1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе:

- Адаптированной основной образовательной программы основного общего образования для детей с умственной отсталостью (ИН) (вар.1) МКОУ «Ульканская ООШ №1»
- Учебного плана МКОУ «Ульканская ООШ №1»

Входит в предметную область «Человек и общество»

Цель программы заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной компетенции);

- навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи предмета основы социальной жизни:

- сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- развивать и совершенствовать навык ведения домашнего хозяйства;
- воспитывать положительное отношение к домашнему труду;
- развивать умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать умения социально- нормативного поведения в семье и обществе;
- развивать способности обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности;
- развивать коммуникативные функции речи.

Учащиеся специальной (коррекционной) школы, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, - в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности

2. Общая характеристика учебного предмета

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов, презентации и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

3. Места предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть образовательного процесса, раздел «Человек и общество». на его изучение отводится:

Класс	**6**
Количество часов в неделю,	1
Количество Часов в год	34
Количество недель в год	34

4.Планируемые личностные и предметные результаты

К личностным результатам освоения относятся:

1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) формирование 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, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

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

10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к 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:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

Достаточный уровень

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах;
- представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.).
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

5. Содержание учебного предмета

Основные разделы	Содержание разделов
«Основные вопросы»	Название учебного курса; Цель учебного предмета, его назначение; Инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.
«Личная гигиена»	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта. Предметы личной гигиены по уходу за полостью рта. Правила освещенности рабочего места; Правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.
«Одежда и обувь»	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.
«Питание»	Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды

	отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.
«Культура поведения»	Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом, правила этикета.
«Предприятия, организации, учреждения»	Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. . Правила покупки товаров в продовольственном магазине.
«Транспорт»	Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

6.Тематическое планирование:
6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1-2	Вводный инструктаж по охране труда, правила поведения в кабинете, на экскурсиях.	2
3	Правила личной гигиены в течение дня.	1
4	Предметы и средства личной гигиены.	1
5	Гигиена зрения. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.	1
6	Виды одежды	1
7	Чистка и сушка одежды.	1
8	Виды обуви.	1
9	Чистка и сушка обуви.	1
10	Хранение одежды и обуви.	1
11	Виды головных уборов	1
12	Значение питания в жизни человека	1
13	Кухонные принадлежности	1
14	Уход за посудой.	1
15	Чайная посуда	1
16	Правила заваривания чая. Практическая работа: заваривание чая	1
17	Соблюдение режима дня Завтрак.	1
18	Сервировка стола к завтраку. п. р: Сервировка стола к завтраку	1
19	Польза хлеба п. р:Нарезка хлеба.	1

20-22	Приготовление бутербродов. п.р: приготовление бутербродов.	3
23-24	Виды транспортных средств. п. р. : составление маршрута от дома до школы	2
25	Поведение в транспорте.	1
26	Правила дорожного движения. п.р.: изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.	1
27	Виды жилых помещений. п.р.: сухая и влажная уборка помещений.	1
28	Почтовый адрес дома, школы	1
29	Правила поведения в музее, библиотеке	1
30	Выполнение упражнений для укрепления осанки.	1
31	Поведение за столом. п.р.: правила поведения за столом. (пользование столовыми приборами)	1
32	Основные виды магазинов.	1
33	Экскурсия в магазин п.р.: определение срока годности товара, оплата покупок	1
34	Обобщающий урок	1
итого		**34**

7. Учебно-методические материалы

Программа: Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2016 год.