

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Сузунского муниципального округа Новосибирской области
«Сузунская средняя общеобразовательная школа № 1»

ПРИНЯТО

решением методического объединения
учителей естественнонаучного цикла
протокол № 1 от 27.08.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
 Е.В. Рыжикова
28.08.2026 г.

Рабочая программа
предмета «Основы социальной жизни»
для основного общего образования
АООП обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 1)
(6 класс)

Составитель:
Горбачёва Ю.Ю.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (с изменениями и дополнениями);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22.08.2021 № 115 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2);
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. №1026;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ «Сузунская СОШ №1»
- УМК «Основы социальной жизни» (5-9) (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями) С.В. Комаровой, Е.Л. Александровой.

Цель программы по учебному предмету «**Основы социальной жизни**»: практическая подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Цель: практическая подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи:

- 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;
- освоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Коррекционные задачи:

- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации;
- воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др.,

- строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи;
- творческого отношения к домашнему труду.

Общая характеристика учебного предмета

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса:

- | | |
|------------------------------|---|
| 1. Личная гигиена и здоровье | 6. Транспорт |
| 2. Охрана здоровья | 7. Средства связи |
| 3. Жилище | 8. Предприятия, организации, учреждения |
| 4. Одежда и обувь | 9. Семья |
| 5. Питание | |

При реализации разделов курса «Основы социальной жизни» в учебном процессе, решаются следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость. Элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда. Воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду. Развитие психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На учебных занятиях уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

Предмет «Основы социальной жизни» имеет свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Это проведение экскурсий, некоторых итоговых практических занятий, которые могут входить во внеклассные мероприятия. Учитель принимает активное участие в тех внеклассных мероприятиях, которые позволяют закрепить усвоенное на практике, проверить, что и как восприняли ученики на занятиях. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

Результативность занятий по «Основам социальной жизни» обеспечивается при условии – тесной связи учителя с родителями, которые должны оказывать помощь в проведении экскурсий, практических работ.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых

Место учебного предмета в учебном плане

Года обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Всего часов за учебный год
6 класс	2	34	68

Формы учета рабочей программы воспитания

Реализация воспитательного потенциала уроков предусматривается в следующем:

1. Максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета «Основы социальной жизни» для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений.
2. Включение в рабочую программу целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий.
3. Включение в рабочую программу тематики в соответствии с календарным планом воспитательной работы.
4. Выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности.
5. Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам.
6. Применение интерактивных форм учебной работы - интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.
7. Побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогическими работниками, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы.
8. Организация наставничества мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
9. Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

2. Содержание учебного предмета

Содержание.

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 тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для

борьбы с перхотью и выпадением волос.

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

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки")). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования 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, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели. Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы;

светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь. Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), 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. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии. Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви, их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов. Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

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. Гигиена приготовления пищи. Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе. Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц. Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Магазины по продаже продуктов питания.

Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт. Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Междугородный автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи. Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения. Образовательные организации. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих. Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи). Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций. Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо,

фотография.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- осмысление социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Базовые учебные действия

Регулятивные УД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем и самостоятельно;
- осуществлять контроль по результату, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные УД:

- ориентироваться в учебнике: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данного раздела;
- определять круг своего незнания; планировать свою работу по изучению незнакомого материала,
- отбирать необходимые источники информации среди предложенных учителем словарей, энциклопедий, справочников, электронные диски,
- сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников (словари, энциклопедии, справочники, электронные диски, сеть Интернет),
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, на основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

Коммуникативные УД:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его,

- использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач.

3. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

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 педагогического работника;
- 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; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

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;
- 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);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

4. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические	КР	

			работы		
1	Личная гигиена и здоровье	8	1		
2	Питание	28	1	1	
3	Одежда и обувь	12	1		
4	Семья	4			
5	Жилище	6	1		
6	Средства связи	2			
7	Транспорт	2	1		
		68	5	1	

5. Поурочное планирование, 6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Дата	Основные понятия	Основные виды деятельности обучающихся	Коррекционная работа
6 класс – 68 часа.						
	Личная гигиена и здоровье – 8 часов					
1,2	Личная гигиена. Утренний и вечерний туалет. Содержание, правила и прием выполнения, значение	2		Личная гигиена Утренний туалет Вечерний туалет	Умывание лица и чистка зубов, используя инструкционную карту	Коррекция слухового и зрительного восприятия через выделение нужного предмета
3,4	Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета. Правила хранения. Уход.	2		Предметы и средства личной гигиены	Мытье личной расчески Способы хранения зубной щетки	Коррекция внимания через соблюдения правил
5,6	Уход за волосами. Средства. Практическая работа. Уход за волосами.	2		Систематический уход массаж	Работа с текстом. Мытье головы	Коррекция внимания через работу с технологической картой.
7,8	Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила сохранения зрения. Медицинские учреждения Сузуна.	2		зрение глаз врач-офтальмолог категорически запрещается	Гимнастика для глаз Игра «Ориентирование в пространстве»	Коррекция зрительного восприятия через дорисовывание симметричного изображения
	Питание – 28 часов					
9,	Значение питания в жизни человека.	2		белки	Распределить картинки	Коррекция слухового и

10	Разнообразие продуктов.			жиры углеводы витамины	на 2 группы: полезные и неполезные продукты.	зрительного восприятия через выделение нужного предмета
11, 12	Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания.	2		правильное питание нормы питания режим питания	Составление правил, которые обеспечивают хорошее состояние здоровья	Коррекция дефектов мыслительной деятельности через загадки, кроссворд
13, 14, 15	Место для приготовления пищи и его оборудование. Кухня в моей квартире.	3		кухня оборудование	Группировка предметов по их свойствам и признакам	Коррекция внимания через поиски нужного предмета
16,	Кухонная посуда: виды.	1		кухонная посуда эмалированная алюминиевая никелированная	Составление памятки «Правила ухода за кухонной посудой».	Коррекция внимания через поиски нужного предмета
17, 18,	Функциональное назначение кухонной посуды.	2				
19	Правила ухода за кухонной посудой.	1				
20, 21	Предметы для сервировки стола: назначение и уход.	2		сервировка скатерть столовые приборы	Составление кроссворда	Коррекция внимания через поиски нужного предмета, работу с технологической картой
22, 23, 24	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. <i>РК.</i> Хлебные магазины и комбинаты.	3		хлеб хлебные изделия хлебница	Составление памятки «Хранения хлебобулочных изделий»	Коррекция мыслительной деятельности через упражнения в классификации, обобщении, выделении общих признаков.
25, 26	Приготовление простых и сложных бутербродов. Вторичное использование черствого хлеба. Практическая работа.	2		бутерброд канапе тартинки	Приготовление разных видов бутербродов.	Коррекция внимания через работу с технологической картой.
27, 28	Овощные салаты: виды, способы приготовления.	2		салат винегрет	Составление рецептов разных видов салатов	Коррекция внимания через поиски нужного предмета.
29, 30	Практическая работа. Приготовление винегрета.	2		винегрет квашеная капуста маринад	Приготовление винегрета	Коррекция внимания через работу с технологической картой.
31,	Виды чая. Способы заваривания чая.	2		чай	Составление рецептов	Коррекция дефектов

32	Практическая работа.			душица мята зверобой	заваривания чая.	мыслительной деятельности через загадки, кроссворд
33, 34	Посуда для завтрака. Сервировка стола к завтраку. Практическая работа. <i>РК. Магазин «Посуда центр»</i>	2		фарфор фаянс	Ролевая игра «Чаепитие»	Коррекция зрительного восприятия через работу с планом
35, 36	Повторительно-обобщающий урок «Питание». Тест.	2		изученный словарь	Выполнение тестовых заданий	Коррекция долговременной памяти
Одежда и обувь – 12 часов						
37, 38, 39, 40	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.	4		деловая праздничная спортивная повседневная летняя зимняя демисезонная	Раскладывание иллюстраций в соответствии с текстом	Коррекция слухового и зрительного восприятия через выделение нужного предмета Коррекция умения работать самостоятельно.
41, 42	Головные уборы: виды и назначение.	2		летние зимние демисезонные	Выбор головных уборов по времени года	Коррекция зрительного восприятия через поиски нужного предмета
43, 44	Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	2		моль нафталин	Работа с текстом. Составление памятки «Правила хранения одежды»	Развитие внимания через поэтапный анализ.
45, 46	Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения, вида материалов.	2		спортивная, домашняя, выходная кожаная, замшевая текстильная, резиновая	Упражнения в группировке предметов. Обобщение, исключение через дидактическую игру «Четвёртый лишний».	Коррекция слухового и зрительного восприятия через выделение нужного предмета
47, 48	Хранение обуви: способы и правила. Практическая работа.	2		обувная щетка обувной крем полка для обуви	Работа с текстом. Составление памятки «Правила хранения обуви»	Развитие внимания через поэтапный анализ

