

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №2 г.Ростова  
Рассмотрена на заседании МО  
учителей естественно –  
математического курса  
Протокол № 1 от 30.08.2023  
\_\_\_\_\_ / Елисеева И.Л.

Утверждаю  
Директор МОУ СОШ №2 г.Ростова  
\_\_\_\_\_ / Е.И.Буянова

01 сентября 2023

**Адаптированная рабочая программа  
по предмету «Основы социальной жизни»  
для обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, имеющих умственную отсталость  
(интеллектуальные нарушения)  
6 «В» класс  
на **2023-2024** учебный год**

Разработчик программы:  
Герасимова Мария Викторовна  
педагог-психолог  
первая квалификационная категория

## Пояснительная записка

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) — это общеобразовательная программа, адаптированная для этой категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Адаптированная основная общеобразовательная программа МОУ СОШ№2г. Ростова обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), предъявляемыми к структуре, условиям реализации и планируемому результату освоения АООП. АООП может быть реализована в разных формах: как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или в отдельных организациях.

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».

Рабочая программа «Основы социальной жизни» общеобразовательной области "Основы социальной жизни" (6 класс) обеспечивает достижение планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), определяет содержание, ожидаемые результаты и условия ее реализации.

Программа учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью, направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, нравственному, гражданскому и эстетическому воспитанию.

**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.

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной

нервной системы (ЦНС). Понятие «умственной отсталости» по степени интеллектуальной неполноценности применимо к разнообразной группе детей.

Степень выраженности интеллектуальной неполноценности коррелирует (соотносится) со сроками, в которые возникло поражение ЦНС – чем оно произошло раньше, тем тяжелее последствия. Также степень выраженности интеллектуальных нарушений определяется интенсивностью 5 Пункт 13, части 1 Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)». Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 февраля 2015 г. 9 воздействия вредных факторов.

Нередко умственная отсталость отягощена психическими заболеваниями различной этиологии, что требует не только их медикаментозного лечения, но и организации медицинского сопровождения таких обучающихся в образовательных организациях.

Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, привносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза. Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.).

Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка: мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сферы, а также когнитивные процессы — восприятие, мышление, деятельность, речь и поведение.

Последствия поражения ЦНС выражаются в задержке сроков возникновения и незавершенности возрастных психологических новообразований и, главное, в неравномерности, нарушении целостности психофизического развития. Все это, в свою очередь, затрудняет включение ребенка в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого опыта традиционным путем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью.

При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вместе с тем, Российская дефектология (как правопреемница советской) руководствуется теоретическим постулатом Л. С. Выготского о том, что своевременная педагогическая коррекция с учетом специфических особенностей каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «запускает» компенсаторные процессы, обеспечивающие реализацию их потенциальных возможностей. Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отличается качественным своеобразием. Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания — ощущение и восприятие. Но и в этих познавательных процессах сказывается дефицитарность: неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в окружающей среде.

Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д. Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Однако при особой организации учебной деятельности, направленной на обучение школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) пользованию рациональными и целенаправленными способами выполнения задания, оказывается возможным в той или иной степени скорректировать недостатки мыслительной деятельности. Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посилено для ученика и интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы. Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности. Однако, начиная с первого года обучения, в ходе преподавания всех учебных предметов проводится целенаправленная работа по уточнению и обогащению представлений, прежде всего — представлений об окружающей

действительности. У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Таким образом, для обучающихся с умственной отсталостью характерно системное недоразвитие речи. Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в увеличении объема и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершенных по смыслу, устных высказываний. Таким образом, постепенно создается основа для овладения более сложной формой речи — письменной. Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. В свою очередь, это негативно сказывается на овладении письмом и некоторыми трудовыми операциями. Проведение специальных упражнений, включенных как в содержание коррекционных занятий, так и используемых на отдельных уроках, способствует развитию координации и точности движений пальцев рук и кисти, а также позволяет подготовить обучающихся к овладению учебными и трудовыми действиями, требующими определенной моторной ловкости. Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических. Волевая сфера учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований, у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, в особенности произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем осуществляют их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целенаправленно, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда.

