

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Прииртышская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:
на заседании педагогического совета школа
Протокол от «30» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:
заместитель директора по УВР
_____ А.И. Исакова

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора школы
от «31» августа 2022 г. № 82



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Основы социальной жизни»

для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе ООО
для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
6 класса
на 2022-2023 учебный год

Составитель программы: Рожков Сергей Геннадьевич,
учитель истории и обществознания

п.Прииртышский
2022 год

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Учащиеся должны знать:	Учащиеся должны уметь:
6 класс	
– Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. – Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук. – Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки. – Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков. – Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия. – Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов. – Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.	– Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день. – Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами. – Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины. – Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними. – Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры. – Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна. – Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

Раздел 1. Личная гигиена - 8 ч.

Гигиена тела. Выбор средств и предметов личной гигиены. Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы). Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Профилактика грибковых заболеваний. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Закаливание организма

(зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

Раздел 2. Одежда - 8 ч.

Значение опрятного вида человека. Чистка одежды. Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалки, зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков. косынок, салфеток.

Раздел 3. Питание - 12 ч.

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Составление меню ужина. Приготовление каши на молоке. Приготовление макаронных изделий. Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Приготовление картофельного пюре. Оформление готовых блюд. Сервировка стола к ужину.

Раздел 4. Семья - 4 ч.

Состав семьи обучающихся. Родственные отношения. Составление генеалогического дерева. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. Запись сведений о членах семьи.

Раздел 5. Культура поведения - 2 ч.

Поведение в общественных местах. Поведение при посещении массовых мероприятий.

Тематическое планирование

№ урока	Тема	Количество часов	Практическая часть программы (лабораторные, практические работы, контрольные работы)
Раздел 1. Личная гигиена		8	
1	Гигиена тела	1	
2	Выбор средств и предметов личной гигиены	1	
3	Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы).	1	
4	Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	1	
5	Профилактика грибковых заболеваний.	1	
6	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).	1	
7	Закаливание организма	1	
8	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур	1	
Раздел 2. Одежда		8	
9	Значение опрятного вида человека.	1	
10	Чистка одежды	1	
11	Мелкий ремонт одежды	1	
12	Пришивание пуговиц, вешалки, зашивание распоровшегося шва	1	
13	Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1	

14	Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1	
15	Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	1	
16	Утюжка фартуков. косынок, салфеток	1	
Раздел 3. Питание		12	
17	Гигиена приготовления пищи.	1	
18	Хранение продуктов и готовой пищи.	1	
19	Замораживание, размораживание.	1	
20	Определение срока годности.	1	
21	Ужин	1	
22	Составление меню ужина.	1	
23	Приготовление каши на молоке.	1	
24	Приготовление макаронных изделий.	1	
25	Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта.	1	
26	Приготовление картофельного пюре	1	
27	Оформление готовых блюд.	1	
28	Сервировка стола к ужину	1	
Раздел 4. Семья		4	
29	Состав семьи обучающихся.	1	
30	Родственные отношения.	1	
31	Составление генеалогического дерева.	1	
32	Права и обязанности каждого члена семьи. Запись сведений о членах семьи.	1	
Раздел 5. Культура поведения		2	
33	Поведение в общественных местах.	1	
34	Поведение при посещении массовых мероприятий.	1	

Календарно – тематическое планирование

№ урока	Тема	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
Раздел 1. Личная гигиена		8		
1	Гигиена тела	1		
2	Выбор средств и предметов личной гигиены	1		
3	Уход за руками (уход за ногтями и кожей вокруг рук, кремы).	1		
4	Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	1		
5	Профилактика грибковых заболеваний.	1		
6	Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).	1		
7	Закаливание организма	1		
8	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур	1		
Раздел 2. Одежда		8		
9	Значение опрятного вида человека.	1		
10	Чистка одежды	1		
11	Мелкий ремонт одежды	1		
12	Пришивание пуговиц, вешалки, зашивание распоровшегося шва	1		
13	Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1		

14	Стирка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1		
15	Утюжка изделий и цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	1		
16	Утюжка фартуков. косынок, салфеток	1		
Раздел 3. Питание		12		
17	Гигиена приготовления пищи.	1		
18	Хранение продуктов и готовой пищи.	1		
19	Замораживание, размораживание.	1		
20	Определение срока годности.	1		
21	Ужин	1		
22	Составление меню ужина.	1		
23	Приготовление каши на молоке.	1		
24	Приготовление макаронных изделий.	1		
25	Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Запись рецепта.	1		
26	Приготовление картофельного пюре	1		
27	Оформление готовых блюд.	1		
28	Сервировка стола к ужину	1		
Раздел 4. Семья		4		
29	Состав семьи обучающихся.	1		
30	Родственные отношения.	1		
31	Составление генеалогического дерева.	1		
32	Права и обязанности каждого члена семьи. Запись сведений о членах семьи.	1		
Раздел 5. Культура поведения		2		
33	Поведение в общественных местах.	1		
34	Поведение при посещении массовых мероприятий.	1		