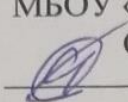
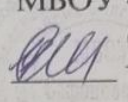


**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Сафоновская основная общеобразовательная школа  
Ивнянского района Белгородской области»**

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p align="center"><b>«Рассмотрено»</b><br/>На заседании<br/>педагогического<br/>совета<br/>№ 1 от «27» августа<br/>2024</p> | <p align="center"><b>«Согласовано»</b><br/>Заместитель директора<br/>МБОУ «Сафоновская<br/>ООШ»<br/><br/>Бадалян С.Т.<br/>от «27» августа 2024 г.</p> | <p align="center"><b>«Утверждаю»</b><br/>И. о. директора<br/>МБОУ «Сафоновская<br/>ООШ»<br/><br/>Чувакова С. И.<br/>Приказ № 162<br/>от «27» августа 2024 г.</p> |
|---|--|---|

**Адаптированная рабочая программа**  
для обучающегося с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) по предмету  
**«Основы социальной жизни»**  
6 класс (вариант 1) на 2024 – 2025 учебный год

Автор программы:  
Учитель истории и обществознания  
Федоров В. В.

с. Сафоновка 2024 г.

## Пояснительная записка

Настоящая Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ, примерной Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

**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 **34 часа (1 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).

### Предметные результаты

| <i>Минимальный уровень</i>  |   |
|---|---|
| <b>Умеют</b>  | <b>Знают</b>  |
| <b>Транспорт</b>  |   |
| Оплачивать проезд, приобретать билеты   | Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения  |
| <b>Личная гигиена и здоровье</b>  |   |
| 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  |
| <b>Одежда и обувь</b>   |   |
| Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых   | Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой  |
| <b>Питание</b>  |   |
| 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<br>Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп   |
| <b>Жилище</b>   |   |
| Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем  | Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.<br>Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола.<br>Кухонную мебель, название и назначение |
| <b>Семья</b>  |   |

|   |  |
|---|--|
| Выполнять свои обязанности в семье                              | Близких родственников, свои обязанности в семье  |
| <b>Охрана здоровья</b>  |  |
| Измерять температуру тела, обрабатывать раны, порезы и ссадины. | Виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран, порезов и ссадин.<br>Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний |
| <b>Средства связи</b>   |  |
| Отправлять письма различного вида                               | Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем  |

|  |   |
|--|---|
| <b>Достаточный уровень</b>   |   |
| <b>Транспорт</b>   |   |
| Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты  | Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов   |
| <b>Личная гигиена и здоровье</b>   |   |
| 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.<br>Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения   |
| <b>Одежда и обувь</b>  |   |
| 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  |
| <b>Питание</b>   |   |
| 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   |
| <b>Жилище</b>  |   |
| 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.<br>Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели.<br>Кухонную и столовую посуду |

| <b>Семья</b>  |  |
|---|--|
| Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности   | Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье   |
| <b>Охрана здоровья</b>  |  |
| 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 |
| <b>Средства связи</b>   |  |
| Составлять и отправлять письма различного вида  | Основные средства связи, их назначение и особенности использования. Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида                                   |

**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, поручений, 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).

## II. Содержание учебного предмета

|   |
|---|
| <b>Содержание</b>   |
| <b>Транспорт</b>  |
| <i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание  |
| <b>Личная гигиена и здоровье</b>  |
| <i>Гигиена тела.</i> Уход за телом, кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.<br><i>Закаливание организма.</i> Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Вредные привычки и способы предотвращения их появления.                                     |
| <b>Одежда и обувь</b>   |
| <i>Значение опрятного вида человека.</i> Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.   |
| <b>Питание</b>  |
| <i>Мясо и мясопродукты;</i> первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.<br><i>Яйца, жиры.</i> Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.<br><i>Овощи, плоды, ягоды и грибы.</i> Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.<br><i>Мука и крупы.</i> Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки. |
| <b>Жилище</b>   |
| <i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.<br><i>Кухонная утварь.</i> Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для  |

сыпучих продуктов и уход за ней.

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

### **Семья**

Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

### **Охрана здоровья**

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная. *Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

### **Средства связи**

*Основные средства связи:* почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.



**РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**  
**по предмету «Основы социальной жизни» в 6 классах**

| <i>№ п/п</i> | <i>Темы программы</i>     | <i>8</i>  |
|--------------|---------------------------|-----------|
| 1            | Транспорт                 | 3         |
| 2            | Личная гигиена и здоровье | 6         |
| 3            | Одежда и обувь            | 3         |
| 4            | Питание                   | 8         |
| 5            | Жилище                    | 5         |
| 6            | Семья                     | 1         |
| 7            | Охрана здоровья           | 3         |
| 8            | Средства связи            | 2         |
| 9            | Контроль и учет знаний    | 4         |
| <b>ИТОГО</b> |                           | <b>35</b> |

