

02.04

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Красносельцевская средняя школа имени И.А.Дядькина»  
Быковского муниципального района Волгоградской области

Рассмотрено  
на ЦМО учителей гуманитарного  
цикла

Протокол № 1

от 28 08 2022г.

Принято  
на педагогическом совете

Протокол № 1

от 30 08 2022г.

Утверждаю  
Директор МКОУ «Красносельцевская СШ»



Н.М. Рыжова

приказ № 211 от 01 09 2022г.

Адаптированная рабочая программа  
учебного предмета основы социальной жизни  
5 б класс  
на 2022 – 2023 учебный год

Составил: учитель истории Нурписова К.С.

Красноселец, 2022

## Паспорт рабочей программы учебного курса «Основы социальной жизни» 5 класс

### Пояснительная записка

Настоящая Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ, примерной Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек».

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

**Основными задачами** является овладение учащимися 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.

### **Характерные особенности учебного предмета:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач встречающихся в повседневной жизни;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Программа для 5 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения учащимися на уроках развития речи, чтения, русского языка, природоведения, математики, основы социальной жизни в младших классах и рассчитана на **34 часа (1 час в неделю)**.

## **I. Планируемые результаты**

Основными объектами проверки являются знания и умения:

### **Личностные результаты:**

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
3. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

### **Предметные результаты:**

<i>Минимальный уровень</i>	
<b>Умеют:</b>	<b>Знают:</b>
<b>Введение</b>	
Правильно вести себя в кабинете .	Назначение кабинета ОСЖ и правила поведения в нем.
<b>Транспорт</b>	

Оплачивать проезд, самостоятельно следовать из дома в школу по ранее намеченному маршруту.	Основные виды городского пассажирского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в транспорте.
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Выполнять утренний и вечерний туалет под присмотром взрослых. Организовывать свое рабочее место.	Порядок выполнения утреннего и вечернего туалета, наименование основных предметов и средств личной гигиены. Правила просмотра телепередач и чтения.
<b>Одежда и обувь</b>	
Выбирать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от сезона, ухаживать и хранить их.	Виды одежды, обуви, головных уборов, способы их ношения и ухода.
<b>Питание</b>	
Приготовить бутерброды, чай, использовать оборудование кухни для их приготовления.	Основные продукты питания, правила приготовления бутербродов, напитков, основное оборудование и предметы для приготовления пищи.
<b>Жилище</b>	
Пользоваться коммунальными удобствами, называть свой домашний адрес.	Общее представление о доме, коммунальных удобствах в городе, свой домашний адрес.
<b>Семья</b>	
Называть фамилии, имена ближайших родственников и их место работы	Состав семьи, ближайших родственников, место работы родителей.

<b>Достаточный уровень</b>	
<b>Введение</b>	
<b>Умеют:</b>	<b>Знают:</b>
Правильно вести себя в кабинете СБО. Соблюдать правила ТБ	Назначение кабинета СБО и правила поведения в нем.

и санитарно-гигиенических норм	
<b>Транспорт</b>	
Выбирать рациональный маршрут проезда из дома в разные точки города, оплачивать проезд	Виды городского транспорта, правила оплаты за проезд и поведения в транспорте
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Самостоятельно выполнять утренний и вечерний туалет, ухаживать за предметами личной гигиены. Организовывать чтение, просмотр телепередач и работу с компьютером.	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета, предметы и средства личной гигиены. Правила бережного отношения к зрению
<b>Одежда и обувь</b>	
Выбирать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от сезона, по назначению, самостоятельно ухаживать и правильно хранить их.	Виды, роль одежды, обуви и головных уборов для человека, правила ухода и хр.
<b>Питание</b>	
Отличать полезные и вредные продукты, готовить простейшие блюда на основе молока, бутерброды, напитки. Мыть посуду.	Организацию питания семьи, режим питания, место для приготовления пищи и его оборудование, полезные и вредные продукты, блюда,готавливаемые на основе молока, виды напитков.
<b>Жилище</b>	
Писать почтовый адрес, пользоваться общими и индивидуальными коммунальными удобствами.	Типы жилых помещений, коммунальные удобства, домашний почтовый адрес.
<b>Семья</b>	
Составлять родословную, распределять обязанности членов семьи.	Свою родословную, место работы членов семьи, распределение обязанностей в семье.

