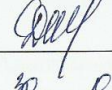




Шиняевский филиал  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Высоковская средняя общеобразовательная школа»

Согласованно

Заместитель директора по УВР

  
О.В. Доронина  
« 20 » 08 2019 г.

Утверждаю

Приказ № 30 от 20.08.2019 г.

Директор школы  О.В. Комарова  
« 20 » 08 2019 г.



**Адаптированная  
рабочая программа  
по основам социальной жизни  
для обучающихся 7 класса  
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
на 2019-2020 учебный год**

Составитель: Копылов О.В.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Статус документа

Адаптированная рабочая программа по курсу «Основы социальной жизни» для учащихся 7 класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана на основе государственной программы для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида (под редакцией В.В. Воронковой), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

### Структура документа

Адаптированная рабочая программа включает разделы: пояснительную записку, планируемые результаты изучения предмета, тематическое планирование, содержание учебного предмета. Место предмета в учебном плане

Учебный план отводит не менее 68 учебных часов для обязательного изучения основ социальной жизни в 7 классе, из расчета 2 часа в неделю.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА

*В результате освоения предметного содержания по основам социальной жизни у учащихся, оканчивающих 7 класс, формируются учебные действия:*

#### ЛИЧНОСТНЫЕ

**У учащихся будут сформированы:**

социально-трудовые и профессиональные навыки современного человека, способного к успешной адаптации в социуме;  
основные моральные нормы и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;  
уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;

**могут быть сформированы:**

установка на здоровый образ жизни и её реализация в своём поведении;  
уважительное отношение к созидательной деятельности человека на благо семьи, страны.

#### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

##### Регулятивные

Учащиеся научатся:

организовывать свое рабочее место под руководством учителя;  
осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном;  
планировать собственную деятельность и вносить свои коррективы, проявлять инициативу; *получат возможность научиться:*

оценивать правильность выполнения задания и вносить необходимые коррективы.

##### Познавательные

Учащиеся научатся:

- ориентироваться в учебниках (система обозначений, структура текста, рубрики, словарь, содержание);
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника (под руководством учителя);
- понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем;
- сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие;
- группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям.

**получат возможность научиться:**

- самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную;

### **Коммуникативные**

Учащиеся научатся:

- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;
- вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное);

**получат возможность научиться:**

- организовывать проверку выполненной работы;

## **ПРЕДМЕТНЫЕ**

Учащиеся научатся:

- различать разные группы продуктов питания; понимать их значение для здорового образа жизни человека;
- готовить несложные виды блюд под руководством учителя;
- соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- решать типовые практические задачи под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
- соблюдать некоторые правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

**получат возможность научиться:**

- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;
- составлять меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;
- самостоятельно совершать покупки различных видов товара;
- накрывать стол с учетом конкретного меню;

### **Планируемые результаты формирования УУД.**

#### ***Регулятивные УУД***

Организует рабочее место.

Соблюдает режим учебной работы

Совместно с учителем разрабатывает алгоритм действия с новым учебным материалом.

Понимает, принимает и сохраняет учебную задачу, соблюдает последовательность действий по ее решению.

Следует установленным правилам в планировании и контроле способа решения учебной задачи.

Осуществляет итоговый и пошаговый контроль, сравнивая способ действия и его результат с эталоном, требованиями конкретной задачи.

Корректирует план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата.

Самостоятельно определяет цель, проблему в учебной деятельности

Адекватно оценивает учебную работу на основе заданных критериев, алгоритма.

Адекватно определяет причины успешности и неуспешности в учебной деятельности, сопоставляя цель, ход и результат деятельности с помощью учителя.

### ***Познавательные УУД***

Осуществляет поиск в учебниках и других источниках, в том числе используя ИКТ, достоверную информацию, необходимую для решения учебных задач

Сравнивает объекты по заданным критериям

Создает и преобразовывает модели и схемы для решения задач

Решает задачи разными способами.

Анализирует (в том числе выделяет главное, разделяет на части) и обобщает, доказывает, делает выводы, определяет понятия; строит логически обоснованные рассуждения на простом уровне

Осуществляет синтез (составляет целое из частей).

Проводит сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая для этого основания и критерии

Устанавливает причинно-следственные связи на простом уровне

Строит логическое рассуждение, выражая причинно-следственные связи.

Подводит под понятие (распознает объект, выделяет его существенные признаки и на их основе определяет принадлежность объекта к тому или иному понятию)

Владеет смысловым чтением: самостоятельно вычитывает фактуальную, подтекстовую информацию

Выделяет главную мысль (мысли) текста, определяет главное и второстепенное.

Осваивает основы реализации проектно-исследовательской деятельности

### ***Коммуникативные УУД***

Определяет цели, распределяет функции участников, правила и способы взаимодействия.

Контролирует и корректирует действия партнёра на основе совместно определенных критериев

Задает партнеру вопросы по способу выполнения действия.

Умеет с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

владеет монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

Продуктивно содействует разрешению конфликтов

Грамотно строит высказывания в устной и письменной форме (использует речевые средства)

Извлекает информацию, данную в неявном виде

Объясняет непонятные слова из контекста

При изложении заданного вопроса придерживается темы.

Высказывает оценочные суждения и свою точку зрения о прочитанном тексте.

Излагает своё мнение (в монологе, диалоге), аргументируя его, подтверждая фактами.

Корректирует своё мнение под воздействием контраргументов, достойно признает его ошибочность

Умеет организовывать работу в паре (самостоятельно определять цели, роли, задавать вопросы, выработать решения)

### *Личностные УУД*

Делает осознанный выбор поручений в классе

Стремится расширить свой кругозор. Активен в поиске новых знаний.

