

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Покурская общеобразовательная средняя школа»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол от 31.08.23 г. № 1
Руководитель ШМО
_____ /Боровинская Л.М./

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора
_____ /О.Д..Бас./
« 31 » августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО приказом директора
МБОУ Покурская ОСШ
_____ /Л.В.Калинина/
« 31» августа 2023 г. № 178

Адаптированная рабочая программа
для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
по основам социальной жизни
для 7 класса

Рабочую программу составила:
Ивачева Л.А., олигофренопедагог

2023/2024 учебный год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 17.02.2021 № 10-ФЗ, от 24.03.2021 № 51-ФЗ, от 05.04.2021 № 85-ФЗ, от 20.04.2021 № 95-ФЗ, от 30.04.2021 № 114-ФЗ, от 11.06.2021 № 170-ФЗ, от 02.07.2021 № 310-ФЗ, от 02.07.2021 № 351-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Покурская ОСШ»;
- Учебный план МБОУ «Покурская ОСШ» для обучающихся с ОВЗ.

Рабочая программа разработана в соответствии с Обязательным минимумом содержания образования школьников в области человек и общество и Минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся основной школы по основам социальной жизни, а также с учетом психофизических особенностей обучающихся с ОВЗ.

По учебному плану МБОУ Покурская ОСШ на 2022/2023 учебный год на изучение основ социальной жизни в 7 классе отводится 2 часа в неделю. По календарному учебному графику продолжительность учебного года для учащихся 7-ого адаптивного класса составляет 35 недель. На изучение основ социальной жизни отведено 70 часов.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы:

Личностные результаты:

- 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:

<i>Минимальный уровень</i>	<i>Достаточный уровень</i>
Личная гигиена	
<p>Рассказывать о правилах личной гигиены.</p> <p>Называть санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Рассказывать о правилах смены одежды, нательного и постельного белья.</p> <p>Различать индивидуальные предметы гигиены.</p>	<p>Соблюдать и выполнять правила личной гигиены подростка.</p> <p>Характеризовать индивидуальные предметы гигиены.</p> <p>Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Соблюдать правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p>
Одежда	
<p>Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя.</p> <p>Знать особенности стирки цветного и белого белья.</p> <p>Рассказывать правила пользования моющими средствами.</p> <p>Рассказывать о последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей.</p> <p>Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p>	<p>Ремонтировать разорванные места одежды.</p> <p>Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Гладить одежду и белье.</p> <p>Называть правила пользования моющими средствами.</p> <p>Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p>

	<p>Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Рассказывать о правилах подготовке вещей к сдаче в чистку.</p>
Питание	
<p>Рассказывать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Готовить обед, оформлять готовые блюда, сервировать стол под руководством учителя.</p>	<p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Характеризовать последовательность приготовления блюд.</p> <p>Готовить обед</p> <p>Оформлять готовые блюда.</p> <p>Сервировать стол к обеду.</p>
Семья	
<p>Одевать малышей на прогулку.</p> <p>Помогать малышам при уборке игрушек.</p> <p>Разучивать тихие и подвижные игры.</p>	<p>Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.</p> <p>Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры.</p>
Культура поведения	
<p>Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>	<p>Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>
Жилище	
<p>Выполнять элементарную уборку помещения.</p> <p>Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон.</p>	<p>Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения.</p> <p>Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье</p>

<p>Рассказывать о правилах ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Ухаживать за животными.</p>	<p>окон.</p> <p>Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.</p> <p>Рассказывать о правилах содержания в доме собаки, кошки и попугая.</p>
<p>Транспорт</p>	
<p>Называть функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения.</p>	<p>Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов.</p> <p>Ориентироваться в расписании.</p> <p>Приобретать билеты в железнодорожной кассе.</p> <p>Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала, центральную железнодорожную справочную по телефону.</p>
<p>Торговля</p>	
<p>Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов, их отделы.</p> <p>Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>	<p>Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов.</p> <p>Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине.</p> <p>Подсчитывать стоимость покупок.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>
<p>Средства связи</p>	

