

Приложение 1 к АОП
утверждена приказом директора
МАОУ СОШ п. Азанка № 129 от 29.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
ПО АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)
ДЛЯ 6 КЛАССА**

п. Азанка

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МАОУ СОШ п. Азанка

- Положения о программе учебных предметов, учебного плана МАОУ СОШ п. Азанка;

Главная цель изучения предмета в старших классах- подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи изучения курса:

-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 и использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

Специальная задача: коррекция и речи и мышления школьников с ограниченными возможностями здоровья.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Специфика обучения заключается в том, что 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. Для социализации данной категории учащихся необходим определенный уровень сформированности коммуникативной функции речи, умений и навыков. В связи с этим, программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений (в течение всего времени изучения предмета с 5 по 10 класс основные разделы («Личная гигиена», «Уход за одеждой», «Питание», «Жилище», «Медицинская помощь», «Бюджет», «Транспорт», «Торговля» и др.) повторяются из года в год, дополняясь новыми сведениями.

Для достижения поставленных задач, используются следующие **методы обучения**:

- наглядные;
- словесные;

- практические.

Формы организации учебной деятельности:

- коллективная;
- групповая;
- индивидуальная.

Используемые средства обучения:

- вербальные;
- визуальные;
- технические.

3. Описание места учебного предмета.

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю). Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных, устных повседневных работ, практических работ, текущих и итоговых контрольных работ.

4. Личностные и предметные результаты. Личностные результаты

<i>№</i>	<i>Критерии</i>	<i>Индикаторы</i>
1	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	Элементарные знания о своем родном крае, его истории и культуре Понимание связи с близкими, друзьями, одноклассниками, с Родиной. Выполнение поручений в семье, в школе.
2	Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	Овладение элементарными навыками самообслуживания Выполнение поручений в семье, в школе (заправить кровать, помыть посуду, выполнить уборку, провести дежурство и т.д.). Способность дать знать о недомогании, о том, что тревожит, пугает верbalными и неверbalными средствами.
3	Овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	Умение ориентироваться в устройстве школьной жизни (пространство школы, расписание и т.п.) Понимание предназначения окружающих в быту предметов и вещей

4	Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия	<p>Способность обращаться за помощью</p> <p>Умение вести разговор (начать, поддерживать, завершить)</p>
5	Проявление готовности к самостоятельной жизни	Адекватность бытового поведения с точки зрения сохранности окружающей предметной и природной среды
6	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Соблюдение в повседневной жизни норм речевого этикета и правил устного общения (обращение, вежливые слова)

7	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей	Проявление доброжелательности в отношении к окружающим людям
8	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям	Бережное отношение к природе (животным, растениям)

Предметные результаты.

	Минимальный уровень	Достаточный уровень
	Личная гигиена	
Знать	<p>1. Правила закаливания организма.</p> <p>2. О вреде наркотиков и токсических веществ.</p> <p>3. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.</p> <p>4. Рецепт приготовления каши.</p> <p>5. Способы заварки чая.</p> <p>6. Способы варки яиц.</p> <p>7. Способы хранения продуктов и готовой пищи.</p> <p>8. Место работы и должность, членов семьи и близких родственников.</p> <p>9. Способы ведения разговора со старшими, сверстниками.</p> <p>10. Гигиенические требования к жилому помещению;</p> <p>11. Правила и последовательность проведения сухой влажной уборки.</p> <p>12. Виды междугороднего транспорта.</p> <p>13. Виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы.</p>	<p>1. Приемы обтиrания и мытья ног.</p> <p>2. Правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий.</p> <p>3. Правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p> <p>4. Способы выбора доброкачественных продуктов;</p> <p>5. Правила составления рецепта блюда.</p> <p>6. Как распределить хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи.</p> <p>7. Свои права и обязанности в семье.</p> <p>8. Правила поведения в общественных местах.</p> <p>9. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами.</p> <p>10. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билетов).</p> <p>11. Правила поведения в магазине и общения с работниками магазина;</p> <p>12. Стоимость наиболее необходимых товаров (одежды,</p>

