**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию Немецкого национального района

МБОУ "Гришковская СОШ"



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

‌

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы социальной жизни»**

для обучающихся 6 класса

(АООП УО Вариант 1)

Срок реализации 1 год

Составил: учитель истории и обществознания

Бартули Николай Сергеевич

​**Гришковка,** **2023‌**​ **год**

**Пояснительная записка**

**Общая характеристика предмета «Основы социальной жизни»**

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для учащихся 6 классов с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

-Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки РФ № 1599 от 19.12.2015 г.);

- Примерной АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Социальная адаптация в современной обществе через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современной обществе.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Программа «Основы социальной жизни» 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.

**Цель предмета «Основы социальной жизни»**

Практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

**Основные задачи предмета «Основы социальной жизни»**

1. Расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

2. Формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;

3. Ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;

4. Практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;

5. Усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);

6. Развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

**Место предмета «Основы социальной жизни»**

Программа реализуется в 6 классе. Рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю.

**Планируемые результаты освоения предмета «Основы социальной жизни»**

**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** |
| **Личная гигиена** | |
| Рассказывать о правилах | Соблюдать и выполнять правила личной гигиены |
| личной гигиены. | подростка. |
| Называть санитарно- | Характеризовать индивидуальные предметы |
| гигиенические правила | гигиены. |
| пользования зубной щеткой, | Выполнять санитарно-гигиенические правила |
| расческой, мочалкой, душем, | пользования зубной щеткой, расческой, |
| ванной и унитазом. | мочалкой, душем, ванной и унитазом. |
| Рассказывать о правилах | Соблюдать правила смены одежды, нательного и |
| смены одежды, нательного и | постельного белья. |
| постельного белья. |  |
| Различать индивидуальные |  |
| предметы гигиены. |  |
| **Одежда** | |

|  |  |
| --- | --- |
| Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя.  Знать особенности стирки цветного и белого белья.  Рассказывать правила  пользования моющими средствами.  Рассказывать о  последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей.  Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг. | Ремонтировать разорванные места одежды. Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.  Гладить одежду и белье.  Называть правила пользования моющими средствами.  Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею.  Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью  стиральной машины.  Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг. Рассказывать о правилах подготовке вещей к сдаче в чистку. |
| **Питание** | |
| Рассказывать санитарно- гигиенические требования и правила техники  безопасности при приготовлении пищи.  Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи.  Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.  Готовить обед,  оформлять готовые блюда, сервировать стол под  руководством учителя. | Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.  Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи.  Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных  продуктов.  Характеризовать последовательность приготовления блюд.  Готовить обед  Оформлять готовые блюда. Сервировать стол к обеду. |
| **Семья** | |
| Одевать малышей на прогулку.  Помогать малышам при уборке игрушек.  Разучивать тихие и подвижные игры. | Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.  Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры. |
| **Культура поведения** | |
| Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме  подарков. | Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков. |
| **Жилище** | |

|  |  |
| --- | --- |
| Выполнять элементарную уборку помещения.  Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон.  Рассказывать о правилах ухода за мебелью в  зависимости от ее покрытия. Ухаживать за животными. | Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения.  Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.  Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия.  Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.  Рассказывать о правилах содержания в доме собаки, кошки и попугая. |
| **Транспорт** | |
| Называть функции железнодорожного транспорта, виды  пассажирских вагонов,  справочных служб, виды камер хранения.  . | Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов.  Ориентироваться в расписании.  Приобретать билеты в железнодорожной кассе. Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала, центральную железнодорожную  справочную по телефону. |
| **Торговля** | |
| Называть основные виды универсальных и специализированных  магазинов, их отделы. Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.  Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых.  Соблюдать правила поведения в магазине. | Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов.  Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.  Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине.  Подсчитывать стоимость покупок.  Соблюдать правила поведения в магазине. |
| **Средства связи** | |
| Называть перечень,  посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.  Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли. Заполнять бланки для отправки бандероли с  помощью учителя. | Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью.  Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.  Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей.  Заполнять бланки на отправку бандеролей. Составлять опись посылаемых предметов. Упаковывать бандероль. |
| **Медицинская помощь** | |

