****

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ, примерной Адаптированной основной общеобразовательной программыобразования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

**Основными задачами** является овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;

развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;

развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;

формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;

формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

**2. Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку учащихся 6 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Характерные особенности учебного предмета:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;

- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;

- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

1. **Место учебного предмета в учебном плане**

 Программа для 6 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения учащимися на уроках предмета «Основы социальной жизни», а также русского языка, чтения, математики, уроках трудового обучения, и рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

**4. Планируемые результаты освоения программы**

Освоение обучающимися рабочей программы, предполагает достижение двух видов результатов: личностных и предметных.

**Личностные результаты**освоения учебной программой по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 6 класса включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;

- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

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

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

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

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

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

- формирование готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

|  |  |
| --- | --- |
| *Минимальный уровень* | *Достаточный уровень* |
| **Личная гигиена** |
| Ухаживать за телом, руками, ногами и волосами. Рассказывать о необходимости закаливания организма. | Совершать  последовательно уход за телом, руками, ногами и волосами. Подбирать косметические средства и предметы личной гигиены. Выбирать способы закаливания организма. |
| **Одежда** |
| Выполнять повседневный уход за одеждой. Делать мелкий ремонт одежды под руководством взрослого.Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей под руководством взрослого. | Следить за своим внешним видом. Ухаживать за своей одеждой. Выполнять мелкий ремонт одежды. Стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей. |
| **Питание** |
| Рассказывать о режиме питания школьника. Знакомиться со способами первичной и тепловой обработки продуктов. Соблюдать  требования техники безопасности при приготовлении пищи. Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения под руководством взрослого. Отваривать макароны, варить кашу на молоке, готовить картофельное пюре, оформлять готовое блюдо, сервировать стол под руководством взрослого.    | Соблюдать режим питания. Выполнять способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока, молочных продуктов и овощей. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроплитой. Определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения. Составлять меню ужина. Рассказывать о правилах хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Отваривать макароны. Варить кашу на молоке. Готовить картофельное пюре. Оформлять готовое блюдо. Сервировать стол к ужину. |
| **Семья** |
| Рассказывать о составе семьи. Называть обязанности всех членов семьи.  | Рассказывать о составе семьи, называть имена, отчества родителей и ближайших родственников, место работы и должность.Называть основные сведения о членах семьи.Распределять обязанности в семье. Помогать младшим и выполнять свои обязанности. |
| **Культура поведения** |
| Соблюдать правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий. | Выполнять и объяснять правила поведения в общественных местах, правила при посещении массовых мероприятий. |
| **Жилище** |
| Рассказывать о санитарно-гигиенических требованиях к жилому помещению. Производить элементарную уборку помещения. Рассказывать о видах комнатных растений, элементарные способы ухода за ними.  | Выполнять санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и меры их обеспечения. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом. Производить сухую и влажную уборку помещения. Чисть ковры, книжные полки, батареи. Ухаживать за комнатными растениями. |
| **Транспорт** |
| Называть основные транспортные средства. Рассказывать о рациональном маршруте передвижения до школы. Оплачивать проезд на всех видах транспорта. | Различать основные транспортные средства. Ориентироваться в расписании.Выполнять порядок приобретения  и оплаты проезда на всех видах транспорта. Выбирать наиболее рациональный маршрут передвижения до школы. |
| **Торговля** |
| Называть основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Приобретать товар по списку под руководством взрослого. Соблюдать правила поведения в магазине. | Характеризовать основные виды продовольственных магазинов, их отделы. Различать виды и стоимость различных товаров. Приобретать товар по списку. Соблюдать правила поведения в магазине. |
| **Средства связи** |
| Называть основные средства связи. Иметь представление о назначении основных средств связи, о порядке отправки писем. Записать почтовый адрес на конверте. | Пользоваться различными средствами связи. Составлять и отправлять письма различного вида. Составлять текст телеграммы. |
| **Медицинская помощь** |
| Называть виды медицинских учреждений. Использовать услуги медицинских учреждений под руководством взрослого. | Пользоваться услугами медицинских учреждений. Называть функции основных врачей-специалистов. Соблюдать профилактику вирусных и инфекционных заболеваний. Записываться на прием к врачу. Приобретать лекарства в аптеке. Рассказать о возможном вреде самолечения. |
| **Учреждения, организации и предприятия** |
| Называть дошкольные и школьные учреждения. Соблюдать правила поведения в школе. | Называть дошкольные и школьные учреждения и их назначение. Обращаться  к работникам детского творчества. Вести себя правильно во время игр, просмотра фильма или журнала в читальном зале. |

**5. Содержание учебного предмета**

***1. Личная гигиена.*** Гигиена тела. Выбор средств и предметов личной гигиены. *Практическая работа:* Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы). Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.  Профилактика грибковых заболеваний. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

***2. Одежда.*** Значение опрятного вида человека. Чистка одежды. *Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалки, зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.  *Практическая работа*: Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.*Практическая работа:* Утюжка фартуков, косынок, салфеток.

***3. Питание .*** Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Составление меню ужина. *Практическая работа:* Приготовление блюд из круп. Запись рецепта. Приготовление каши на молоке.*Практическая работа:* Приготовление макаронных изделий. Запись рецепта. Варка макарон. *Практическая работа:* Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта. Приготовление картофельного пюре. Оформление готовых блюд.  Сервировка стола к ужину.