## Календарно- тематическое планирование основы социальной жизни 6 класс

|                                       | Название раздела и тем  | Часы учебног о времени | Сроки прохождения |      | Характеристика деятельности обучающегося  |
|---------------------------------------|---|------------------------|-------------------|------|---|
|                                       |   |                        | план              | факт |   |
| <b>Транспорт – 3 ч.</b>               |   |                        |                   |      |   |
| 1                                     | Пригородный транспорт   | 1                      | 06.09.            |      | Рассказывают о пригородном транспорте. Виды: пригородного сообщения   |
| 2                                     | Пригородные поезда. Правила пользования.                      | 1                      | 13.09.            |      | Рассказывают о пригородных поездах. Правила пользования. Стоимость проезда. Расписание  |
| 3                                     | Автобусы пригородного сообщения                               | 1                      | 20.09.            |      | Рассказывают о автобусах пригородного сообщения. Правила пользования. Стоимость проезда. Расписание   |
| <b>Личная гигиена и здоровье 6 ч.</b> |   |                        |                   |      |   |
| 4                                     | Гигиена тела  | 1                      | 27.09.            |      | Объясняют, что такое гигиена тела. Уход за телом. Средства и предметы для ухода за телом  |
| 5                                     | Уход за руками  | 1                      | 04.10.            |      | Объясняют, как делать уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей. Косметические средства для ухода кожей рук. |
| 6                                     | Уход за ногами  | 1                      | 11.10.            |      | Объясняют, как происходит уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья; приемы обрезания ногтей   |
| 7                                     | Закаливание организма.  | 1                      | 18.10.            |      | Объясняют, значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания.   |
| 8-9                                   | Вредные привычки  | 2                      | 25.10.<br>08.11.  |      | Рассказывают о вредных привычках (грызть ногти, облизывать губы,...) и способы предотвращения их появления                                    |
| 10                                    | Контрольно-обобщающий урок: по разделу «Транспорт и Гигиена». | 1                      | 15.11.            |      | Контрольно-обобщающий урок. Тестирование  |
| <b>Одежда и обувь 3 ч.</b>            |   |                        |                   |      |   |
| 11                                    | Значение опрятного вида человека                              | 1                      | 22.11.            |      | Объясняют, правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка   |
|                                       | Ручная и машинная   |                        | 29.11.            |      | Рассказывают, что такое ручная  |

|                       |  |   |                  |  |  |
|-----------------------|--|---|------------------|--|--|
| 12                    | стирка изделий                           | 1 |                  |  | и машинная стирка изделий  |
| 13                    | Правила сушки белья                      | 1 | 06.12.           |  | Объясняют, правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках   |
| <b>Питание – 8 ч.</b> |  |   |                  |  |  |
| 14                    | Мясо и мясопродукты                      | 1 | 13.12.           |  | Рассказывают, о мясе и мясопродуктах; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса.                                      |
| 15                    | Блюда из мяса                            | 1 | 20.12.           |  | Рассказывают, блюда из мяса. Технология приготовления фарша, и приготовления блюд из него.   |
| 16                    | Яйца, жиры                               | 1 | 27.12.           |  | Объясняют, пищу яйца, жиры. Виды жиров. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения                     |
| 17                    | Приготовления блюд из яиц                | 1 | 10.01.           |  | Объясняют, первичная обработка яиц. Технология приготовления яичницы, омлета, варки яиц  |
| 18                    | Овощи, плоды, ягоды и грибы              | 1 | 17.01.           |  | Характеризуют, овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.  |
| 19                    | Приготовление блюд из свежих овощей      | 1 | 24.01.           |  | Рассказывают, блюда из овощей. Технология приготовления блюд из овощей   |
| 20                    | Виды муки, правила хранения              | 1 | 31.01.           |  | Рассказывают, виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки. |
| 21                    | Виды круп. Правила хранения              | 1 | 07.02.           |  | Рассказывают, виды круп. Правила хранения. Вредители круп  |
| <b>Жилище 5 ч.</b>    |  |   |                  |  |  |
| 22                    | Кухонная утварь. Уход за ней             | 1 | 14.02.           |  | Рассказывают, кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.   |
| 23                    | Кухонное белье. Правила ухода и хранения | 1 | 21.02.           |  | Рассказывают, что такое кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения.   |
| 24                    | Кухонная мебель                          | 1 | 28.02.           |  | Рассказывают, кухонная мебель: названия, назначение.   |
| 25-26                 | Комнатные растения                       | 2 | 07.03.<br>14.03. |  | Рассказывают, комнатные растения. Виды комнатных растений.   |

|                             |  |   |                  |  |   |
|-----------------------------|--|---|------------------|--|---|
| 27                          | Контрольно-обобщающий урок по темам: «Одежда и обувь, питание, жилище»         |   | 21.03.           |  | Контрольно-обобщающий урок. Тестирование  |
| <b>Семья 1 ч.</b>           |  |   |                  |  |   |
| 28                          | Помощь старших младшим: домашние обязанности.                                  | 1 | 28.03.           |  | Помощь старших младшим: домашние обязанности.   |
| <b>Охрана здоровья 3 ч.</b> |  |   |                  |  |   |
| 29                          | Виды медицинской помощи  | 1 | 11.04.           |  | Рассказать, виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.   |
| 30                          | Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств              | 1 | 18.04.           |  | Рассказать, профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний  |
| 31                          | Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний | 1 | 25.04.           |  | Рассказать, профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний  |
| <b>Средства Связи 2 ч.</b>  |  |   |                  |  |   |
| 32-33                       | Основные средства связи  | 2 | 02.05.<br>09.05. |  | Рассказать, основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.<br><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. |
| 34                          | Контрольно-обобщающий урок по темам: «Семья, охрана здоровья, средства связи»  | 1 | 16.05.           |  | Контрольно-обобщающий урок. Тестирование.   |
| 35                          | Итоговый урок по курсу: «Основы социальной жизни».                             | 1 | 23.05.           |  | Итоговый урок. Тестирование.  |