



**Министерство образования Иркутской области**

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа №1 г.Черемхово

Согласовано:

заместитель директора по УВР

С.А. Антонова

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г.

\_\_\_\_\_ С.А. Антонова

Утверждаю

Директор

ГОКУ СКШ №1г. Черемхово

Д.А. Субботина

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г.

\_\_\_\_\_ Д. А. Субботина

**Рабочая программа  
по предмету  
«Основы социальной жизни»  
в 6«а»классе  
на 2021-2022 учебный год**

**Кулик Марина Валерьевна**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для 6«а» класса составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1); Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ № 1599 от 19 декабря 2014г. (Вариант 1)

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» обеспечивает достижение планируемых результатов освоения учащимися адаптированной основной общеобразовательной программы ГОКУ СКШ № 1г. Черемхово на 2021-2022 учебный год.

Программа рассчитана на 34 часа (по 1 часу в неделю).

Проблема социализации учащихся с умственной отсталостью является наиболее значимой в процессе их обучения. Такие дети испытывают большие трудности в социальной адаптации, в силу неполноценности их познавательной деятельности, обусловленной психическим недоразвитием.

Специальные коррекционные занятия по «Основе социальной жизни» направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся, формирование навыков самообслуживания, соблюдения гигиены, морально - этических норм и правил поведения в окружающей среде.

В качестве конечной цели специального образования лиц с ограниченными возможностями здоровья во всех странах мира выдвигается их социальная интеграция. Успех интеграции в значительной степени зависит от социально - бытовой компетентности человека, его способности самостоятельно организовывать свой быт.

Формирование навыков самообслуживания – важное направление обучения ребенка с нарушениями развития, так как способность обслуживать себя необходима для независимой жизни любого человека. Для освоения навыков самообслуживания ребенком с умственной отсталостью, требуется специально организованное обучение.

Основными формами воспитания у детей навыков самообслуживания являются: индивидуальная работа, организованные сюжетные игры, ведь наилучшее усвоение любого материала происходит у детей в процессе игры.

Цель - помочь ребенку адаптироваться к школьной жизни, активно включиться в нее, сформировать у него первоначальные, но адекватные представления о бытовой и социальной сферах жизни человека.

Задачи:

- формирование у учащихся бытовых умений в области личной гигиены, сохранения и укрепления своего здоровья;
- формирование и совершенствование навыков самообслуживания при повседневном уходе за одеждой, обувью и жилищем;
- формирование и совершенствование необходимых навыков труда;
- формирование у учащихся представлений о нормах культуры поведения, взаимоотношений с людьми;
- коррекция недостатков развития познавательной деятельности младших школьников.

Программа предмета «Основы социальной жизни» включает 4 раздела: «Гигиена тела», «Туалет», «Обращение с одеждой и обувью», «Прием пищи». Раздел «Гигиена тела» включает задачи по формированию умений умываться, мыться под душем, чистить зубы, мыть голову, стричь ногти, причесываться и т.д. Раздел «Обращение с одеждой и обувью» включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды. Раздел «Прием пищи» предполагает обучение использованию во время еды столовых приборов, питью из кружки, накладыванию пищи в тарелку, пользованию салфеткой. Задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете включены в раздел «Туалет». Содержание разделов представлено с учетом возрастных особенностей. Большинство разделов включают задачи, требующие обучения отдельным операциям, например, при мытье рук ребенок учится удерживать руки под струей воды, намыливать руки и т.д. После того как ребенок их освоит, он учится соблюдать последовательность этих операций. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков. Например, формирование гигиенических навыков начинают с обучения мытью рук, лица и заканчивают обучением мытью всего тела. При формировании навыков самообслуживания, важно объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Формирование действий самообслуживания основано на умениях и навыках, сформированных в ходе обучения предметно - практической деятельности.

Для реализации программы по предмету «Основы социальной жизни» материально - техническое обеспечение включает: предметные и сюжетные картинки, фотографии, пиктограммы с изображением действий, операций самообслуживания, используемых при этом предметов и др., видеофильмы, презентации.