**Базовые учебные действия** формируются в совместной деятельности педагога и обучающихся в процессе всей учебной и внеурочной деятельности на основе деятельностного подхода к обучению и реализации коррекционно-развивающего потенциала образования школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **ЛИЧНОСТНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения,

своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

### **КОММУНИКАТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

### **РЕГУЛЯТИВНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком, ориентироваться в пространстве класса (учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спорт. инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

### **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

## **II. Содержание учебного предмета**

Содержание
------------

## Введение

Беседа о цели, содержании и значении предмета СБО. Особенности уроков. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил ТБ и санитарно-гигиенических требований.

## Транспорт

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта.

Расчет стоимости проезда.

## Личная гигиена и здоровье

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.* Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

## Одежда и обувь

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).

*Обувь.* Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

*Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.



## Питание

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

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

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

## Жилище

*Общее представление о доме.* Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

## Семья

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии

№	Тема раздела	Модуль воспитательной программы «Школьный урок»	Количество часов
1	Введение	День Знаний. Тематические мероприятия (кинолектории, Уроки мужества, беседы, тематические вечера, лекции, встречи с участниками Второй мировой войны, музейные занятия), посвященные окончанию Второй мировой войны	1

2	Транспорт	Неделя безопасности дорожного движения День Конституции РФ.	3
3	Личная гигиена и здоровье	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ. День информатики в России. Всероссийская акция «Час кода». Тематический урок информатики День Героев Отечества. Урок Мужества. День Конституции РФ.	4
4	Одежда и обувь	День славянской письменности и культуры	5
5	Питание	День Конституции РФ. Международный женский день	11
6	Жилище	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 год) День защитника Отечества	3
7	Семья	Урок –диспут «День толерантности». Урок «Права потребителя и их законодательная защита». День матери в России                      День правовой помощи детям Международный день семьи	4

### III. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МАТЕРИАЛА

#### РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

№ п/п	Темы программы	5б
1	Введение	1
2	Транспорт	3
3	Личная гигиена и здоровье	4
4	Одежда и обувь	5
5	Питание	11
6	Жилище	3
7	Семья	3

8	Повторение, контроль	4
<b>Итого:</b>	<b>По плану:</b>	
	<b>Фактически:</b>	<b>34</b>

<i>№ п/п</i>	<i>Тема урока</i>	<i>Тип урока</i>	<i>Планируемые результаты</i>	<i>Практическая работа, упражнения, ролевые игры</i>	<i>Домашнее задание</i>	<i>план</i>	<i>факт</i>	<i>коррекция</i>
1	Знакомство с предметом «Основы социальной жизни»	Вводный	Особенности уроков ОСЖ. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил ТБ и санитарно-гигиенических требований.	Экскурсия по кабинету	Составить рассказ «Что я хочу узнать на уроках «Основы социальной жизни»			
<b>Транспорт</b>								
2	Виды городского транспорта. Правила	Урок изучения нового материала	Учащиеся должны знать: <i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта.	Упражнение в классификации	Нарисуй виды городского транспорта			

	пользования			городского транспорта				
3	Оплата проезда. Правила поведения в городском транспорте.	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте	Ролевая игра «Я пассажир»	Подсчитать стоимость проезда в школу			
4	Проезд из дома в школу	Комбинированный	Учащиеся должны уметь: Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда	Определение маршрута следования	Составить маршрут следования из дома в школу			
<b>Личная гигиена и здоровье</b>								
5	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека	Упражнение «Найди отличие»	Нарисуй плакат «В здоровом теле - здоровый дух»			
6	Утренний и вечерний туалет	Комбинированный	Учащиеся должны уметь: Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение	Выполнение утреннего туалета	Составь последовательность выполнения вечернего туалета			
7	Предметы и средства личной гигиены	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила	Уход за предметами личной гигиены	Проверь состояние своих предметов личной гигиены			

