

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная  
школа № 3 имени П.А. Любченко  
станции Крыловской  
муниципального образования Ленинградский район  
МБОУ СОШ № 3

РАССМОТРЕНО

методическим  
объединением учителей  
гуманитарного цикла

Щелчкова Ж.А.  
Протокол №1 от «28»  
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

Коник Е.В.  
Протокол № 1 от «29»  
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Радькова М.В.  
Приказ № 1 от «30» августа  
2023 г.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни» 7 класс

(для обучающихся с умственной отсталостью, интеллектуальными  
нарушениями)

станция Крыловская 2023

## **I. Пояснительная записка**

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для учащихся 7 классов с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2015 г. № 1599;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 года № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
5. Адаптированная основная общеобразовательная программа МБОУ СОШ № 3 на 2023-2024 учебный год.
6. Учебный план МБОУ СОШ № 3.

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 7 класса разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;
- программы формирования базовых учебных действий;  
с учетом:
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.;, в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..

Социальная адаптация в современном обществе через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. 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. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть

практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Программа «Основы социальной жизни» ориентирована на:

-развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

-усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

-понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

**Цель программы «Основы социальной жизни»** - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

**Основные задачи программы «Основы социальной жизни»:**

-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.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

-объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);

-репродуктивные (работа по образцам);

-частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);

-предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);

-система специальных коррекционно – развивающих методов;

-методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

-методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);

-методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

## **II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентирована на:

-развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;

-усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;

-понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение учебного материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально-бытовые компетентности:

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.

2. «Охрана здоровья - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.

3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться

электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).

4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).

5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.

6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.

7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет услугами, телеграфной и т.д.

8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.

9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.

При переходе на обучение с применением электронных и дистанционных образовательных технологий в рабочую программу вносится корректировка с учетом технических средств обучения (персональный компьютер ученика (с выходом в интернет). Для определения способов офлайн и онлайн взаимодействия учитываются наличие зарегистрированной электронной почтой, мессенджера WhatsApp, платформы Zoom, возможности просмотра презентации Microsoft Power Point, документов в формате PDF, Microsoft Office Picture.

Разрабатываются задания, вопросы, упражнения, обеспечивающие осознанное восприятие учебного материала. Составляются файлы-задания, разрабатывается дидактический материал. Для осуществления контроля качества полученных знаний разрабатывается контрольно-измерительный материал: онлайн-тесты, опросники, задания для контрольных и самостоятельных работ в дистанционном режиме.

Реализация воспитательного потенциала каждого урока, заложенного в модуль «Школьный урок» Программы воспитания МБОУ СОШ № 3 предполагает его организацию с учетом совокупности методов, приемов, направленных на воспитание обучающихся. Воспитывающее содержание урока направлено на побуждение школьников, задуматься о ценностях, нравственных вопросах, жизненных проблемах. Добиться этого можно, предъявляя детям на уроке воспитывающую информацию: о здоровье и вредных привычках, о нравственных и безнравственных поступках людей, о героизме и малодушии, о войне и экологии, о классической и массовой культуре, о перипетиях судьбы литературных и исторических персонажей; информацию затрагивающую социальные, нравственные, этические вопросы; особенности межличностных, межгрупповых, межнациональных или межконфессиональных отношений; проблемы политической, экономической, культурной жизни людей. ( Важно акцентировать внимание учащихся на нравственных проблемах, связанных с научными открытиями, изучаемыми на уроке.)

Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию учащимся примеров осознанного гражданского поведения, проявления

человеколюбия и добросердечности, анализа жизненных историй, поступков и ситуаций организуется путём проведения единых тематических уроков в образовательных областях: язык и речевая практика, естествознание, человек и общество, искусство, технология.

Применение на уроках совместных интерактивных форм работы (учитель-ученики, ученик-ученик, ученики-ученики) дают учащимся возможность приобретения эстетических и нравственных переживаний, помогают осваивать опыт ведения диалога, излагать личное мнение, искать пути решения поставленных задач, воспитывают умение работать в парах и группах, в команде, распределять роли и добиваться совместного результата.

