

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Матвеево - Курганская специальная школа-интернат»
(ГКОУ РО Матвеево - Курганская школа-интернат)**

Рассмотрено на заседании МО
коррекционного цикла
«30» августа 2023 г.

Согласовано с методическим советом
школы-интерната
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интерната
_____ В.В. Зинченко

**Адаптированная образовательная
программа
(Основная школа)
Основы социальной жизни
6 класс**

Разработала: Фарафонова Алла Леонтьевна

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Учебный план образовательной организации.

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 66 часа (2 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).

Транспорт

Минимальный уровень:

-Оплачивать проезд, приобретать билеты

-Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения

Достаточный уровень:

- Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты
- Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов

Личная гигиена и здоровье

Минимальный уровень:

- 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

Достаточный уровень:

- 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

Минимальный уровень:

- Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых
- Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой

Достаточный уровень:

- 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

Минимальный уровень:

- 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

Достаточный уровень:

- 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

Минимальный уровень:

- 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

Достаточный уровень:

- 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

Минимальный уровень:

- Выполнять свои обязанности в семье

- Близких родственников, свои обязанности в семье

Достаточный уровень:

- Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности

- Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье

Охрана здоровья

Минимальный уровень:

- 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

Достаточный уровень:

- 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

Минимальный уровень:

- Отправлять письма различного вида
- Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем

Достаточный уровень:

- Составлять и отправлять письма различного вида
- Основные средства связи, их назначение и особенности использования.
- Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида

Культура поведения

Минимальный уровень:

- правила выполнения физических упражнений
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях
- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

Достаточный уровень:

- Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье
- соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах
- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

Торговля

Минимальный уровень:

- Виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.
- основные виды продовольственных магазинов, их отделы
- порядок приобретения товаров
- обращаться к продавцу, кассиру

Достаточный уровень:

- Основные виды продовольственных магазинов, их отделы,
- виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.
- основные виды продовольственных магазинов, их отделы
- виды и стоимость различных товаров
- порядок приобретения товаров

- обращаться к продавцу, кассиру

Предприятия, организации, учреждения

Минимальный уровень:

- Виды детских учреждений и их назначение, адрес

- Рассказать о назначении дошкольных и школьных учреждений (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества)

Достаточный уровень:

- знать структуру дошкольного образовательного учреждения;

- знать возраст, с которого можно посещать группы детского сада.

- уметь обращаться к работнику Дома культуры, с заявлением для записи в кружок ДДТ.

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, поручении, 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).

Тематическое планирование

№	Тема/ раздел	Кол-во часов, отводимых на изучение темы	Электронные учебно-методические материалы
1	Личная гигиена и здоровье	4	
	Уход за кожей рук	1	
	Уход за кожей ног	1	
	Закаливание организма. Его значение.	2	
2	Охрана здоровья	2	
	Виды доврачебной помощи.	1	
	Способы измерения температуры тела.	1	
3.	Жилище	11	
	Виды мебели в жилых помещениях.	1	
	Уход за мебелью.	1	
	Правила ТБ использования электроприборов.	1	
	Уход за различными видами напольных покрытий.	1	
	Ковры и ковровые покрытия.	1	
	Пылесос. ТБ при работе с ним.	1	
	Ежедневная уборка.	1	
	Сезонная уборка жилых помещений.	1	
	Подготовка квартиры к зиме и лету.	1	
	Домашние животные. Содержание домашних животных.	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
4.	Питание.	15	
	Режим питания.	1	
	Место для приготовления пищи.	1	
	Гигиена приготовления пищи.	1	
	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	1	
	Правила мытья и чистки посуды.	1	
	Сервировка стола к ужину.	1	
	Виды блюд, приготовляемых на основе молока.	1	