			содержания личных вещей.					
8	Контрольно-обобщающий урок		Контрольно-обобщающий урок. Тестирование					
9	Гигиена зрения	Комбинированный	Учащиеся должны знать:  Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности	Расположение настольной лампы на рабочем столе	Составь для себя правила сохранения зрения			
<b>Одежда и обувь</b>								
10	Виды и классификация одежды и головных уборов	Комбинированный	Учащиеся должны знать:  Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения, способа ношения (верхняя, нижняя), сезона, вида тканей. Особенности разных видов одежды.	Подбор одежды по сезону	Нарисуй одежду и головные уборы для куклы			
11	Головные уборы: виды и назначение	Комбинированный	Учащиеся должны знать:  Головные уборы: виды и назначение.  Уход и хранение	Уход за головным убором	Нарисуй виды головных уборов по сезону			
12	Уход за одеждой.	Комбинированный	Учащиеся должны уметь:  <i>Уход за одеждой.</i> Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли)	Повседневная чистка одежды	Составь рассказ «Как я храню свою одежду»			

13	Виды обуви	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Обувь.</i> Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).	Упражнение в определении материала в обуви	Нарисуй сезонную обувь			
14	Уход за обувью	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви, использование кремов. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью	Чистка обуви	Приведи свою обувь в порядок, составь отчет			
<b>Питание</b>								
15	Значение питания в жизни и деятельности людей	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Организация питания семьи.</i> Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека.	Разделение продуктов по группам	Нарисуй свои любимые продукты питания			
16	Контрольно-обобщающий урок	1	Контрольно-обобщающий урок. Тестирование					
17	Режим питания. Рацион питания	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Режим питания.</i> Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	Составление режима питания	Нарисуй продукты, полезные для твоего здоровья			
18	Место для приготовления пищи и его	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Приготовление пищи.</i> Место для приготовления пищи и его	Экскурсия в кухонную зону	Составь рассказ «Наша кухня»			

	оборудование		оборудование. Гигиена приготовления пищи.					
19	Виды продуктов питания	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Виды продуктов питания, их классификация. Полезные и вредные продукты	Упражнения в классификации продуктов питания	Собери коллекцию продуктов			
20	Молоко и молочные продукты	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Молоко и молочные продукты:</i> виды, правила хранения. Значение кипячения молока	Кипячение молока	Составь рассказ «Путешествие молочной капельки»			
21	Виды блюд,готавливаемых на основе молока	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Виды блюд,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп)	Приготовление молочной каши	Приготовь молочный суп по инструкционной карте			
22	Хлеб и хлебобулочные изделия	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Хлеб и хлебобулочные изделия.</i> Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий.	Подготовка к хранению х/б изделий	Составь советы «Хранение хлеба»			
23	Виды бутербродов и их приготовление	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Виды бутербродов</i> Учащиеся должны уметь: Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе	Приготовление бутербродов	Приготовь бутерброды для своей семьи			
24	Вторичное использование	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Вторичное использование	Приготовление гренков	Подобрать рецепты блюд из черствого			

	черствого хлеба		черствого хлеба. Блюда из черствого хлеба		хлеба			
25	Напитки, их значение для здоровья человека	Комбинированный	Учащиеся должны знать: <i>Виды напитков</i> , их классификация и советы по их употреблению	Приготовление морса	Составь рассказ «Любимые напитки в нашей семье»			
26	Контрольно-обобщающий урок	Контрольно-обобщающий урок.	Тестирование					
27	Чай и кофе	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Виды чая и кофе. Способы заварки. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе	Приготовление чая с сахаром	Завари чай для семьи			
<b>Жилище</b>								
28	Общее представление о доме. Типы жилых помещений	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Типы жилых помещений в городе и сельской местности.	Упражнения в классификации жилья	Нарисуй дом своей мечты			
29	Виды жилья. Домашний адрес	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес	Упражнения в написании почтового адреса	Подпиши открытку своему другу			
30	Коммунальные удобства	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	Ролевая игра «Наш дом»	Составить рассказ «Наша квартира»			
<b>Семья</b>								



31	Родственные отношения в семье	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Родственные отношения в семье. Состав семьи. Понятие родословная	Определени е родственны х отношений	Составь свою родословную			
32	Ближайшие родственники	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии	Ролевая игра «Я и моя семья»	Нарисовать рисунок «Профессия моих родителей»			
33	Контрольно-обобщающий урок	Контрольно-обобщающий урок	Повторение пройденного	Контрольная работа				
34	Взаимоотношения в семье.	Комбинированный	Учащиеся должны знать: Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье	Упражнение в распределении обязанностей	Запиши свои обязанности			