Реализация вышеизложенных идей, форм и видов воспитания умственно-отсталых учащихся на школьном уроке предусматривает использование соответствующих педагогических технологий, которые существенным образом перестраивают учебный процесс, обеспечивая взаимодействие его участников, обеспечивая высокий воспитательный результат обучения.

С целью решения вопросов по профориентации обучающихся на уроках по предмету *основы социальной жизни* планируется включать материал, направленный на знакомство учащихся с многообразием мира профессий; на формирование умения осознавать особенности своей личности готовой к самостоятельной жизни с учетом профессионального самоопределения.

на уроках, где рассматриваются вопросы профориентационного характера, решаются следующие задачи

- в 5–9 классах:

- работа направлена на развитие у обучающихся личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности; представления о собственных интересах и возможностях (формирование личного образа); приобретение первоначального опыта в различных сферах социально-профессиональной практики: строительства, технике, сельском хозяйстве, сфере бытового обслуживания. Создаются условия для выполнения обучающимися профессиональных проб, которые позволяют соотнести свои индивидуальные возможности с требованиями, предъявляемыми профессиональной деятельностью к человеку.

### **III. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

Количество часов в неделю:

7 класс – 2 часа в неделю, общее количество часов – 68 ч.

Возможно изменение количества часов в зависимости от изменения годового календарного учебного графика.

Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

#### **IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА** **«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

**Основные направления воспитательной деятельности** (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р):

##### **1. Гражданское воспитание, которое включает:**

создание условий для воспитания у детей активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;

развитие культуры межнационального общения;

формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;

воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;

формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, коррупции, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

разработку и реализацию программ воспитания, способствующих правовой, социальной и культурной адаптации детей, в том числе детей из семей мигрантов.

##### **2. Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности, которое предусматривает:**

создание системы комплексного методического сопровождения деятельности педагогов и других работников, участвующих в воспитании подрастающего поколения, по формированию российской гражданской идентичности;

формирование у детей патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания;

повышение качества преподавания гуманитарных учебных предметов, обеспечивающего ориентацию обучающихся в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

развитие у подрастающего поколения уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;

развитие поисковой и краеведческой деятельности, детского познавательного туризма.

**3. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей** осуществляется за счет:

развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;

развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;

расширения сотрудничества между государством и обществом, общественными организациями и институтами в сфере духовнонравственного воспитания детей, в том числе традиционными религиозными общинами;

содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;

оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных.

**4. Приобщение детей к культурному наследию** предполагает:

эффективное использование уникального российского культурного наследия, в том числе литературного, музыкального, художественного, театрального и кинематографического;

создание равных для всех детей возможностей доступа к культурным ценностям; воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;

увеличение доступности детской литературы для семей, приобщение детей к классическим и современным высокохудожественным отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;

создание условий для доступности музейной и театральной культуры для детей; развитие музейной и театральной педагогики;

поддержку мер по созданию и распространению произведений искусства и культуры, проведению культурных мероприятий, направленных на популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей;

создание и поддержку производства художественных, документальных, научно-популярных, учебных и анимационных фильмов, направленных на нравственное, гражданско-патриотическое и общекультурное развитие детей;

повышение роли библиотек, в том числе библиотек в системе образования, в приобщении к сокровищнице мировой и отечественной культуры, в том числе с использованием информационных технологий;



создание условий для сохранения, поддержки и развития этнических культурных традиций и народного творчества.

**5. Популяризация научных знаний среди детей** подразумевает:

содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей;

создание условий для получения детьми достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира и общества.

**6. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья** включает:

формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;

формирование в детской и семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;

создание для детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, условий для регулярных занятий физической культурой и спортом, развивающего отдыха и оздоровления, в том числе на основе развития спортивной инфраструктуры и повышения эффективности ее использования;

развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;

предоставление обучающимся образовательных организаций, а также детям, занимающимся в иных организациях, условий для физического совершенствования на основе регулярных занятий физкультурой и спортом в соответствии с индивидуальными способностями и склонностями детей;

использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения;

содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.

**7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение** реализуется посредством:

воспитания у детей уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;

формирования у детей умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;

развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;

содействия профессиональному самоопределению, приобщения детей к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

**8. Экологическое воспитание** включает:

развитие у детей и их родителей экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;

воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов, умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии.

