	Экскурсия
29	13.04.		Виды товаров, стоимость, порядок приобретения. Правила выбора доброкачественных продуктов питания.	Беседа Практическая работа.
Медицинская помощь – 3 часа				
30	20.04.		Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений: больница, поликлиника, аптека, диспансер. Экскурсия в аптеку.	Беседа Экскурсия
31	27.04.		Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	Беседа
32	04.05.		Сюжетно-ролевая игра: «Вызов скорой помощи». Меры предупреждения глистных заболеваний.	Сюжетно-ролевая игра
Культура поведения – 2 часа				
33	11.05.		Правила поведения в театре, кинотеатре. Ролевая игра: «Посещение кинотеатра».	Ролевая игра:

34	18.05.		Повторение. Правила поведения в школе во время занятий и на перемене. Экскурсия в школьную библиотеку.	Экскурсия
----	--------	--	--	-----------

Корректировка календарно-тематического планирования по основам социальной жизни

№ урока	Дата по КТП	Дата проведения	Тема по КТП	Тема проведения урока	Кол-во часов		Причины корректировки	Способы корректировки
					По плану	Дано		

