

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Комитет образования и науки Волгоградской области
Отдел образования, опеки и попечительства администрации
Урюпинского муниципального района**

МБОУ Салтынская СШ

РАССМОТРЕНО

на педсовете

Протокол № 9

от «30» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы:



Л.В. Шумилина

Приказ № 106

от «30» июня 2026 г.



АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

(вариант 1)

для обучающихся 6 класса

х. Салтынский, 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) .

Учебник «Основы социальной жизни 6 класс» для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы (ФГОС ОВЗ). Составители Комарова С.В., Александрова Е.Л. М.: издательство «Просвещение», 2024.

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.

Цель – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи :

- овладение обучающимися 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 6 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование знаний отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- формирование умений называть торговые организации, их виды и назначения;
- формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;
- формирование умений соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения.

Обучение «Основам социальной жизни» в 6 классе носит основы теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 6 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На втором году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

Межпредметные связи: курс «Основы социальной жизни» имеет много смежных тем с учебными предметами из других предметных областей: «Технология», «Естествознание», «Математика», «Язык и речевая практика», «Человек и общество».

Длительность программы: 1 учебный год.

Количество часов: 68 часа в год (2 час в неделю).

Форма промежуточной аттестации – контрольная работа.

При обучении следует учитывать неоднородность состава класса (группы) и осуществлять индивидуально-дифференцированный подход к учащимся.

1 группа: успешно справляется с различными видами работ, допускают незначительное количество ошибок. Некоторые задания выполняют при оказании направляющей и стимулирующей помощи педагога. С помощью учителя могут выделить допущенные ошибки и исправить их. Эти учащиеся стремятся качественно выполнить задания. Не нуждаются в постоянном контроле.

2 группа: испытывают трудности в усвоении учебного материала. Знания носят ситуативный характер. Самостоятельно в задании не ориентируются, не удерживают инструкцию. Учащиеся не выделяют ошибок и не могут их исправить, даже с помощью учителя, не могут оценить свою работу и не стремятся качественно выполнить задание. Нуждаются во всех видах помощи со стороны педагога.

Учебно-тематический план 6 класс.

четверть	№ раздела	Наименование раздела	Всего часов	В том числе, часы контрольных работ
I	1	Семья	16	
	Всего часов		16	1
II.	1	Домоводство	16	
	Всего часов		16	1
III.	1	О вкусной и здоровой пище	20	
	Всего часов		20	1
IV.	1	Домоводство	14	
	Всего часов:		14	1
	Итого:		68	4

Содержание учебного предмета.

Домоводство

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 распространённые болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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.

Питание

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование чёрствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и её 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.

Приём пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

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 расчёт продуктов для завтрака. Посуда.

Семья

Я сам. Какие планы? От чего я свободен в свободное время.

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др., правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение музеев, театров и т. Д.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. Д.

За покупками. знаю, понимаю, умею.

Оценка знаний, умений и навыков обучающихся.

Оценка знаний, умений и навыков обучающихся производится в соответствии с Положением о текущей, промежуточной аттестации обучающихся КГБОУ "Красноярская школа №3".

Знания и умения учащихся по математике оцениваются по результатам их индивидуального и фронтального опроса, текущих и итоговых письменных работ (тесты, самостоятельные и контрольные работы).

Оценка деятельности учащихся производится по 5 бальной системе: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

Отметку «отлично» получают дети, если верно выполнено свыше 95% заданий.

Отметку «хорошо» получают дети, если верно выполнено от 75% до 94% заданий.

Отметку «удовлетворительно» получают дети, если верно выполнено от 50% до 74% заданий.

При устном опросе:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: правильно понимает сущность вопроса, может с помощью учителя или самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки.

-Оценка «4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

-Оценка «3» ставится в том случае, если обучающийся правильно понимает сущность рассматриваемых понятий, но при ответе: обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; испытывает затруднения в определении основных понятий, определений, правил; отвечает неполно на вопросы учителя, недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение, нуждается в постоянной помощи учителя; не может применить знания в новой ситуации и связать с ранее изученным материалом.

-Оценка «2» ставится в том случае, если обучающийся: не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов; имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов; не умеет использовать средства наглядности; при ответе допускает ошибки, которые не может исправить даже при помощи учителя; допустил больше ошибок, чем необходимо для оценки 3.

При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объеме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

- Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

- Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%- 50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности. 13

-Оценка «2» ставится, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере (незнание основного программного материала).

Критерии оценки знаний и умений на уроках основы социальной жизни за выполнение практической работы.

«5» - ставится за безошибочную выполненную работу, выполненную в соответствии с планом, инструкционной и технологической картой, за отведённое время.

«4» - ставится за работу, выполненную качественно с незначительными нарушениями. Нарушен порядок работы по инструкции или плану.

«3» - ставится за работу, выполненную с нарушениями.

- значительные нарушения выполнения последовательности плана работы или порядка работы по инструкции.

- выполнение работы с ошибками.

«2» - ставится за невыполненную работу.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- ✓ овладение начальными трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- ✓ формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками на уроках ОСЖ;
- ✓ сформированность установки на бережное отношение к материальным ценностям;
- ✓ воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств.