Таким образом, педагогические условия, созданные в образовательной организации для обучающихся с умственной отсталостью, должны решать как задачи коррекционно-педагогической поддержки ребенка в образовательном процессе, так и вопросы его

социализации, тесно связанные с развитием познавательной сферы и деятельности, соответствующей возрастным возможностям и способностям обучающегося.

### **Особые образовательные потребности обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Недоразвитие познавательной, эмоционально-волевой и личностной сфер обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляется не только в качественных и количественных отклонениях от нормы, но и в глубоком своеобразии их социализации. Они способны к развитию, хотя оно и осуществляется замедленно, атипично, а иногда с резкими изменениями всей психической деятельности ребёнка. При этом, несмотря на многообразие индивидуальных вариантов структуры данного нарушения, перспективы образования детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) детерминированы в основном степенью выраженности недоразвития интеллекта, при этом образование, в любом случае, остается нецензовым.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) позволяют выделить образовательные потребности, как общие для всех обучающихся с ОВЗ, так и специфические. К общим потребностям относятся: время начала образования, содержание образования, разработка и использование специальных методов и средств обучения, особая организация обучения, расширение границ образовательного пространства, продолжительность образования и определение круга лиц, участвующих в образовательном процессе.

Для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны следующие специфические образовательные потребности:

- раннее получение специальной помощи средствами образования;
- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание предметных областей, так и в процессе коррекционной работы;
- научный, практико-ориентированный, действенный характер содержания образования;
- доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования;
- систематическая актуализация сформированных у обучающихся знаний и умений; специальное обучение их «переносу» с учетом изменяющихся условий учебных, познавательных, трудовых и других ситуаций;
- обеспечении особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих доброжелательное и уважительное отношение к ним;
- развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка к обучению и социальному взаимодействию со средой;
- специальное обучение способам усвоения общественного опыта — умений действовать совместно с взрослым, по показу, подражанию по словесной инструкции;
- стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру.

Удовлетворение перечисленных особых образовательных потребностей обучающихся возможно на основе реализации личностно-ориентированного подхода к воспитанию и обучению обучающихся через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы. В свою очередь, это позволит формировать возрастные психологические новообразования и корригировать высшие психические функции в

процессе изучения обучающимися учебных предметов, а также в ходе проведения коррекционно-развивающих занятий.

### Содержание учебного предмета

Предмет «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития.

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 раскрывает следующие основные разделы курса ОСЖ

1. Транспорт
2. Личная гигиена и здоровье
3. Одежда и обувь
4. Питание
5. Жилище
6. Семья
7. Охрана здоровья
8. Средства связи

Содержание
<b>Транспорт</b>
<i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения. Стоимость проезда. Расписание. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.
<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. <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. <i>Яйца, жиры.</i> Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для

<p>хранения жиров и яиц.</p> <p><i>Овощи, плоды, ягоды и грибы.</i> Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.</p> <p><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.</p>
<b>Жилище</b>
<p><i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.</p> <p><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.</p> <p><i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.</p> <p><i>Кухонная мебель:</i> названия, назначение.</p>
<b>Семья</b>
<p>Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.</p>
<b>Охрана здоровья</b>
<p><i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. <i>Виды доврачебной помощи.</i> 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.</p>
<b>Средства связи</b>
<p><i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.</p> <p><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.</p> <p><i>Письма.</i> Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.</p>

### **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 **68 часов (2 часа в неделю).**

### **II. 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

#### *Минимальный уровень*

Умеют	Знают
<b>Транспорт</b>	
Оплачивать проезд, приобретать билеты	Правила пользования автобусами и 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 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. Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола. Кухонную мебель, название и назначение
<b>Семья</b>	
Выполнять свои обязанности в семье	Ближних 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. Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
<b>Средства связи</b>	
Отправлять письма различного вида	Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем

#### *Достаточный уровень*

<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. 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. Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели. 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).

