

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ VI ВИДА»  
Г.ВЛАДИВОСТОКА

**Принята**

Решением педсовета  
Протокол № 1 от 28.08.2024

**«Утверждаю»**

Приказ от 29.08.2024 № 111-ОД  
Директор КГОБУ школы-интернат VI вида  
И.Г.Ардашева



**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(Вариант 6.2)

Предмет – Основы социальной жизни

Класс – 6 «Б»

2024-2025 учебный год

Учитель: Медяникова А.Н.

Владивосток  
2024

## Пояснительная записка

Адаптированная основная общеобразовательная программа по предмету Основы Социальной Жизни для обучающихся 6Б класса с нарушениями опорно – двигательного аппарата и интеллектуальными нарушениями разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598;
- Федеральным государственным образовательным стандартом обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;
- Федеральной адаптированной основной образовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022г. №1026;
- В соответствии с требованием, предусмотренным санитарными правилами и нормами Сан Пи Н 1.2. 3685.-21 « Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2(зарегистрировано Министром юстиции Российской Федерации от 29 января 2021г, регистрационный №62296), действующими до 1 марта 2027года ( далее – гигиенические нормативы), и санитарными правилами СП2.4.3648-20» Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи , утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача российской Федерации от 28 сентября 2020г.№ 28 ( зарегистрировано министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020г. Регистрационный № 61573), действующими до 1 января 2027 года (далее Санитарноэпидемиологические требования) 5.7.2. В основу реализации АООП НОО для обучающихся с НОДА.
- Приказ Минпросвещения России от 21.09.2022г, № 858 « Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями осуществляющими образовательную деятельность

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 соци- уме.

**Основные задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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 с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизированно формировать и совершенствовать у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. **Место предмета в учебном плане**

На изучение программного материала в шестом классе по учебному плану выделено 2 часа в неделю, 68 часов в год.

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### *Личностные БУД:*

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности.

#### *Регулятивные БУД:*

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

#### *Познавательные БУД:*

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;  
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;

#### *Коммуникативные БУД:*

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.

#### *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;

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

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 предприятий бытового обслуживания и их назначения;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте);

##### Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

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.);

## **Содержание учебного предмета**

### **Личная гигиена и здоровье**

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.*

*Утренний и вечерний туалет:* содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

*Негативное влияние на организм человека вредных веществ:* табака, алкоголя. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.

### **Жилище**

*Общее представление о доме.* Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности.

### **Одежда и обувь**

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя,

зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

*Значение опрятного вида человека.*

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

*Обувь.* Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

*Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.

### **Питание**

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. *Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).

*Прием пищи.*

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Сервировка стола.

### **Транспорт**

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

### **Семья**

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.

## **Тематическое планирование**

№ п/п	Наименование раздела, подраздела	Количество часов			Вид учебной деятельности обучающихся
		Все го	Теоретических	Контрольных	
1	Личная гигиена и здоровье	7	7		Прослушивание объяснений педагога
2	Семья	8	5		Прослушивание объяснений педагога, проектная деятельность
3	Домоводство	13	11	1	Прослушивание объяснений педагога, проектная деятельность
4	Питание	17	12		выполнение практических работ по инструкции; анализ предполагаемых таблиц, схем;
5	Одежда и обувь	7	7		Прослушивание объяснений педагога, проектная деятельность
6	Жилище	7	7		Прослушивание объяснений педагога, просмотр учебных фильмов
7	Транспорт	3	3		Прослушивание объяснений педагога, просмотр учебных фильмов
8	Средства связи	6	3	1	Прослушивание объяснений

					педагога
	Итого:	68	57	2	

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, подраздела, урока	Количество часов	Дата
1	<b>Личная гигиена и здоровье</b> Я сам	1	
2	От чего я свободен в свободное время	1	
3	Досуг	1	
4	Досуг с пользой для ума	1	
5	Досуг с пользой для здоровья	1	
6	Способы сохранения зрения	1	
7	Вредные привычки и способы предотвращения их появления	1	
8	<b>Семья</b> Место работы членов семьи, должности, профессии	1	
9	Взаимоотношения между родственниками	1	
10	Увлечения для развлечения	1	
11	Какие планы на выходные?	1	
12-14	Мне скучать некогда! А вам? Проект	3	
15	Музей – это интересно!	1	
16	<b>Домоводство</b> Животные в доме человека	1	
17	Экзотические животные	1	
18	Забота о домашних животных	1	
19	Собака – верный друг	1	
20	Кошка – ласковый домашний хищник	1	
21	Декоративные птицы	1	
22	Домашняя ферма	1	
23	Ветеринарная служба	1	
24-27	О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах. Проект	4	
28	Контрольная работа №1	1	
29	<b>Питание</b> Еда с пользой для здоровья	1	
30	Первое блюдо	1	
31	Второе блюдо	1	
32	Салаты.	1	
33	Приготовление салата.	1	
34	Идеальный завтрак.	1	
35	Продукты для правильного завтрака в любой части мира	1	
36	Продукты, которые нежелательно употреблять часто	1	
37	Хлеб – всему голова!	1	
38	Каша – матушка наша	1	
39	Раз яичко, два яичко	1	
40	Как сварить яйцо. Практическая работа	1	
41	Секреты вкуса: специи и пряности	1	
42	Чай или кофе?	1	