|  |  |
| --- | --- |
| Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки.  Называть местные лекарственные растения.  Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах.  Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога. | Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.  Распознавать местные лекарственные растения. Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.  Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.  Пользоваться термометром.  Готовить отвары и настои из лекарственных растений.  Обрабатывать раны и накладывать повязки. |
| **Учреждения, организации и предприятия** | |
| Называть промышленные объекты, виды выпускаемой продукции, рабочие  профессии. | Классифицировать промышленные объекты, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии. |
| **Экономика домашнего хозяйства** | |
| Понимать назначение денег. Подсчитывать бюджет семьи под руководством педагога.  Составлять доверенность на получение заработной платы под руководством педагога. | Понимать назначение денег. Подсчитывать бюджет семьи.  Составлять доверенность на получение заработной платы. |

**Содержание предмета «Основы социальной жизни»**

**Личная гигиена.**

Личная гигиена подроста. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно- гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

**Одежда.**

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.

**Питание.**

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

**Семья.**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста.

**Культура поведения.**

Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира.

**Жилище.**

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.

**Транспорт.**

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.

**Торговля.**

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине.

**Средства связи.**

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Экскурсия на почту.

**Медицинская помощь.**

Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность.

**Учреждения, организации, предприятия.**

Промышленные объекты. Названия цехов и отделов, имеющихся на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.

**Экономика домашнего хозяйства.**

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты.