***4. Семья.*** Семья. Состав семьи. Родственные отношения.*Практическая работа:* Составление генеалогического дерева. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

***5. Культура поведения.*** Поведение в общественных местах: театре, кино, библиотеке, музее. Поведение при посещении массовых мероприятий.

***6. Жилище.*** Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. *Практическая работа*: Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за комнатными растениями: рыхление, полив, опрыскивание. *Практическая работа:* Уход за полами. Средства по уходу за полом. Мытье полов.

***7. Транспорт.*** Основные транспортные средства. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города,  ближайшие населенные пункты. Экскурсия на автовокзал. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на автобусную остановку.

***8. Торговля.*** Продовольственные и специализированные магазины. Экскурсия в продовольственный магазин. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

 ***9. Средства связи.*** Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.*Практическая работа:* Написание адреса и индекса на конверте. *Практическая работа*: Составление текста телеграммы.  Экскурсия на почту.

***10. Медицинская помощь.*** Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи. Экскурсия в аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний. Изготовление аром кулона для эфирных масел.

***11. Учреждения, организации и предприятия.*** Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение. Экскурсия в Дом  детского творчества.

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Темы разделов и урока** | **Количество часов** |
|  | **Личная гигиена – 4 ч.** | 1 |
| 1 | Гигиена тела. Выбор средств и предметов личной гигиены. | 1 |
| 2 | Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). *Практическая работа*: Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. | 1 |
| 3 | Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний. | 1 |
| 4 |  Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Здоровье человека. | 1 |
|  | **Одежда – 4 ч.** | 1 |
| 5 | Значение опрятного вида человека. Ремонт одежды. Чистка одежды. | 1 |
| 6 | *Практическая работа:* Мелкий ремонт одежды: пришивание пуговиц. Мелкий ремонт одежды: пришивание вешалок, петель и крючков. | 1 |
| 7 | *Практическая работа:* Зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. | 1 |
| 8 | *Практическая работа:* Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.Утюжка фартуков, косынок, салфеток | 1 |
|  | **Питание – 5 ч.** | 1 |
| 9 | Режим питания. Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. | 1 |
| 10 | Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Ужин. Составление меню ужина. Сервировка стола к ужину. | 1 |
| 11 | Приготовление блюд из круп. Практическая работа: Приготовление каши на молоке.  | 1 |
| 12 | Приготовление макаронных изделий. Приготовление блюд из молока и молочных продуктов. | 1 |
| 13 | *Практическая работа*: Приготовление запеканки из творога. Приготовление блюд из овощей. Приготовление блюд из картофеля. Сервировка стола к ужину. | 1 |
|  | **Семья – 2 ч.** | 1 |
| 14 | Семья. Состав семьи. Практическая работа: Составление генеалогического дерева. | 1 |
| 15 | Права и обязанности каждого члена семьи. Взаимоотношения в семье. | 1 |
|  | **Культура поведения– 2 ч.** | 1 |
| 16 | Поведение в общественных местах: библиотеке. Поведение в общественных местах: музее. | 1 |
| 17 | Поведение в общественных местах: кино, театре. Поведение при посещении массовых мероприятий | 1 |
|  | **Жилище – 4 ч.** | 1 |
| 18 | Ваш дом. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. | 1 |
| 19 | Основные правила организации рабочего места школьника. Уборка квартиры. | 1 |
| 20 | Пылесос. Практическая работа: уборка помещения. Уход за полами. Средства по уходу за полом. | 1 |
| 21 | Комнатные растения. Практическая работа: уход за комнатными растениями. | 1 |
|  | **Транспорт – 3 ч.** | 1 |
| 22 | Основные транспортные средства. Пользование городским транспортным средством. Оплата проезда. | 1 |
| 23 | Наиболее рациональные маршруты передвижения в ближайшие населенные пункты. Экскурсия на автобусную остановку. | 1 |
| 24 | Пригородные поезда. Поведение в общественных местах: транспорте. | 1 |
|  | **Торговля – 2 ч.** | 1 |
| 25 | Продовольственные и специализированные магазины. Экскурсия в продовольственный магазин. | 1 |
| 26 | Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. | 1 |
|  | **Средства связи – 3 ч.** | 1 |
| 27 |  Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. | 1 |
| 28 | Виды писем. Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. | 1 |
| 29 | *Практическая работа*: Написание адреса и индекса на конверте. Составление текста телеграммы. Экскурсия на почту. | 1 |
|  | **Медицинская помощь - 3 ч.** | 1 |
| 30 | Медицинские учреждения. Их назначение. Работники медицинских учреждений. | 1 |
| 31 | Виды медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи. | 1 |
| 32 | Экскурсия в аптеку. Профилактика вирусных и простудных заболеваний. | 1 |
|  | **Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.** | 1 |
| 33 | Дошкольные и школьные учреждения. Их назначение. | 1 |
| 34 | Экскурсия в Дом детского творчества | 1 |

**7. Описание методического и технического обеспечения образовательной деятельности**

|  |
| --- |
| **Программы** |
| 1. Воронкова В.В. Программы  специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014. |
| **Учебники** |
| 1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 6 класс     образовательных  организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями  / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2014. |
| **Рабочие тетради** |
| 1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 6 класс образовательных  организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2014. |
| **Методические пособия для учителя** |
| 1. Дерябина С.П.  Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: вариантные текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: –  Издательство Учитель, 2020.2. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014.3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы      образовательных  организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями  / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017.4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014.5. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя / С.А.Львова –  М.: ВЛАДОС, 2018. 6. 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.: ВЛАДОС, 2020. |