	Приготовление запеканки.	1	
	Приготовление блюд из картофеля.	1	
	Приготовление блюд из круп.	2	
	Соль, сахар, пряности и приправы.	2	
	Их польза и вред.	1	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
5	Одежда и обувь.	6	
	Мелкий ремонт одежды.	1	
	Ручная стирка изделий.	1	
	Электробытовые приборы для глажения.	1	
	Глажение изделий из различных видов тканей.	1	
	Правила прививания пуговиц.	1	
	Правила прививания кнопок и крючков.	1	
6	Транспорт	7	
	Правила пользования городским транспортом.	1	
	Проезд в образовательную организацию.	1	
	Пригородный транспорт.	1	
	Оплата проезда. Расписание.	1	
	Экскурсия на вокзал	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
8	Культура поведения	4	
	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1	
	Мимика и жесты во время разговора.	1	
	Формы обращения к старшим и сверстникам.	1	
	Ролевая игра «Хочу спросить»	1	
9	Торговля	2	
	Магазины по продаже продуктов питания.	1	
	Специализированные магазины.	1	
10.	Средства связи	7	
	Основные средства связи.	1	
	Виды почтовых отправлений.	1	

	Виды писем.	1	
	Написание адреса на конверте.	1	
	Бандероли. Виды бандеролей.	2	
	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	
11	Предприятия, организации, учреждения.	2	
	Образовательные организации	2	
12	Семья	2	
	Семья. Состав семьи.	1	
	Правила поведения в семье. Обязанности по дому.	1	
13	Диагностика знаний и умений	4	
	Контрольно-методический срез	4	
	ВСЕГО	66	

инструмент учителя

№	Содержательная линия. Тема	Срок	Ко-во часов	Планируемые результаты		Электронные учебно-методические материалы	
				Минимальный	Достаточный		
1 четверть - 18 часов							
	Личная гигиена и здоровье		4				
1.	Уход за кожей рук	01.09	1	-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	- 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		
2.	Уход за кожей ног	01.09	1				
3.	Закаливание организма. Его значение.	08.09	2				
4.		08.09					
	Охрана здоровья		2				
5.	Виды доврачебной помощи.	15.09	1	- 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	- 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.		
6.	Способы измерения температуры тела.	15.09	1				

				простудных заболеваний	- Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний		
	Жилище		11				
7.	Виды мебели в жилых помещениях.	22.09	1	<p>- Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем</p> <p>- Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.</p> <p>- Виды кухонной утвари и правила ухода за ней.</p> <p>- Предметы для сервировки стола.</p> <p>- Кухонную мебель, название и назначение</p>	<p>- Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь.</p> <p>- Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню</p> <p>- Виды комнатных растений.</p> <p>- Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений.</p> <p>- Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели.</p> <p>- Кухонную и столовую посуду</p>		
8.	Уход за мебелью.	22.09	1				
9.	Правила ТБ использования электроприборов.	29.09	1				
10.	Уход за различными видами напольных покрытий.	29.09	1				
11.	Ковры и ковровые покрытия.	06.10	1				
12.	Пылесос. ТБ при работе с ним.	06.10	1				
13.	Ежедневная уборка.	13.10	1				
14.	Сезонная уборка жилых помещений.	13.10	1				
15.	Подготовка квартиры к зиме и лету.	20.10	1				
16.	Домашние животные. Содержание домашних	20.10	1				

	животных.				
17.	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	27.10	1		
18.	Контрольно-методический срез	27.10	1		
2 четверть - 16 часов					
	Питание.		15		
19	Режим питания.	10.11	1	<p>- Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения.</p> <p>- Размораживать мясо при помощи микроволновки</p> <p>- Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения</p> <p>- Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп</p> <p>- знать правила безопасной работы на кухне во время приготовления пищи;</p>	<p>- Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения.</p> <p>- Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания</p> <p>- Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения.</p> <p>- Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп</p> <p>- знать правила безопасной работы на кухне во время приготовления пищи;</p>
20	Место для приготовления пищи.	10.11	1		
21	Гигиена приготовления пищи.	17.11	1		
22	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ.	17.11	1		
23	Правила мытья и чистки посуды.	24.11	1		
24	Сервировка стола к ужину.	24.11	1		
25	Виды блюд на основе молока.	01.12	1		
26	Приготовление запеканки.	01.12	1		
27	Приготовление блюд из картофеля.	08.12	2		
28		08.12			