Ориентируется в социальных ролях.

Интересуется историей своей семьи, малой родины, своего народа.

Сопоставляет поступки (свои и окружающих людей) с моральными нормами и стремится их выполнять.

Различает формы поведения, допустимые на уроке, перемене, на улице, в др. общественных местах.

Корректирует свое поведение на основе чувств стыда, вины, совести.

Стремится к сохранению здоровой окружающей среды.

Сопоставляет свой образ жизни с нормами и ценностями здорового образа жизни.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов
1.	Личная гигиена	4
2.	Торговля	4
3.	Учреждения, организации и предприятия	4
4.	Жилище	10
5.	Одежда и обувь	10
6.	Питание	14
7.	Семья	4
8.	Транспорт	6
9.	Экономика домашнего хозяйства	4
10.	Медицинская помощь	4
11.	Средства связи	4
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Личная гигиена (4 ч.)**

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур. Правила и приемы ухода за органами зрения. Уход за глазами. Практическая работа. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых.

### **Торговля (4ч.)**

Основные виды магазинов. Их назначения. Правила поведения в магазине. Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара. Порядок покупки товара в продовольственном магазине.

### **Учреждения, организации и предприятия (4ч.)**

Учреждения, организации и предприятия. Дошкольные учреждения – детские сады с ясельной группой и без нее. Школа.

### **Жилище (10ч.)**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Практическая часть. Уборка класса. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уборка помещения. Практическая работа. Пылесос. Использование в уборке электропылесоса. Уборка помещения, мытье зеркал, утепление окон. Практическая работа. Уход за мебелью, в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка).

### **Одежда и обувь (10ч.)**

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Практическая работа. Пришивание пуговиц. Правила и приемы ручной стирки из х/б тканей. Стирка изделий из х/б ткани вручную. Практическая работа. Утюг. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток. Утюжка изделий из х/б ткани.

### **Питание (14ч.)**

Гигиена приготовления пищи. Выбор продуктов. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов. Продукты первой необходимости. Правила безопасной работы на кухне. Инструктаж по ТБ. Приготовление пищи с минимум тепловой обработка на электроплите (бутерброды). Приготовление каши на воде. Практическая работа. Приготовление каши на молоке. Практическая работа. Заваривание чая. Практическая работа. Приготовление омлета. Практическая работа. Отваривание картофеля. Практическая работа. Сервировка стола к ужину.

### **Семья (4 ч.)**

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность. Права и обязанности каждого члена семьи. Культура поведения. Правила поведения в общественных местах: в кинотеатре, в библиотеке. Сюжетная игра. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Культура разговора со старшими и сверстниками.

### **Транспорт (6 ч.)**

Городской транспорт. Оплата проезда: (разовый проездной, проездной единый билет). Наиболее рациональные маршруты передвижения. Автостанция. Пригородные автобусы. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Обобщение пройденной темы. Правила дорожного движения.

### **Экономика домашнего хозяйства (4ч.)**

Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

### **Медицинская помощь (4ч.)**

итализация. Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека. Экскурсия в аптеку. Товар по рецепту. Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, регистраторы, и др.

### **Средства связи (4ч.)**

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, посылка, перевод). Виды писем. Порядок отправления письма. Стоимость. Практическая работа. Написание адреса на почтовых конвертах, на открытках. Практическая работа. Составление текста письма и телеграммы.



## Календарно-тематическое планирование по основам социальной жизни

Количество часов в неделю: 2 часа

Всего по программе: 68 часов

№	Тема урока	Кол-во часов	Формы обучения	Способ получения	Даты проведения занятий в очной форме	
					План	Факт
<b>«Личная гигиена» 4 часа</b>						
1	Особенности личной гигиены в жизни подростка	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
2	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Торговля» 4 часа</b>						
3	Универсамы и универмаги	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
4	Экскурсия в магазин	2		Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Учреждения, организации, предприятия» 4 часа</b>						
5	Промышленные предприятия	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
6	Сельскохозяйственные объекты	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Жилище» 10 часов</b>						
7	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
8	Сухая и влажная уборка помещения	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
9	Мытье полов	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
10	Уход за мебелью	2	очная	Индивидуальные занятия с		

				учителем		
11	Животные в доме	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Одежда» 10 часов</b>						
12	Виды штопки	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
13	Ремонт одежды и обуви	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
14	Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
15	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
16	Правила пользования «Химчисткой». Виды услуг	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Питание» 14 часов</b>						
17	Составные части обеда. Значение первых и вторых блюд в питании	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
18	Приготовление закусок	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
19	Приготовление первого блюда на мясном бульоне	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
20	Приготовление супа из рыбных консервов	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
21	Приготовление мясных блюд	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
22	Приготовление третьих блюд	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
23	Сервировка стола	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Семья» 4 часа</b>						
24	Помощь родителям и учителям в уходе за младшими детьми	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
25	Помощь	2	очная	Индивидуальн		

	родителям и учителям в соблюдении чистоты в школе, дома			ые занятия с учителем		
<b>«Транспорт» 6 часа</b>						
26	Железнодорожный пассажирский транспорт	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
27	Виды пассажирских вагонов	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
28	Приобретение железнодорожных билетов	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Экономика домашнего хозяйства» 4 часа</b>						
29	Деньги	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
30	Бюджет семьи	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Медицинская помощь» 4 часа</b>						
31	Домашняя аптечка. Лекарственные растения	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
32	Оказание первой помощи при травмах	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
<b>«Средства связи» 4 часа</b>						
33	Бандероли	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		
34	Экскурсия на почту	2	очная	Индивидуальные занятия с учителем		