<p>Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли.</p> <p>Заполнять бланки для отправки бандероли с помощью учителя.</p>	<p>Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью.</p> <p>Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей.</p> <p>Заполнять бланки на отправку бандеролей.</p> <p>Составлять опись посылаемых предметов.</p> <p>Упаковывать бандероль.</p>
<p>Медицинская помощь</p>	
<p>Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки.</p> <p>Называть местные лекарственные растения.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога.</p>	<p>Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Распознавать местные лекарственные растения.</p> <p>Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.</p> <p>Пользоваться термометром.</p> <p>Готовить отвары и настои из лекарственных растений.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p>
<p>Учреждения, организации и предприятия</p>	
<p>Называть промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>	<p>Классифицировать промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>
<p>Экономика домашнего хозяйства</p>	
<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи под руководством педагога.</p>	<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи.</p>

Составлять доверенность на получение заработной платы под руководством педагога.	Составлять доверенность на получение заработной платы.
--	--

3.Содержание учебного предмета

1. Личная гигиена - 4 ч.
Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
2. Одежда - 8 ч.
Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку.
3. Питание - 12 ч.
Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.
4. Семья - 4 ч.
Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.
5. Культура поведения - 4 ч.
Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира.

Пр.р.
6. Жилище- 8 ч.
Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Пр.р. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.
7. Транспорт - 4 ч.
Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.
8. Торговля - 4 ч.
Универсальные и специализированные протоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в протоварный магазин. Приобретение товаров в протоварном магазине. Пр.р.
9. Средства связи - 4 ч.
Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. Экскурсия на почту.
10. Медицинская помощь - 6 ч.
Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Пр.р. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.
11. Учреждения, организации и предприятия - 4 ч.
Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.
12. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.
Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.

Определение дохода семьи. Пр.р. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.

4.Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание темы	Кол-во часов	Дата проведения	
	Личная гигиена – 4 ч.			
1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	1	01.09	
2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	1	07.09	
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	1	08.09	
4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1	14.09	
	Одежда – 8 ч.			
5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1	21.09	
6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	1	22.09	
7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1	28.09	
8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	1	29.09	
9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1	29.09	
10	Утюжка белья, брюк. Пр.р.	1	30.09	
11	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1	05.10	
12	Экскурсия в химчистку.	1	06.10	
	Питание – 6 ч.			
13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда.	1	12.10	
14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1	13.10	
15	Приготовление закусок.	1	19.10	
16	Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	1	20.10	
17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1	26.10	
18	Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	1	27.10	

	Питание – 6 ч.			
19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1	09.11	
20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р.	1	10.11	
21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	1	11.11	
22	Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р.	1	16.11	
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1	17.11	
24	Сервировка стола к обеду.	1	23.11	
	Семья– 4 ч.			
25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1	24.11	
26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	1	30.11	
27	Разучивание тихих и подвижных игр.	1	01.12	
28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.	1	07.12	
	Культура поведения– 4 ч.			
29	Поведение в гостях.	1	14.12	
30	Правила поведения при встрече и расставании.	1	15.12	
31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	1	21.12	
32	Изготовление сувенира. Пр.р.	1	22.12	
	Жилище –8 ч.			
33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	1	23.12	
34	Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р.	1	23.12	
35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1	05.01	
36	Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р.	1	11.01	
37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	1	12.01	
38	Чистка мягкой мебели. Пр.р.	1	18.01	
39	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1	19.01	

40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	1	25.01	
	Транспорт- 4 ч.			
41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1	26.01	
42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	1	01.02	
43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	1	02.02	
44	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	1	08.02	
	Торговля – 4 ч.			
45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1	09.02	
46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1	15.02	
47	Экскурсия в промтоварный магазин.	1	16.02	
48	Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.	1	22.02	
	Средства связи – 4 ч.			
49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	1	29.02	
50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	1	07.03	
51	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.	1	08.03	
52	Экскурсия на почту.	1	14.03	
	Медицинская помощь – 6 ч.			
53	Домашняя аптечка. Термометр.	1	15.03	
54	Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	1	21.03	
55	Лекарственные растения.	1	22.03	
56	Заваривание травяного настоя. Пр.р.	1	04.04	
57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1	05.04	
58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	1	11.04	
	Учреждения, организации, предприятия - 4 ч.			
59	Промышленные предприятия, заводы нашего города.	1	12.04	
60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	1	18.04	

61	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	1	19.04	
62	Экскурсия на промышленное предприятие.	1	25.04	
	Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.			
63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	1	26.04	
64	Бюджет семьи. Источник дохода.	1	08.05	
65	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1	15.05	
66	Определение дохода семьи. Пр.р.	1	22.05	
67	Мелкие расходы.	1	23.05	
68	Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.	1	25.05	
	Итого 68 часов			