**Тематическое планирование рабочей программы предмета «Основы социальной жизни»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Дата изучения |
| всего | контрольные работы | практические работы |
| 1 | Личная гигиена | 4 | 0 | 0 |  |
| 2 | Одежда | 8 | 0 | 0 |  |
| 3 | Питание | 12 | 0 | 0 |  |
| 4 | Семья | 4 | 0 | 0 |  |
| 5 | Культура поведения | 4 | 0 | 0 |  |
| 6 | Жилище | 8 | 0 | 0 |  |
| 7 | Транспорт | 4 | 0 | 0 |  |
| 8 | Торговля | 4 | 0 | 0 |  |
| 9 | Средства связи | 4 | 0 | 0 |  |
| 10 | Медицинская помощь | 6 | 0 | 0 |  |
| 11 | Учреждения, организации и предприятия | 4 | 0 | 0 |  |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 6 | 0 | 0 |  |
| **ИТОГО:** | | 68 |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование предмета «Основы социальной жизни»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** | |
| **по плану** | **по факту** |
| 1 | Личная гигиена подростка. Индивидуальные  предметы гигиены. | 1 |  |  |
| 2 | Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. | 1 |  |  |
| 3 | Правила сохранения чистоты и здоровья тела. | 1 |  |  |
| 4 | Гигиена одежды, нательного и постельного белья. | 1 |  |  |
| 5 | Основные правила организации рабочего места школьника. | 1 |  |  |
| 6 | Ремонт разорванных мест одежды, штопка. | 1 |  |  |
| 7 | Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. | 1 |  |  |
| 8 | Стирка хлопчатобумажного белья вручную. | 1 |  |  |
| 9 | Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. | 1 |  |  |
| 10 | Утюжка белья, брюк. | 1 |  |  |
| 11 | Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. | 1 |  |  |
| 12 | Уход за комнатными растениями; полив, опрыскивание пересадка | 1 |  |  |
| 13 | Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и  вторые блюда. Третьи блюда. | 1 |  |  |
| 14 | Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. | 1 |  |  |
| 15 | Приготовление закусок. | 1 |  |  |
| 16 | Приготовление горячих бутербродов. | 1 |  |  |
| 17 | Первые блюда из овощей, рыбных и мясных  продуктов. | 1 |  |  |
| 18 | Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. | 1 |  |  |
| 19 | Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных  продуктов. | 1 |  |  |
| 20 | Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным  соусом. | 1 |  |  |
| 21 | Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. | 1 |  |  |
| 22 | Приготовление компота из сухофруктов. | 1 |  |  |
| 23 | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | 1 |  |  |
| 24 | Сервировка стола к обеду. | 1 |  |  |
| 25 | Помощь родителям и воспитателям в уходе за  младшими детьми. | 1 |  |  |
| 26 | Оказание помощи в одевании малышей на  прогулку. | 1 |  |  |
| 27 | Разучивание тихих и подвижных игр. | 1 |  |  |
| 28 | Подвижные игры на улице с детьми младшего  возраста. | 1 |  |  |
| 29 | Поведение в гостях. | 1 |  |  |
| 30 | Правила поведения при встрече и расставании. | 1 |  |  |
| 31 | Подарки. Правила вручения и приемов подарков. | 1 |  |  |
| 32 | Изготовление сувенира. | 1 |  |  |
| 33 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.  Подготовка квартиры к зиме, лету. | 1 |  |  |
| 34 | Сухая и влажная уборка помещения. | 1 |  |  |
| 35 | Санитарная обработка помещения в случае  необходимости. | 1 |  |  |
| 36 | Уборка помещения. Мытье зеркал. | 1 |  |  |
| 37 | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. | 1 |  |  |
| 38 | Чистка мягкой мебели. | 1 |  |  |
| 39 | Животные в доме (кошка, собака, попугай). | 1 |  |  |
| 40 | Правила соблюдения гигиены жилища при  наличии животных дома. | 1 |  |  |
| 41 | Междугородний железнодорожный транспорт.  Вокзал и его службы. | 1 |  |  |
| 42 | Справочная служба железнодорожного вокзала,  расписание поездов. | 1 |  |  |
| 43 | Виды пассажирских вагонов. Приобретение  билетов. Камеры хранения багажа. | 1 |  |  |
| 44 | Интерактивная экскурсия на железнодорожный вокзал. | 1 |  |  |
| 45 | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение  магазинов. | 1 |  |  |
| 46 | Стоимость некоторых товаров. Порядок  приобретения товаров. | 1 |  |  |
| 47 | Экскурсия в промтоварный магазин. | 1 |  |  |
| 48 | Приобретение товаров в промтоварном магазине. | 1 |  |  |
| 49 | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).  Порядок отправления бандеролей. | 1 |  |  |
| 50 | Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. | 1 |  |  |
| 51 | Заполнение бланков на отправку бандеролей. | 1 |  |  |
| 52 | Экскурсия на почту. | 1 |  |  |
| 53 | Домашняя аптечка. Термометр. | 1 |  |  |
| 54 | Измерение температуры тела с помощью  термометра. | 1 |  |  |
| 55 | Лекарственные растения. | 1 |  |  |
| 56 | Заваривание травяного настоя. | 1 |  |  |
| 57 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах,  ушибах, вывихах, переломах. | 1 |  |  |
| 58 | Наложение повязки на рану, поврежденную  конечность. | 1 |  |  |
| 59 | Промышленные предприятия | 1 |  |  |
| 60 | Названия цехов и отделов, имеющихся на  предприятиях. | 1 |  |  |
| 61 | Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. | 1 |  |  |
| 62 | Экскурсия на промышленное предприятие. | 1 |  |  |
| 63 | Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в  нашей жизни. | 1 |  |  |
| 64 | Бюджет семьи. Источник дохода. | 1 |  |  |
| 65 | Заработная плата членов семьи, пенсия. | 1 |  |  |
| 66 | Определение дохода семьи. | 1 |  |  |
| 67 | Мелкие расходы. | 1 |  |  |
| 68 | Составление доверенности на получение зарплаты. | 1 |  |  |
| **ИТОГО:** | | 68 |  |  |

**Учебно-методическое обеспечение**

1. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов, под редакцией В.В. Воронковой по предмету «СБО». Издательство М.: «Просвещение», 2008г.