### **Содержание программы**

***6«а» класс 1 час в неделю. Итого: 34 часа***

***1 четверть(7 часов)***

Инструктаж по ТБ

Уход за кожей рук, ногтями, ногами. Правила по ТБ при работе с ножницами пилочкой, щипчиками.

Закаливание организма, правила закаливания

Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на здоровый организм, как детей, так и взрослых.

Поведение в музее, библиотеке. Поведение в кино, театре.

Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

Состав семьи учащихся: имена, отчества, место работы. Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя, тётя.

***2 четверть(8 часов)***

Обязанности по дому.

ТБ при работе с иглами, ножницами.

Правила и приём ручной стирки изделий из хлопчатобумажных, шелковых и цветных тканей.

Утюг. Правила ТБ при работе с утюгом.

Инвентарь для стирки. Средства для стирки.

Условные обозначения, используемые в стирке и глажении белья.

Условные обозначения, используемые в глажении белья.

Гигиенические требования к жилому помещению. Повторный инструктаж по тб.

*3 четверть (10 часов)*

Пылесос.

Уход за мебелью.

Мытьё зеркал, окон.

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта.

Передвижения от дома до школы.

Правила поведения в транспорте.

Магазины промтоваров. Отделы.

Порядок приобретения товара.

Оплата, хранение чека.

Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем.

*4 четверть (9 часов)*

Порядок отправления письма. Написание адреса на почтовых конвертах.

Виды медицинских учреждений. Виды медицинской помощи.

Правила по ТБ при работе с плитой и другими кухонными приспособлениями.

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению готовых блюд и хранению их в холодильнике и без него.

Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных и рыбных.

Чтение и составление рецепта приготовления блюд.

Блюда из круп.

Заварка чая.

Обобщение пройденного материала.

Личностные результаты:

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, 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:

Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца

Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ

Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье

Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками

Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия

Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета

Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте

Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях

Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности, обучающиеся должны:

Знать:

- правила закаливания организма;
- приёмы обтирания и мытьё ног;
- правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов;
- способы обновления одежды с помощью мелких деталей, - правила пользования моющими средствами;
- соблюдать порядок на рабочем столе;
- убирать жилые помещения;
- использовать соответствующий инвентарь, в зависимости от полового покрытия;
- чистить пылесосом ковры, книжные полки, батареи;
- соблюдать правила
- способы выбора доброкачественных продуктов;
- приготовление каши, заваривание чая;
- способы хранения продуктов и готовой пищи;
- правила составления рецепта блюда.
- способы вызова врача на дом;
- функции основных врачей - специалистов; виды детских учреждений и назначение;
- адрес дома детского творчества;
- какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети

Уметь:

- закаливать свой организм;
- соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий;
- подбирать одежду,
- сушить мокрую одежду;
- чистить верхнее и лёгкое платье;

- подготавливать их к хранению
- организация рабочего места школьника;
- уборка жилых помещений;
- уход за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- пользование пылесосом и уход за ним.
- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности;
- приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности;
- составить рецепт блюда;
- вымыть, вычистить посуду;
- в экстренных случаях врачей «скорой помощи»;
- правильно вести себя на занятиях, на уроках.

Проверка знаний, умений, обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), оцениваются по 5-балльной системе. Знания и умения, обучающихся по предмету «Основы социальной жизни» предмету, оцениваются по результатам их индивидуального и фронтального опроса, практических работ. Контрольные работы по предмету «Основы социальной жизни» программой не предусмотрены.

#### *Оценка устных ответов*

«5» ставится, если учащиеся полностью усвоили учебный материал, могут изложить его своими словами, самостоятельно подтверждают ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечают на дополнительные вопросы учителя.

«4» ставится, если учащиеся в основном усвоили учебный материал, допускают незначительные ошибки в его изложении, подтверждают ответ конкретными примерами, правильно отвечают на дополнительные вопросы учителя.

«3» ставится, если учащиеся не усвоили существенную часть учебного материала, допускают значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняются подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечают на дополнительные вопросы учителя.