Семья – 4 часа						
49, 50	Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников, возраст, дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. РК. «Моя семья»	2		фамилия отчество родственники профессия	Составление родового древа, рассказа о семье (состав семьи, профессии родителей)	Коррекция монологической речи
51, 52	Взаимоотношения между родственниками.	2		взаимоотношения	Составление рассказа «Моя семья»	Коррекция монологической речи
Жилище – 6 часов						
53, 54	Типы жилых помещений в городе и сельской местности. РК. Виды жилья в моем городе	2		жилище город село жилой дом собственное жилье	Составление таблицы: городское и сельское жилье	Коррекция мыслительной деятельности через упражнения в классификации, обобщении, выделении общих признаков.
55, 56	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	2		ванна туалет баня	Карточка «Найди отличия»	Коррекция зрительного восприятия через работу с картинками
57, 58	Почтовый домашний адрес. Практическая работа. РК. Мой домашний адрес.	2		адрес улица дом	Заполнение почтового конверта	Формирование умения работать по образцу
Средства связи – 2 часа						
59, 60	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. РК. Средства связи Сузуна.	2		почта телефон телевидение компьютер радио	Нахождение ответов в тексте.	Формирование социальных отношений в обществе через пользование средствами связи.
Транспорт – 2 часа						
61, 62	Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Практическая работа. РК. Транспорт города Магнитогорска	2		трамвай маршрутное такси пассажир водитель	Решение проблемных задач	Развитие наглядно-образного мышления.
Охрана здоровья – 6 часов						

Жилище – 6 часов

53, 54	Типы жилых помещений в городе и сельской местности. РК. Виды жилья в моем городе	2		жилище город село жилой дом собственное жилье	Составление таблицы: городское и сельское жилье	Коррекция мыслительной деятельности через упражнения в классификации, обобщении, выделении общих признаков.
55, 56	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	2		ванна туалет баня	Карточка «Найди отличия»	Коррекция зрительного восприятия через работу с картинками
57, 58	Почтовый домашний адрес. Практическая работа. РК. Мой домашний адрес.	2		адрес улица дом	Заполнение почтового конверта	Формирование умения работать по образцу

Средства связи – 2 часа

59, 60	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. <i>РК</i> . Средства связи Сузуна.	2		почта телефон телевидение компьютер радио	Нахождение ответов в тексте.	Формирование социальных отношений в обществе через пользование средствами связи.
--------	---	---	--	---	------------------------------	--

Транспорт – 2 часа

61, 62	Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Практическая работа. РК. Транспорт города Магнитогорска	2		трамвай маршрутное такси пассажир водитель	Решение проблемных задач	Развитие наглядно-образного мышления.
--------	---	---	--	---	--------------------------	---------------------------------------

Охрана здоровья – 6 часов

63, 64, 65, 66	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	4		доврачебная помощь врачебная помощь врач	Сюжетно-ролевая игра «Вызов врача»	Коррекция диалогической речи
67, 68	Повторительно - обобщающий урок. Тест	2		словарь по теме	Выполнение тестовых заданий	Коррекция долговременной памяти.

6. Учебно-методическое обеспечение

1. Комарова С.В., Александрова Е.Л. Основы социальной жизни. 6 класс. (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями). – М.; Просвещение, 2026г