## **Личностные результаты**

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

## **Предметные результаты**

### ***Раздел «Личная гигиена и здоровье»***

#### **Минимальный уровень:**

- соблюдать правила личной гигиены
- знать правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач
- правила безопасности зрения при выполнении различных видов деятельности
- знать правила закаливания организма

#### **Достаточный уровень:**

- знать правила освещения помещения
- знать способы и приемы выполнения различных видов процедур закаливания
- выполнять комплекс утренней гимнастики

### ***Раздел «Охрана здоровья»***

#### **Минимальный уровень:**

- знать виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная);
- иметь представление о видах медицинской помощи, их отличительных особенностях;
- знать порядок получения медицинской помощи
- уметь записаться на прием поликлинику
- уметь вызвать неотложную помощь на дом

#### **Достаточный уровень:**

- знать отличительные особенности госпитализации, амбулаторного приема, неотложной помощи, помощи на дому
- уметь определять вид медицинской помощи, соответствующий конкретной ситуации

- уметь ориентироваться в поликлинике
- иметь представление о самолечении и его негативных последствиях

### ***Раздел «Жилище»***

#### Минимальный уровень:

- знать о пользе комнатных растений для человека
- знать виды и последовательность ухода за комнатными растениями (полив, подкормка, соблюдение светового и температурного режима);
- уметь ухаживать за домашними животными (кормление, выгул, туалет)
- знать о назначении ветеринарной службы, оказываемой ими помощи
- знать виды нежилых помещений и их функциональное назначение
- знать основные электроприборы на кухне и правила ТБ при их использовании
- иметь представление о кухонной утвари, посуде, белье, ее использовании и уходе за ней.
- знать порядок выполнения уборки кухни

#### Достаточный уровень:

- уметь выполнять уход за комнатными растениями
- знать правила размещения комнатных растений в помещении
- знать особенности содержания домашних животных в городе и сельской местности
- знать наиболее распространенные болезни животных
- знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов;
- Уметь выполнять сервировку стола к обеду
- уметь пользоваться основными электроприборами с соблюдением правил техники безопасности
- уметь пользоваться при приготовлении пищи кухонной утварью, посудой, кухонным бельем.
- уметь проводить уборку кухни под руководством педагога

### ***Раздел «Одежда и обувь»***

#### Минимальный уровень:

- иметь представление о значении опрятного вида человека;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- знать способы продления срока службы одежды
- знать виды стирки изделий
- знать условные обозначения по уходу за одеждой (стирка, сушка, утюжка белья)
- иметь представление о предприятиях бытового обслуживания и самообслуживания, видах услуг, порядком их получения

#### Достаточный уровень:

- уметь выполнять мелкий ремонт одежды (наложение заплат)
- уметь подбирать режим и условия стирки, сушки и глажения в соответствии с условными обозначениями на ярлыке
- знать виды утюгов, правила их использования
- уметь выполнять стирку и утюжки белья с использованием бытовых приборов
- уметь пользоваться услугами предприятия бытового обслуживания, заполнять соответствующие документы, просчитывать стоимость услуг.

### ***Раздел «Питание»***

#### Минимальный уровень:

- знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить суп-лапшу, борщ, котлеты, жарить рыбу, отваривать макароны под руководством педагога.
- знать правила этикета за столом
- знать о видах продуктовых магазинов, основных отделах.
- уметь выполнять покупку в магазине

Достаточный уровень:

- знать о значении обеда для здоровья человека, уметь составлять меню обеда;
- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать технологию обработки овощей и технологию приготовления салата;
- знать технологию обработки, хранения мяса и мясопродуктов
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню обеда, праздничного обеда.
- уметь определять вид магазина в зависимости от покупаемого товара
- уметь определять стоимость товара и общую стоимость всей покупки

**Раздел «Транспорт»**

Минимальный уровень:

- иметь представление о междугороднем транспорте;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;

Достаточный уровень:

- знать назначение междугороднего транспорта;
- уметь ориентироваться в автовокзале: определять маршрут движения, время в соответствии с расписанием, совершать покупку билета, проходить на посадку
- уметь пользоваться различными способами покупки билета.

**Раздел «Средства связи»**

Минимальный уровень:

- название основных средств связи
- знать виды бандеролей
- знать виды посылок
- уметь заполнять бланк отправления посылки.

