



Министерство просвещения Российской Федерации
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)

федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Неманское специальное учебно-воспитательное учреждение
закрытого типа»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий учебной частью

 Г.С. Вольските

«02» июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 А.В. Катаева

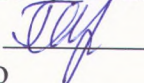
«02» июня 2025 г.



Адаптированная рабочая программа
по предмету «Основы социальной жизни»
6 «Б» класса
для обучающихся с нарушениями интеллекта
учитель Трасковская Наталия Ивановна
2025 – 2026 учебный год

Рассмотрено на заседании МО
учителей

(протокол № 9 от 28.05.2025)

Руководитель МО 
И.С. Гайвороненко

г. Неман
2025 год

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание тем учебного предмета
3. Планируемые результаты освоения учебного предмета
4. Тематическое планирование учебного предмета

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по основам социальной жизни (ОСЖ) для обучающихся с нарушением интеллекта разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 6 классе в ФГБПОУ «Неманского специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа». Программа определяет минимальный объем содержания курса ОСЖ для основного общего образования

Программа разработана на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 7-9 классы под редакцией доктора педагогических наук В. В. Воронковой. – М.: «Просвещение» и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Рабочая программа разработана с учетом Программы воспитания учреждения на 2023 – 2027 года и нацелена на коррекцию поведения обучающихся, социализацию и адаптацию их в современном обществе, налаживание ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми, формирование у них системных знаний, в том числе о различных аспектах развития России и мира, гражданской идентичности в рамках преподавания учебного предмета.

Цель: практическая подготовка обучающихся с нарушением интеллекта к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства;
- воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения;

- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности;
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;
- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;
- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с нарушением интеллекта. Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Развитие всех психических процессов у детей с нарушением интеллекта отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с нарушением интеллекта в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с нарушением интеллекта оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Сроки реализации программы:

Согласно базисного учебного (образовательного) плана в 5 классе на изучение предмета «ОСЖ», отводится 2 учебных часа в неделю (68 уроков в год).

2. Содержание учебного предмета

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у обучающихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего

хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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 детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотических и токсических веществ на живой организм.
«Одежда и обувь»	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.
«Питание»	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.
«Семья»	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
«Жилище»	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.
«Транспорт»	Городской транспорт. Оплата поезда на всех видах транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание.

	Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.
«Торговля»	Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.
«Средства связи»	Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.
«Учреждения, организации и предприятия»	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи.

различных практических работ

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты.

гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;

- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общественно-полезную социальную деятельность;
- осознанно относиться к выбору профессии;
- соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Предметные результаты освоения определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога 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 сезонных явлений и их особенностей, название месяцев
- знание способов хранения и переработки 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 и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

4. Тематическое планирование учебного предмета

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Используемые электронные (цифровые) ресурсы
1-2	Инструктаж по ТБ	2	Лекция
3-4	Закаливание организма	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
5-6	Входная контрольная	2	тест

	работа.		
7-8	Значение опрятного вида человека. Анализ контрольной работы.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
9-10	Правило пришивания крючков, пуговиц, вешалок	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
11-12	Зашивание распоровшегося шва Практическая работа	22	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
13-14	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
15-16	Глажение мелких изделий	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
17-18	Глажение изделий из хлопка	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
19-20	Хранение продуктов и готовой пищи	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
21-22	Способы выбора продуктов	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
23-24	Приготовление пищи с минимальной тепловой обработкой	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
25-26	Чтение и составление рецепта приготовления блюд	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
27-28	Блюда из круп Практическая работа	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
29-	Промежуточная	2	тест

30	контрольная работа за 1 полугодие		
31-32	Варка яиц. Анализ контрольной работы.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
33-34	Приготовления блюда из картофеля Практическая работа	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
35-36	Членов семьи	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
37-38	Место работы членов семьи	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
39-40	Поведение в музее, библиотеке, кино и театре. Практическая работа	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
41-42	Гигиенические требования к жилому помещению, и влажная уборка	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
43-44	Уход за мебелью, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал и окон. Практическая работа	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
45-46	Городской транспорт	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
47-48	Маршрут передвижения к школе и домой	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
49-50	Пригородные поезда расписания Направления, ж/д зоны билетов	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
51-52	Магазины промтовары. Отделы.	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru

	Экскурсия		
53-54	Порядок приобретения товара Обмен товара по чеку	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
55-56	Основные средства связи	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
57-58	Виды почтовых отправлений, писем, посылки	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
59-60	Виды медицинских учреждений Работники медицинских учреждений	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
61-62	Виды медицинской помощи Приобретения лекарств	2	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
63-64	Промежуточная контрольная работа за 1 полугодие	2	тест
65-67	Детские дошкольные учреждения, школы, лицеи, колледжи	3	https://pedsovet.su/publ/ https://infourok.ru
68	Итоговый урок.	1	

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью 10 страниц.

(подпись)
Директор Неманского СУВУ
А. В. Катаева