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

### Календарно-тематическое планирование по четвертям

(1 час в неделю) 34 часа за год

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата	Планируемые результаты	
				Личностные результаты	Предметные результаты
<b>I четверть</b>					
1	Инструктаж по т\б	1	07.09.2021	<p>1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.</p> <p>2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.</p> <p>3. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.</p> <p>4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.</p> <p>5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.</p> <p>6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).</p>	<p>Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца</p> <p>Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ</p> <p>Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани</p> <p>Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье</p> <p>Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за</p>
2	Уход за кожей рук , ногтями, ногами.. Правила по ТБ при работе с ножницами пилочкой, щипчиками.	1	14.09.2021		
3	Закаливание организма, правила закаливания	1	21.09.2021		
4	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на здоровый организм, как детей, так и взрослых.	1	28.09.2021		
5	Поведение в музее, библиотеке. Поведение в кино, театре.	1	05.10.2021		
6	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.	1	12.10.2021		
7	Состав семьи учащихся: имена, отчества, место работы. Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя, тётя.	1	19.10.2021		

					<p>мебелью и полом, в зависимости от покрытия</p> <p>Виды междугородного транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета</p> <p>Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.</p> <p>Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте</p> <p>Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях</p> <p>Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.</p>
ИТОГО		7 часов			
<b>II четверть</b>					
1	Обязанности по дому.	1	02.11.2021	<p>1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.</p> <p>2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.</p> <p>3. Формирование ценности здорового</p>	<p>Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца</p> <p>Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ</p> <p>Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной</p>
2	ТБ при работе с иглами, ножницами.	1	09.11.2021		
3	Правила и приём ручной стирки изделий из хлопчатобумажных, шелковых и цветных тканей.	1	16.11.2021		
4	Утюг. Правила ТБ при работе с утюгом.	1	23.11.2021		
5	Инвентарь для стирки.	1	30.11.2021		



	Средства для стирки.			образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.	работы колющими и режущими инструментами,
6	Условные обозначения, используемые в стирке и глажении белья.	1	07.12.2021	4.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.	электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани
7	Условные обозначения, используемые в глажении белья.	1	14.12.2021	5.Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.	Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье
8	Гигиенические требования к жилому помещению. Повторный инструктаж по тб.	1	21.12.2021	6.Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).	Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов. Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте Меры по предупреждению

					переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.
ИТОГО		8 часов			
<b>III четверть</b>					
1	Пылесос.	1	11.01.2022	1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость. 2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, 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).	Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками Гигиенические требования к жилому помещению, правила и
2	Уход за мебелью.	1	18.01.2022		
3	Мытьё зеркал, окон.	1	25.01.2022		
4	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта.	1	01.02.2022		
5	Передвижения от дома до школы.	1	08.02.2022		
6	Правила поведения в транспорте.	1	15.02.2022		
7	Магазины протоваров. Отделы.	1	22.02.2022		
8	Порядок приобретения товара.	1	01.03.2022		
9	Оплата, хранение чека.	1	08.03.2022		
10	Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем.	1	15.03.2022		

					<p>последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия</p> <p>Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета</p> <p>Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.</p> <p>Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте</p> <p>Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях</p> <p>Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.</p>
Итого		10 часов			
<b>IV четверть</b>					
1	Порядок отправления письма. Написание адреса на почтовых конвертах.	1	29.03.2022	1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость. 2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии,	Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца
2	Виды медицинских учреждений. Виды медицинской помощи.	1	05.04.2022		Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических

3	Правила по ТБ при работе с плитой и другими кухонными приспособлениями.	1	12.04.2022	<p>строгое соблюдение правил техники безопасности.</p> <p>3.Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.</p> <p>4.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.</p> <p>5.Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.</p> <p>6.Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).</p>	<p>веществ</p> <p>Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани</p> <p>Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье</p> <p>Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия</p> <p>Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета</p> <p>Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.</p> <p>Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды</p>
4	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению готовых блюд и хранению их в холодильнике и без него.	1	19.04.2022		
5	Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных и рыбных.	1	26.04.2022		
6	Чтение и составление рецепта приготовления блюд.	1	05.05.2022		
7	Блюда из круп.	1	12.05.2022		
8	Заварка чая.	1	19.05.2022		
9	Обобщение пройденного материала.	1	24.05.2022		

					писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.
ИТОГО		9 часов			