43	Как заварить листовый чай. Практическая работа	1	
44	Кофе	1	
45	Приглашение на завтрак. Практическая работа	1	
46	<b>Одежда и обувь</b> Значение опрятного вида человека	1	
47	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель	1	
48	Зашивание распоровшегося шва	1	
49	Пришивание пуговиц, зашивание распоровшегося шва.	1	
50	Секреты бережной стирки. Условные обозначения	1	
51	Замачивание и кипячение белья	1	
52	Стирка белья в тазу	1	
53	<b>Жилище</b> Поговорим о домашнем уюте. Мебель	1	
54	Уход за мебелью	1	
55	Интерьер	1	
56	Уход за зеркальной поверхностью	1	
57	Предметы интерьера, уход за ними	1	
58	За покупками	1	
59	Как сделать покупки через Интернет безопасными?	1	
60	<b>Транспорт</b> Оплата проезда на всех видах городского транспорта	1	
61	Проезд из дома в школу. Расчет стоимости проезда	1	
62	Пригородный транспорт, его виды. Стоимость проезда. Расписание.	1	
63	<b>Средства связи</b> Основные средства связи, их назначение	1	
64	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России»	1	
65	Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка	1	
66	Повторение, обобщение.	1	
67	Контрольная работа №2	1	
68	Анализ контрольной работы. Повторение.	1	

### **Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

#### **Литература для учащихся:**

Основы социальной жизни: 6-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы/  
С.В.Комарова, Е.Л.Александрова. – Москва: Просвещение, 2024.

#### **Материально-техническое обеспечение обучения:**

Ноутбук.

## Контрольно измерительные материалы для проверки усвоения знаний по предмету Пояснительная записка

Контрольно-измерительные материалы разработаны для итогового контроля по предмету «Основы социальной жизни» (ОСЖ) для 6 класса составлены в соответствии с учебным планом 68 часов (2 часа в неделю).

Материалы соответствуют требованиям, обладают большим воспитательным потенциалом, способствуют формированию познавательных, регулятивных, коммуникативных учебных действий и личностных качеств обучающихся. Рассчитаны на 40 минут, проводятся в конце учебного года в мае.

В контрольные материалы входят:

- тест для контроля уровня усвоения знаний обучающихся.

Вопросы к тесту позволяют проверить осознанность знаний.

Тест составлен в соответствии с рабочей программой по предмету ОСЖ для 6 класса, требованиями адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Контрольные вопросы позволяют учителю проверить осознанность знаний, развивать мышление и речь обучающихся.

Так как данная категория детей усваивает программу в разном темпе, оценивание осуществляется на основе индивидуального подхода и учета особенностей каждого ученика. Прослеживается динамика учащегося относительно себя: какими новыми умениями и навыками ребенок овладел за прошедший период обучения.

Для оценки проведенного контроля используются модифицированные показатели:

оценка	% выполнения заданий
Удовлетворительно	35-50% Ребенок пассивен, инертен. Внимание при выполнении заданий переключается, что приводит к различным ошибкам. На вопросы отвечает с трудом, содержание пройденного материала усваивает не в полной мере.
Хорошо	50-65% Допускает ошибки при выполнении заданий. Умеет самостоятельно найти информацию в учебнике и тетради, ответить на вопросы к тесту.
Очень хорошо	свыше 65% Правильно, самостоятельно выполняет задания. При ответах на вопросы не

требуется разъяснений, помощи учителя.