### **Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Темы программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Информационные ресурсы</b>
1	Личная гигиена и здоровье	6	<a href="https://multiurok.ru/files/material-po-sbo-dlia-uroka-">https://multiurok.ru/files/material-po-sbo-dlia-uroka-</a>

			v-9-klassie-po-tiemie.html
2	Одежда	8	
3	Семья	4	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/35522-urok-sbo-">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/35522-urok-sbo-</a>
4	Культура поведения	3	<a href="https://multiurok.ru/files/matierial-po-sbo-dlia-uroka-v-9-klassie-po-">https://multiurok.ru/files/matierial-po-sbo-dlia-uroka-v-9-klassie-po-</a>
5	Жилище	7	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=3Laab9iOxko">http://www.youtube.com/watch?v=3Laab9iOxko</a>
6	Транспорт	4	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8">http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8</a>
7	Питание	20	<a href="http://vk.com/video-10008239_163120557">http://vk.com/video-10008239_163120557</a>
8	Торговля	4	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=jub1DF_fBNg">http://www.youtube.com/watch?v=jub1DF_fBNg</a>
9	Средства связи	4	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8">http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8</a>
10	Медицинская помощь	5	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8">http://www.youtube.com/watch?v=QDNs3KPQuM8</a>
11	<b>Учреждения, организации и предприятия</b>	3	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/35522-urok-sbo-">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/35522-urok-sbo-</a>
Итого		<b>68</b>	

**Календарно-тематическое планирование  
«Основы социальной жизни»  
6 класс**

№ урока	Дата		Тема урока
<b>Личная гигиена – 6 ч.</b>			
1			Введение. Личная гигиена
2			Закаливание организма
3			Уход за руками
4			Практическая работа №1 «Правила ухода за руками»
5			Уход за ногами
6			Правила и приемы ухода за органами зрения
<b>Одежда- 8 ч.</b>			

7			Одежда
8			Уход за одеждой
9			Мелкий ремонт одежды.
10			Практическая работа №2: «Пришивание пуговиц, петель, крючков, зашивание распорывшегося шва»
11			Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей. Этапы стирки. Символы стирки на вещах.
12			Практическая работа №3: «Стирка косынок и фартуков»
13			Основные элементы утюга. Правила утюжки одежды
14			Практическая работа № 4: «Утюжка фартуков, косынок, салфеток»
<b>Семья- 4 ч.</b>			
15			Состав семьи учащихся. Родственные отношения. Семейный досуг.
16			Практическая работа № 5: « Составление генеалогического дерева»
17			Права и обязанности каждого члена семьи.
18			Контрольное тестирование
<b>Культура поведения- 3 ч.</b>			
19			Поведение в общественных местах
20			Практическая работа № 6: «Моделирование ситуации «Посещение театра»
21			Поведение при посещении массовых мероприятий
<b>Жилище - 7 ч.</b>			
22			Гигиенические требования к жилому помещению. Основные правила организации рабочего места школьника.
23			Повседневная уборка квартиры. Правила пользования пылесосом
24			Практическая работа № 7: «Сухая и влажная уборка помещения, чистка ковра, кресел пылесосом»

25			Уход за полом. Виды половых покрытий. Средства по уходу за полом.
26			Практическая работа № 8: «Мытье полов»
27			Комнатные растения. Вредители и болезни комнатных растений.
28			Практическая работа № 9: «Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, рыхление»
			<b>Транспорт- 4 ч.</b>
29			Виды транспортных средств. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда
30			Пригородный транспорт. Расписание. Практическая работа №10: «Моделирование ситуации «Покупка билета»
31			Выбор маршрута проезда из дома в школу. Расчет стоимости проезда.
32			Контрольное тестирование
			<b>Питание - 20 ч.</b>
33			Гигиена приготовления пищи. Правила Т.Б..
34			Хранение продуктов и готовой пищи. Определение срока годности, сроки хранения продуктов.
35			Замораживание - размораживание продуктов. Виды продуктов для замораживания.
36			Практическая работа №11: «Приготовление салата из крабовых палочек»
37			Приготовление пищи. Правила режима питания. Составление меню на день. Оформление готового блюда.
38			Практическая работа №12: «Составление меню на день»
39			Блюда из макаронных изделий. Виды макаронных изделий.
40			Практическая работа № 13: «Отваривание макарон»
41			Блюда из круп. Виды круп. Способы первичной обработки круп.