Достаточный уровень:

- знать виды почтовых отправлений
- знать особенности различных видов бандеролей и посылок,
- уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, заполнять соответствующие бланки;

**Раздел «Предприятия, организации, учреждения»**

Минимальный уровень:

- название образовательного учреждения дополнительного образования, его назначение;

Достаточный уровень:

- знать особенности работы, основные направления учреждений дополнительного образования детей

-уметь пользоваться «Навигатором дополнительного образования Омской области»;

### ***Раздел «Семья»***

#### **Минимальный уровень:**

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи;
- знать основные формы семейного досуга
- иметь представление о бюджете семьи и его оставляющих

#### **Достаточный уровень:**

- уметь организовывать досуг семьи,
- уметь определять источники доходов и расходов в семейном бюджете,
- уметь определять величину доходов и расходов семейного бюджета

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками:

- оценка «5» - «отлично», если учащимся выполнено верно и в соответствии с заданием свыше 65% заданий.
- оценка «4» - «хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий.
- оценка «3» - «удовлетворительно» если обучающиеся выполняют от 35% до 50% заданий;
- оценка «2» - «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 35% заданий.

#### **Базовые учебные действия**

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий:

#### **Личностные учебные действия**

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользную и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

#### **Коммуникативные учебные действия**

1. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель– класс);
2. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
4. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
5. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.
6. Вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
7. Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его,
8. Использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
9. Использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

#### **Регулятивные учебные действия**

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
2. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
3. Адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность;
4. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач,
5. Осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
6. Осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
7. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
8. Обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;

#### **Познавательные учебные действия**

1. Работать с разнообразной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
2. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
3. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.
4. Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
5. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
6. Использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

В течение учебного года проводится мониторинг базовых учебных действий, который будут отражать индивидуальные достижения обучающихся в процессе усвоения программы «Основы социальной жизни».

Мониторинг проводится в 3 этапа (стартовый – сентябрь, промежуточный – по мере изучения отдельных тем, итоговый – май). Базовые учебные действия отслеживаются в результате наблюдений за учащимися, опроса, тематической беседы; при выполнении практических заданий социальной и бытовой направленности.

Оценка базовых учебных действий производится в соответствии с «Программой формирования базовых учебных действий обучающихся КОУ «Исилькульская школа - интернат»

## **V. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

### **Диагностика знаний и умений учащихся.**

Диагностика знаний и умений учащихся.

### **Раздел «Личная гигиена и здоровье»**

Гигиена зрения Правила и приемы ухода за органами зрения. Гигиенические правила и способы сохранения зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы и приемы выполнения различных видов процедур закаливания. Утренняя гимнастика.

*Практическая работа:* «Комплекс утренней гимнастики»

### **Раздел «Охрана здоровья»**

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Самолечение и его негативные последствия.

*Сюжетно-ролевая игра «Я вызываю врача»*

*Экскурсия в поликлинику, больницу*

### **Раздел «Жилище»**

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных в городской квартире: Домашние животные и птицы в сельской местности: виды, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни животных. Ветеринарная служба.

Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы в городской и сельской местности. Правила ТБ при использовании

Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка). Назначение, правила пользования и ухода, техника безопасности

Кухонная утварь. 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, скатерть, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажной, смесовая ткань). Правила хранения и ухода.

Кухонная мебель: название и назначение

*Практическая работа* «Уход за комнатными растениями», «Пользование электробытовыми приборами и уход за ними», «Уход за кухонной посудой», «Уборка кухни»

### **Раздел «Одежда и обувь»**

Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из разных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования. Предприятия бытового обслуживания и самообслуживания. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки, приема и выдачи

*Практическая работа* «Наложение заплаты», «Чтение условных обозначений», «Правила и приемы глажения постельного белья», «Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды», «Заполнение бланков»

### **Раздел «Питание»**

Прием пищи. Первые вторые и третьи блюда: виды, значение. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Первые блюда: виды, способы приготовления.

Овощные салаты: виды, способы приготовления.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Рыбные блюда (виды, способы приготовления).

Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.

Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты Специализированные магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине

*Практическая работа* «Приготовление первых блюд», «Приготовление мясного блюда», «Приготовление блюда из рыбы», «Отваривание макарон», «Сервировка праздничного стола»

*Экскурсия в продуктовый магазин*

### **Раздел «Транспорт»**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, основные маршруты, расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

*Экскурсия на автовокзал*

### **Раздел «Средства связи»**

Бандероли. Виды, упаковка, порядок отправления, стоимость пересылки

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

*Практическая работа* «Заполнение бланка отправления посылки»

### **Раздел «Предприятия, организации, учреждения»**

Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.



Экскурсия в учреждение дополнительного образования детей и подростков

### Раздел «Семья»

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки. Деньги, их виды и назначения. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники доходов. Определение суммы доходов на месяц.

Практическая работа «Определение доходов семьи»

## VI. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности в 7 классе

7 класс -68 часов

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Характеристика основных видов учебной деятельности (БУД)	Основные направления воспитательной деятельности
1-4	Личная гигиена	4	<p>Рассказывают о правилах соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши).</p> <p>Объясняют правила смены одежды. нательного и постельного белья.</p> <p>Определяют санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной. унитазом.</p>	1,3,5
5-12	Одежда	8	<p>Определяют вид ремонта одежды.</p> <p>Называют моющие средства для стирки белья.</p> <p>Рассказывают об устройстве стиральной машины и правила пользования ею.</p>	3,5

			<p>Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Различают особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей.</p> <p>Характеризуют предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Перечисляют правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</p>	
13-24	Питание	12	<p>Классифицируют способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов.</p> <p>Определяют последовательность приготовления блюд.</p> <p>Характеризуют возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими.</p> <p>Называют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении</p>	4,5,6

			<p>пищи.</p> <p>Рассказывают о правилах пользования столовыми приборами.</p>	
25-28	Семья	4	<p>Перечисляют названия тихих и подвижных игр.</p> <p>Объясняют детям младшего школьного возраста правила игры и играют с ними.</p>	1,3,4,6
29-32	Культура поведения	4	<p>Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании.</p> <p>Называют правила поведения в гостях.</p> <p>Перечисляют правила вручения и приема подарков.</p>	1,4,5
33-40	Жилище	8	<p>Называют последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения.</p> <p>Определяют способы и периодичность ухода за окнами.</p> <p>Перечисляют виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.</p> <p>Объясняют правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Рассказывают о правилах соблюдения гигиены жилища при наличии животных в</p>	4,5

			доме.	
41-44	Транспорт	4	<p>Определяют назначение вокзалов и основных служб вокзалов.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов, порядке сдачи и получении багажа в камере хранения.</p> <p>Перечисляют функции железнодорожного транспорта.</p> <p>Называют виды пассажирских вагонов.</p> <p>Определяют примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния.</p> <p>Различают виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.</p> <p>Называют виды справочных служб.</p>	4,5
45-48	Торговля	4	<p>Характеризуют универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.</p> <p>Объясняют назначение магазинов.</p> <p>Перечисляют ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Определяют стоимость отдельных товаров.</p>	4,5

			<p>Рассказывают о правилах поведения в магазине.</p>	
49-52	Средства связи	4	<p>Классифицируют виды бандеролей.</p> <p>Рассказывают о порядке отправления бандеролей.</p> <p>Определяют перечень предметов, посылаемых бандеролью.</p> <p>Называют максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Различают виды и способы упаковки бандеролей.</p>	4,5
53-58	Медицинская помощь	6	<p>Определяют состав домашней аптечки.</p> <p>Рассказывают о правилах применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Перечисляют местные лекарственные растения.</p> <p>Объясняют правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и</p>	1,5,6

			вывихах.	
59-62	Учреждения, организации и предприятия	4	<p>Называют промышленные объекты г. Новокузнецка.</p> <p>Перечисляют названия цехов и отделов, имеющихся на предприятиях.</p> <p>Классифицируют виды выпускаемой продукции.</p>	5
63-68	Экономика домашнего хозяйства	6	<p>Знакомятся с понятие «Деньги», «Семейный бюджет».</p> <p>Перечисляют составные части бюджета семьи.</p> <p>Планируют бюджет семьи.</p> <p>Определяют сколько можно иметь денег на мелкие расходы.</p>	4,5