	<p>14. Правила покупки товаров.</p> <p>15. Основные средства связи.</p> <p>16. Виды почтовых отправлений.</p> <p>17. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.</p> <p>18. Виды медицинских учреждений.</p> <p>19. Виды детских учреждений и назначение.</p> <p>20. Правила поведения в общественных местах.</p>	<p>обуви, посуды и других товаров).</p> <p>13. Стоимость почтовых услуг при отправке писем, телеграмм.</p> <p>14. Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная).</p> <p>15. Работники медицинских учреждений, их обязанности.</p> <p>16. Виды детских учреждений и назначение.</p>
--	---	--

Уметь	<p>1. Соблюдать правила личной гигиены дома, в школе.</p> <p>2. Пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки.</p> <p>3. Подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.</p> <p>4. Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности.</p> <p>5. Заварить чай.</p> <p>6. Вымыть, вычистить посуду.</p> <p>7. Рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности.</p> <p>8. Тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.</p> <p>9. Производить сухую и влажную уборку помещения.</p> <p>10. Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу.</p> <p>11. Выбрать нужный товар.</p> <p>12. Записать адрес на конверте</p> <p>13. Записаться на прием к врачу.</p> <p>14. Соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.</p>	<p>1. Закаливать свой организм.</p> <p>2. Подшить платье, брюки, рубашки;</p> <p>3. Стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей.</p> <p>4. Приготовить кашу, сварить картошку.</p> <p>5. Составить рецепт блюда.</p> <p>6. Выполнять определенные обязанности в семье.</p> <p>7. Культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале.</p> <p>8. Чистить мебель.</p> <p>9. Соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами.</p> <p>10. Ориентироваться в расписании движения пригородных поездов.</p> <p>11. Выбрать нужный товар.</p> <p>12. Составить текст письма.</p> <p>13. Вызвать врача на дом.</p> <p>14. Соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.</p>
-------	--	---

5. Содержание учебного предмета.

№ раздела	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Личная гигиена	<p>Закаливание организма. Правила и приемы закаливания.</p> <p>Правила и приемы ухода за органами зрения.</p> <p>Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Уход за глазами.</p> <p>Просмотр учебного кинофильмам о влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека.</p>	5
2	Одежда и обувь	<p>Значение внешнего вида человека. Поддержание одежды в порядке.</p> <p>Правила и приемы ручной стирки хлопчатобумажных тканей.</p> <p>Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Пришивание пуговиц.</p> <p>Стирка изделий из х/б тканей.</p> <p>Глажение носовых платков, салфеток.</p>	3
3	Питание	<p>Гигиена приготовления пищи. Блюда из круп.</p> <p>Блюда из яиц.</p> <p>Блюда из овощей.</p> <p>Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами.</p> <p>Составление рецепта приготовления блюда.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Приготовление каши.</p>	7

		Приготовление варёных яиц и омлета. Приготовление отварного картофеля. Мытье посуды.	
4	Семья	Семья. Место работы. Права и обязанности каждого члена семьи.	2
5	Культура поведения	Правила поведения в общественных местах. Сюжетная игра «Посещение театра»	1
6	Жилище	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Практическая работа: Сухая и влажная уборка.	2
7	Транспорт	Городской транспорт. Пригородные поезда. Расписание. Направления. Экскурсия на вокзал.	2
8	Торговля	Магазины промышленных товаров. Экскурсия. Специализированные магазины промышленных товаров. Их отделы.	2
9	Средства	Основные средства связи. Их назначение.	3

	связи	Почта. Виды почтовых отправлений. Экскурсия. Виды писем. Порядок их отправления. Практическая работа: Написание адреса на конверте.	
10	Первая помощь	Виды первой помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений. Экскурсия в аптеку. Работники медицинских учреждений, их обязанности.	5
11	Учреждения, организации и предприятия.	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.	2
Итого:			34