29	Приготовление	15.12	2	- называть предметы посуды для сервировки стола для ужина;	- уметь сервировать стол для ужина;	
30	блюд из круп.	15.12				
31	Соль, сахар, пряности и приправы.	22.12	1			
32	Их польза и вред.	22.12	1			
33	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	29.12	1			
34	Контрольно-методический срез	29.12	1			
3 четверть - 16 часов						
	Транспорт		7			
35	Правила пользования городским транспортом.	19.01	1	-Оплачивать проезд, приобретать билеты	Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты	
36	Проезд в образовательную организацию.	19.01	1	-Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения	-Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов	
37	Пригородный транспорт.	26.01	1	- знать и выполнять правила поведения в транспорте;	- знать и выполнять правила поведения в транспорте;	
38	Оплата проезда. Расписание.	26.01	1			
39	Экскурсия на вокзал	02.02	2			
40		02.02				
41	Обобщение пройденной темы. Проверочная	09.02	1			

	работа.					
	Культура поведения		4			
42	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	09.02	1	<p>- правила выполнения физических упражнений</p> <p>- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях</p> <p>- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.</p>	<p>-Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье</p> <p>- соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах</p> <p>- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.</p>	
43	Мимика и жесты во время разговора.	16.02	1			
44	Формы обращения к старшим и сверстникам.	16.02	1			
45	Ролевая игра «Хочу спросить»	01.03	1			
	Одежда и обувь.		7			
46	Мелкий ремонт одежды.	01.03	1	<p>- Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых</p> <p>- Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой</p>	<p>- Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их</p> <p>- Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке</p>	
47	Ручная стирка изделий.	15.03	1			
48	Электробытовые приборы для глажения.	15.03	1			
49	Глажение изделий из различных видов тканей.	22.03	1			

50	Контрольно-методический срез	22.03	1	- знать правила безопасной работы с электроприборами;	- знать правила безопасной работы с электроприборами;	
4 четверть - 16 часов						
51	Правила прививания пуговиц.	05.04	1	- знать правила безопасной работы и колющими инструментами;	- знать и выполнять правила безопасной работы и колющими инструментами;	
52	Правила прививания кнопок и крючков.	05.04	1	- знать название инструментов для пришивания пуговиц;	- знать название инструментов для пришивания пуговиц;	
	Торговля		2			
53	Магазины по продаже продуктов питания.	12.04	1	- Виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.	- Основные виды продовольственных магазинов, их отделы, - виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.	
54	Специализированные магазины.	12.04	1	- основные виды продовольственных магазинов, их отделы - порядок приобретения товаров - обращаться к продавцу, кассиру	-основные виды продовольственных магазинов, их отделы - виды и стоимость различных товаров - порядок приобретения товаров - обращаться к продавцу, кассиру	
	Предприятия, организации, учреждения.		2			
55	Образовательные	19.04	2	- Виды детских учреждений и	- знать структуру	

56	организации	19.04		их назначение, адрес - Рассказать о назначении дошкольных и школьных учреждений (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества)	дошкольного образовательного учреждения; - знать возраст, с которого можно посещать группы детского сада. - уметь обращаться к работнику Дома культуры, с заявлением для записи в кружок ДДТ.	
	Семья		2			
57	Семья. Состав семьи.	26.04	1	- Выполнять свои обязанности в семье	- Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности	
58	Правила поведения в семье. Обязанности по дому.	26.04	1	- Близких родственников, свои обязанности в семье	- Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье	
	Средства связи		7			
59	Основные средства связи.	03.05	1	- Отправлять письма различного вида	- Составлять и отправлять письма различного вида	
60	Виды почтовых отправлений.	03.05	1	- Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем - знать отличие письма и бандероли;	- Основные средства связи, их назначение и особенности использования. - Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида	
61	Виды писем.	10.05	1			
62	Написание адреса на конверте.	10.05	1			
63	Бандероли. Виды	17.05	2			
64	бандеролей.	17.05				
65	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	24.05	1		- знать правила поведения в общественном месте;	

66	Контрольно-методический срез	24.05	1			
----	------------------------------	-------	---	--	--	--