42			Практическая работа № 14: «Приготовление рассыпчатой гречневой каши»
43			Практическая работа №15: « Приготовление полужидкой рисовой каши на молоке»
44			Приготовление манной каши на молоке. Правила и особенности приготовления.
45			Практическая работа № 16: «Приготовление жидкой манной каши на молоке»
46			Сервировка стола к ужину. Необходимые приборы и посуда.
47			Практическая работа № 17: « Сервировка стола к ужину»
48			Запеканка из творога. Необходимые продукты.
49			Практическая работа № 18: «Приготовление запеканки из творога»
50			Блюда из овощей. Основные виды. Первичная и тепловая обработка овощей. Правила чистки овощей.
51			Практическая работа № 19 : «Приготовление картофельного пюре»
52			Контрольное тестирование. Практическая работа № 20 «Экскурсия в школьную столовую»
<b>Торговля- 4 ч.</b>			
53			Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Их назначение.
54			Названия отделов. Отличительные особенности.
55			Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.
56			Практическая работа № 21 «Экскурсия в продовольственный магазин»
<b>Средства связи- 4 ч.</b>			
57			Основные средства связи. Виды почтовых отправлений.
58			Практическая работа № 22 «Экскурсия на почту»
59			Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.
60			Практическая работа № 23 «Написание адреса и индекса на

			конверте»
			<b>Медицинская помощь- 5 ч.</b>
61			Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений.
62			Виды медицинской помощи.
63			Использование различных видов медицинской помощи. Практическая работа № 24 «Вызов «скорой помощи» и врача на дом.
64			Профилактика вирусных и простудных заболеваний.
65			Практическая работа № 25 «Экскурсия в аптеку»
			<b>Учреждения, организации и предприятия- 3 ч.</b>
66			Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение.
67			Практическая работа № 26 «Экскурсия в ДОУ»
68			Контрольное тестирование.

#### Дидактическое и методическое обеспечение

1. *В.В. Воронкова* «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДОС – 2000 год.
2. *Бгажнокова И.М.* Психология умственно отсталого школьника. М., 1987.
3. *Выготский Л.С.* Проблемы дефектологии. М., 1995.
4. *Тин А.А.* Приемы педагогической техники. 4-е изд. М., 2002.
5. Государственный стандарт общего образования лиц с ограниченными возможностями здоровья (проект). М., 1999.
6. *Дементьева Н.Ф., Шатанова Е.Ю.* Характеристика обучения умственно отсталых людей, находящихся в психоневрологических домах-интернатах//Дефектология. М., 1987. № 3.
7. *Дементьева Н.Ф.* Роль семьи в воспитании и обучение детей с особыми нуждами. М., 1996.
8. *Дульнев Г.М.* Учебно-воспитательная работа во вспомогательной школе. М., 1967.
9. *Занков Л.В.* Вопросы психологии учащихся вспомогательной школы. М., 1954.
10. Коррекционно-образовательная программа для детей с выраженными интеллектуальными нарушениями. СПб., 1996. 11. Практический материал к урокам СБО в специальной (коррекционной) школе VIII вида С.А.Львова «Владос», 2010. 12. *Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова* Социально-Бытовая Ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 2003.

## **Критерии оценки достижения учащихся**

Контрольные работы по предмету ОСЖ программой не предусмотрены.

**Оценочная деятельность** состоит из фронтального и индивидуального письменного и устного опроса с использованием:

- Тестов
- Буквенных и цифровых заданий (карточек-заданий)
- Практических работ.

### **Оценка устных ответов**

«5» ставится, если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«3» ставится, если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«2» ставится, если учащийся полностью не усвоил учебный материал, не может изложить его своими словами, не может привести конкретные примеры и ответить на дополнительные вопросы учителя.

### **Оценка практической работы**

«5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд и соблюдался план работы, предложенный учителем, рационально организовано

рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам – бережное, к продуктам - экономное.

«4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технической дисциплины, правила техники безопасности.

«3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технической дисциплины, техники безопасности, организации рабочего места.

«2» ставится, если самостоятельность в работе отсутствовала, допущены грубые нарушения правил трудовой и технической дисциплины, правил техники безопасности.