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ раздела	Название раздела	Основные виды учебной деятельности
1	Личная гигиена	Слушание рассказа учителя. Рассказ учащихся о самостоятельном пользовании личными вещами. Участие в беседах по темам уроков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическими материалами. Просмотр видеороликов, презентаций на темы урока. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
2	Одежда и обувь	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентации. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практической работы. Анализ выполнения практической работы.
3	Питание	Слушание рассказа учителя. Работа с дидактическим материалом. Выполнение записей в тетради. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Инструктаж «Соблюдение ТБ при использовании режущих предметов». Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
4	Семья	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Практическая работа.
5	Культура поведения	Слушание рассказа. Ответы на вопросы учителя. Участие в беседах. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом.
6	Жилище	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Ответы на вопросы учителя. Практическая работа. Участие в беседе о ходе выполнении практических

		работ. Анализ выполнения практических работ.
7	Транспорт	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
8	Торговля	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Разыгрывание сюжетных ситуаций. Экскурсия.
9	Средства связи	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций, видеороликов. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ

		выполнения практических работ.
10	Первая помощь	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций, видеороликов. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.
11	Учреждения, организации и предприятия	Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций.

7. Календарно-тематический планирование.

№ п/п	№ у р о к а в р а з д е л е	Тема урока
Раздел 1. Личная гигиена-5 часов.		
1	1	Вводный урок. ТБ в кабинете СБО. Закаливание организма. Правила и приёмы закаливания.
2	2	Диагностическая контрольная работа.
3	3	Правила и приёмы ухода за органами зрения. Пр. р. Уход за глазами.
4	4	Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека. Пр.р. Просмотр учебного кинофильма.
5	5	Обобщающий урок по теме «Личная гигиена».
Раздел 2. Одежда и обувь-3 часа.		
6	1	Значение внешнего вида человека. Поддержание одежды в порядке. Пр. р. Пришивание пуговиц.
7	2	Правила и приемы ручной стирки хлопчатобумажных тканей. Пр.р. Стирка изделий из х/б тканей.
8	3	Правила гладжения. Техника безопасности при работе с утюгом. Пр.р. Гладжение носовых платков, салфеток.
Раздел 3. Питание-7 часов.		

9	1	Гигиена приготовления пищи. Блюда из круп. Пр.р. Приготовление каши.
10	2	Блюда из яиц. Пр. р. Приготовление варёных яиц и омлета.
11	3	Блюда из овощей. Пр.р. Приготовление отварного картофеля.
12	4	Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. Пр.р. Мытье посуды.
13	5	Контрольная работа за I полугодие.
14	6	Составление рецепта приготовления блюда.
15	7	Обобщающий урок по теме «Питание».

Раздел 4. Семья-2 часа.

16	1	Семья. Место работы.
17	2	Права и обязанности каждого члена семьи.

Раздел 5. Культура поведения-1 час

18	1	Правила поведения в общественных местах. Сюжетная игра «Посещение театра».
----	---	--

Раздел 6. Жилище.

19	1	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.
20	2	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пр.р. Сухая и влажная уборка.

Раздел 7. Транспорт-2 часа.

21	1	Городской транспорт.
22	2	Пригородные поезда. Расписание. Направления. Экскурсия на вокзал.

Раздел 8. Торговля-2 часа.

23	1	Магазины промышленных товаров. Экскурсия.
24	2	Специализированные магазины промышленных товаров. Их отделы.

Раздел 9. Средства связи-3 часа.

25	1	Основные средства связи. Их назначение.
26	2	Почта. Виды почтовых отправлений. Экскурсия.
27	3	Виды писем. Порядок их отправления. Пр.р. Написание адреса на конверте.

Раздел 10. Первая помощь-5 часов.

28	1	Виды первой помощи: доврачебная и врачебная.
----	---	--

29	2	Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная).
30	3	Виды медицинских учреждений. Экскурсия в аптеку.
31	4	Работники медицинских учреждений, их обязанности.
32	5	Обобщающий урок по теме «Первая помощь».
Раздел 11. Учреждения, организации и предприятия-2 часа.		
33	1	Контрольная работа за II полугодие.
34	2	Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.