### Контрольная работа №1

#### 1-2 уровень

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Лицо, шею, уши, ноги моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться с мылом (в бане) нужно:	1 раз в неделю 1 раз в месяц 2 раза в месяц
3. Выбери, какие слова нужно говорить при встрече с человеком	До встречи Прощайте Всего доброго До свидания Рад познакомиться Здравствуй
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
5. После еды нужно	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
6. Ногти на ногах нужно стричь	Сразу после мытья После распаривания ног Перед мытьём
7. К пригородным поездам относятся	Товарные поезда Электропоезда Поезда дальнего следования
8. Чистить зубы нужно	1 раз в день 2 раза в день 3 раза в день
9. Кто должен первым здороваться, входя в помещение?	Тот, кто более вежлив Входящий Присутствующий
10. Волосы нужно мыть	Хозяйственным мылом Шампунем Детским мылом
11. В детский сад принимают детей в возрасте	1,5 – 3 лет 3 – 7 лет С 7 лет
12. Подчеркни названия городского пассажирского транспорта	Самолёт Такси Автобус Катер Троллейбус Электропоезд

### Контрольная работа №1

#### уровень

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Лицо, шею, уши, ноги моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться с мылом (в бане) нужно:	1 раз в неделю 1 раз в месяц 2 раза в месяц
3. Выбери, какие слова нужно говорить при встрече с человеком	До встречи Прощайте Всего доброго До свидания Рад познакомиться Здравствуйте
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
5. После еды нужно	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
6. Ногти на ногах нужно стричь	Сразу после мытья После распаривания ног Перед мытьём
7. К пригородным поездам относятся	Товарные поезда Электропоезда Поезда дальнего следования
8. Чистить зубы нужно	1 раз в день 2 раза в день 3 раза в день
9. Кто должен первым здороваться, входя в помещение?	Тот, кто более вежлив Входящий Присутствующий

**Контрольная работа №1**  
**уровень**

4

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Лицо, шею, уши, ноги моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться с мылом (в бане) нужно:	1 раз в неделю 1 раз в месяц 2 раза в месяц
3. Выбери, какие слова нужно говорить при встрече с человеком	До встречи Прощайте Всего доброго До свидания Рад познакомиться Здравствуйте
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот

5. После еды нужно	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
6. Ногти на ногах нужно стричь	Сразу после мытья После распаривания ног Перед мытьём

### Контрольная работа №2

1-2уровень

1. Прочитай вопрос. Напиши правильный ответ

1. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	
2. Назови блюда из яиц	
3. Название способов уборки помещения	1. _____ 2. _____
4. Инвентарь для уборки помещения	1. _____ 2. _____
5. Моющие средства для уборки помещения	1. _____ 2. _____ 3. _____
6. Моющие средства для посуды	1. _____ 2. _____ 3. _____
7. Название покрытия мебели	
8. Назови бытовую технику, используемую хозяйкой при приготовлении пищи	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
9. Название бытовой техники для уборки помещения	1. _____

2. Составить рецепт приготовления собственного блюда

### Контрольная работа №2

3

уровень

1. Прочитай вопрос. Напиши правильный ответ

1. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	
---	--

2. Назови блюда из яиц	
3. Название способов уборки помещения	1. _____ 2. _____
4. Инвентарь для уборки помещения	1. _____ 2. _____
5. Моющие средства для уборки помещения	1. _____ 2. _____ 3. _____
6. Моющие средства для посуды	1. _____ 2. _____ 3. _____
7. Название покрытия мебели	

**Контрольная работа №2**  
**уровень**

4

1. Прочитай вопрос. Напиши правильный ответ

1. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	
2. Назови блюда из яиц	
3. Название способов уборки помещения	1. _____ 2. _____
4. Инвентарь для уборки помещения	1. _____ 2. _____
5. Моющие средства для уборки помещения	1. _____ 2. _____ 3. _____
6. Моющие средства для посуды	1. _____ 2. _____ 3. _____

**2. Повторение темы «Семья»**

Заполни таблицу о своих родственниках

Родственные отношения	фамилия	имя	отчество	профессия
Отец				
Мать				
Сестра				
Брат				

**3. Повторение темы «Одежда»**

Какие инструменты нужны для ремонта одежды?

---

#### 4. Повторение темы «Питание»

Как называются блюда, приготовленные на основе молока? \_\_\_\_\_  
Перечисли блюда, приготовленные на основе молока

---

#### 5. Повторение темы «Жилище»

1) В чем заключается уход за комнатными растениями?

2) Перечисли виды уборки жилья \_\_\_\_\_

3) Какие ты знаешь электробытовые приборы для уборки помещений

---

#### 6. Повторение темы «Средства связи»

Перечисли виды почтовых отправлений

---