Предметные:

Минимальный уровень:

- ✓ представления о продуктах питания, относящихся к отдельным группам (хлеб, хлебобулочные изделия, специи, приправы, чай, кофе, яйца), понимание их значения для здоровья человека;
- ✓ приготовление под руководством учителя несложных видов блюд для завтрака;
- ✓ представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- ✓ соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- ✓ соблюдение изученных правил ухода за одеждой в повседневной жизни;
- ✓ знание названий некоторых предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- ✓ знание названий некоторых торговых организаций и их назначения;
- ✓ соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, социально-досуговых учреждениях).

Достаточный уровень:

- ✓ знание способов хранения и переработки продуктов питания (хлеб, хлебобулочные изделия, крупы, яйца, чай, кофе, приправы, специи);
- ✓ самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд на завтрак;
- ✓ соблюдение правил поведения в общественных местах;
- ✓ представления о морально-этических нормах поведения;
- ✓ некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытьё посуды);
- ✓ пользование средствами связи для решения практических житейских задач

Программное учебно-методическое оснащение учебного плана

Класс	Количество часов в неделю согласно учебному плану школы	Реквизиты программы	УМК обучающихся	УМК учителя
6	2	Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)	Учебник «Основы социальный жизни 5 класс» для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы (ФГОС ОВЗ). Составители Комарова С.В., Александрова Е.Л. М.: издательство «Просвещение», 2024.	Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 5-9 классы. Сборник №1 Автор: В.В. Воронкова Издательство «Просвещение» Москва, 2011г. Таблицы, индивидуальный раздаточный материал, медиа презентации, интрнет-ресурс «Социально-бытовая ориентировка» для образовательных учреждений VII-VIII видов. Контрольно-измерительные приборы. 5-9 классы Автор: С.П. Дерябина. Издательство «Учитель», г. Волгоград, 2014г.

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№	Название раздела, темы урока	Кол-во часов по разделу	Кол-во часов по теме	Дата	Примечания
I четверть (16 ч)					
	Семья	16			
1	Какие планы?		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	Место работы членов семьи, должности, профессии		1		
9	Взаимоотношения между родственниками		1		
10	Увлечения для развлечения		1		
11	Какие планы на выходные?		1		
12	Виртуальная экскурсия		1		
13,14	Проектная работа «Мне скучать некогда! А вам?»		2		
15	Музей – это интересно!		1		
16	Тематическая экскурсия по выбору учителя		1		
II четверть (16ч)					
	Домоводство	16			
1,2	Животные в доме человека		2		
3,4	Экзотические животные		2		
5,6	Забота о домашних животных		2		
7	Собака –верный друг		1		
8	Кошка – ласковый домашний хищник		1		
9,10	Декоративные птицы		2		
11,12	Домашняя ферма		2		
13	Ветеринарная служба		1		
14	Тематическая экскурсия по выбору учителя		1		
15	«О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах»		1		
16	Мои домашние питомцы		1		
III четверть (20ч)					
	О вкусной и здоровой пище	20			
1,2	Еда – только с пользой для здоровья!		2		
3	Первое блюдо		1		
4	Второе блюдо		1		
5	Салаты		1		
6	Приготовление салата		1		

7	Идеальный завтрак		1		
8	Продукты для правильного завтрака в любой части мира		1		
9	Продукты, которые нежелательно употреблять часто		1		
10	Хлеб – всему голова!		1		
11,12	Каша – матушка наша		2		
13,14	Раз яичко, два яичко		2		
15,16	Секреты вкуса: специи и пряности		2		
17	Чай или кофе?		1		
18	Как заварить листовый чай. Практическая работа		1		
19	Кофе		1		
20	Тематическая экскурсия по выбору учителя		1		
IV четверть (16 ч)					
	Домоводство	16			
1	Секреты бережной стирки		1		
2	Ручная стирка		1		
3	Машинная стирка		1		
4	Поговорим о домашнем уюте		1		
5	Уход за корпусной мебелью		1		
6	Уход за мягкой мебелью		1		
7	Уход за зеркальной поверхностью		1		
8	Уход за коврами		1		
9,10	За покупками!		2		
11,12	Как сделать покупки через интернет		2		
13	Тематическая экскурсия		1		
14-16	итоговая проектная работа (по выбору учителя) Тема проекта: «Дом в моём стиле»		3		

Средства контроля по предмету «Основы социальной жизни» для 6 класса

Контрольная работа за год

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. Столовая посуда – это	Тарелка Вилка Ложка Кастрюля Шумовка Нож Дуршлаг
6. Посуда для приготовления пищи – это	Тарелка Вилка Ложка Кастрюля Шумовка Нож Дуршлаг
7. Родственные отношения	Мать Брат Подружка Сестра Отец Дедушка Сосед Бабушка
8. Что нужно для стирки белья	1. Таз 2. Крем 3. Холодная вода 4. Теплая вода 5. Мыло туалетное 6. Мыло хозяйственное
9. Для какого вида ткани эти обозначения на утюге	* ** ***