

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию Алейского района Алтайского края

МКОУ "Кашинская СОШ" имени Героя России А.И.Сугакова

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Протокол № 1
От 28.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Методическим
объединением школы
Протокол № 1
От 27.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Косарева В.В.

Приказ № 38 от
«28» августа 2024 г.



Адаптированная рабочая программа
основного общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальные нарушения)
вариант 1
на 2024-2025 учебный год. класс ФГОС
«Основы социальной жизни»
6 класс

с. Кашино

2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для 6-х классов составлена на основе следующих нормативных документов:

Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Индивидуального учебного плана надомного обучения.

На изучение учебного предмета «Основы социальной жизни» в 6 классе по индивидуальному учебному плану надомного обучения ребенка-инвалида отводится 0,5 ч в неделю. (в 6 классе — 17 часов, 34 учебные недели).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи реализации содержания:

- 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.

Планируемые результаты освоения учебного курса «Основы социальной жизни»

Личностные результаты:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

12) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

основные правила ухода за телом, руками и ногами. Основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики;

знание близких родственников, свои обязанности в семье;

правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения;

правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой;

знание значений питательной ценности овощей, мяса, рыбы, фруктов;

виды кухонной утвари и правила ухода за ней, предметы для сервировки стола, кухонная мебель, название и назначение;

виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран, порезов и ссадин; средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний;

основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем.

Достаточный уровень:

основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования;

основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения;

значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке;

взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье;

питательная ценность продуктов;

основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов;

правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели;

назначение кухонной и столовой посуды;

виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин; профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний;

основные средства связи, их назначение и особенности использования.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» (6 класс)

Личная гигиена.

Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

Одежда и обувь.

Уход за одеждой. Мелкий ремонт одежды.

Питание.

Гигиена приготовления пищи. Правила безопасной работы на кухне. Хранение продуктов и готовой пищи. Определение срока годности, сроки хранения продуктов. Замораживание - размораживание продуктов. Виды продуктов для замораживания. Приготовление пищи. Правила режима питания. Составление меню на день. Оформление готового блюда.

Я и моя будущая семья.

Состав семьи учащихся. Родственные отношения. Семейный досуг. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения.

Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

Жилище.

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.

Транспорт.

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Торговля.

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Названия отделов. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.

Средства связи.

Основные средства связи (почта, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем, порядок отправления писем. Тарифы.

Медицинская помощь.

Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи.

Календарно-тематическое планирование.

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1.	Закаливание организма. Уход за руками. Уход за ногами.	1		
2.	Правила и приемы ухода за органами зрения.	1		
3.	Ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	1		
4.	Стирка изделий. Основные элементы утюга. Правила	1		
5.	Режим питания. Правила пользования электрической и	1		
6.	Меню ужина. Сервировка стола к ужину. Ах, картошка.	1		
7.	Правила хранения продуктов.	1		
8.	Семья. Счастливая семья. Семейный досуг.	1		
9.	Как вести себя в театре.	1		
10.	Правила поведения за столом.	1		
11	Ваш дом. Уборка квартиры. Уход за полом. Пылесос - помощник в доме	1		
12	Транспорт - наш помощник. Пользование городским транспортным средством	1		
13	Продовольственные магазины.	1		
14	Названия отделов. Отличительные особенности.	1		
15	Основные средства связи.	1		
16	Медицинские учреждения.	1		
17	Виды медицинской помощи. Обобщающий урок.	1		