МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Волгоградской области

Администрация Серафимовичского муниципального района

Волгоградской области

МКОУ школа №1 г. Серафимовича

Маланина Жаклина Жановна

Подписано цифровой подписью: Маланина Жаклина Жановна
Дата: 2026.09.22 09:10:03 +03'00'

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель ШМО	Педагогический совет	Ио директора МКОУ школы №1 г. Серафимовича
_____	_____	_____
Давыдова М.В. Протокол №1 от «26» августа 2026 г.	Протокол №1 от «28» августа 2026 г.	Маланина Ж.Ж. Протокол №101-од от «28» августа 2026 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету

«Основы социальной жизни»

Год обучения: 2026-2027
для 5 класса

для учащихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 1)

г. Серафимович
2026

1. Пояснительная записка

1.1. Введение

Адаптированная рабочая программа «Основы социальной жизни» реализуется в МКОЙ школе № 1 г Серафимовича Волгоградской области ,в которой обучаются дети с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Данная программа разработана в соответствии со следующими документами:

1) Федеральный законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2) приказ Министерства Просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

3) СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

4) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

5) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID19)»;

6) постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

7) приказ Минпросвещения от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

8) Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599;

9) Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287), (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ).

1.2. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Основы социальной жизни как учебный предмет в коррекционной школе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеет большое значение для всестороннего развития обучающихся со сниженной мотивацией к познанию и имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Предмет «Основы социальной жизни» направлен на формирование интереса обучающихся к социальному миру.

Учебный материал в силу своего содержания обладает значительными возможностями для развития и коррекции познавательной деятельности умственно отсталых детей: они учатся анализировать, сравнивать изучаемые объекты и явления, понимать причинно-следственные зависимости. Систематическая словарная работа на уроках расширяет лексический запас детей с интеллектуальными нарушениями, помогает им правильно употреблять новые слова в связной речи.

«Основы социальной жизни» дает благодатный материал для патриотического, интернационального, эстетического и экологического воспитания обучающихся, обучает правилам поведения в природе, помогает знакомить их с миром профессий, распространенных в их регионе.

Курс учебного предмета «Основы социальной жизни» имеет много смежных тем с биологией, историей, русским языком, чтением (литературным чтением), математикой, изобразительным искусством, черчением, основами социальной жизни и другими предметами, а также предусматривает опору на знания, полученные в курсах «Мир природы и человека» и «», входящих в предметную область «Естествознание».

1.3. Цели и задачи изучения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи современного школьного курса «Основы социальной жизни», входящего в предметную область «Человек и общество», состоят в следующем:

1) расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

2) формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;

3) ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;

4) практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности;

5) формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;

6) усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);

7) развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Программа отражает содержание обучения предмету «Основы социальной жизни» **с учетом особых образовательных потребностей** обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» способствует формированию представлений о социальных компонентах окружающего мира, направлен на целенаправленное формирование умений и навыков социально-бытовой ориентировки.

На учебных занятиях осуществляется формирование и развитие познавательной деятельности и познавательных процессов, овладение разнообразными видами, средствами и формами коммуникации, обеспечивающими успешность установления и реализации социокультурных связей и отношений обучающегося с окружающей средой; раскрытие интересов и способностей обучающихся в разных видах практической и творческой деятельности с учетом структуры нарушения, индивидуальных особенностей.

В ходе обучения осуществляется психолого-педагогическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и школы.

Особенности психического развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловливают дополнительные коррекционные задачи учебного предмета «Основы социальной жизни», направленные на развитие мыслительной (в том числе знаково-символической) и речевой деятельности; повышение познавательной активности; формирование умения самостоятельно организовывать свою учебную деятельность, использовать схемы, шаблоны, алгоритмы учебных действий; создание условий для осмысленного выполнения учебной работы.

1.4. Место учебного предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане

В системе основного общего образования учебный предмет «Основы социальной жизни» является обязательным учебным предметом, который входит в состав предметной области «Человек и общество».

Учебным планом на изучение учебного предмета «Основы социальной жизни» в 5 классе отводится по 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

1.5. Целевая аудитория: программа рассчитана на обучение детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и инвалидностью, прошедших ПМПК и имеющих следующие категории нарушений:

Категория нарушений	Степень тяжести течения заболевания	Описание тяжести нарушения
обучающиеся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	F 70 (легкая умственная отсталость)	задержанное, неполное эмоциональное развитие, снижение навыков, возникающих в процессе развития, и навыков, которые определяют общий уровень интеллекта (т.е. познавательных способностей, языка, моторики, социальной дееспособности)

1.6. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс

Введение (1 ч.)

Предмет «Основы социальной жизни», значение и особенности учебного предмета.

Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья (Забота о себе) 9 ч.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, значение, правила и приемы выполнения. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход.

Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук: приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Закаливание организма. (5ч.)
Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные ванны. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Гигиена зрения (4 ч.)
Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотра телепередач, работы с компьютером.
Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

Жилище. Одежда и обувь (Домоводство)
Общее представление о доме
Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес.
Комнатные растения.(2ч.)
Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.
Уход за жилищем
Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Ежедневная уборка.
Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), виды тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Значение 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. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.
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.
Обувь и здоровье человека. Значение правильного отбора обуви для здоровья человека.
Питание (О вкусной и здоровой пище)
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.
Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды.
Общественный транспорт. Средства связи (Мир полезных устройств и машин)
Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте.
Основные средства связи: почта, телефон, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.
Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Места работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим, домашние обязанности.

1.7. Тематическое планирование учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Целевая установка	Основные понятия
1	Вводное занятие. Что такое ОСЖ?	1	Иметь представления о кабинете для уроков ОСЖ, его оборудовании	Знакомство с новым учебным предметом, его целями. Экскурсия по кабинету
2	Беседа о содержании и значении предмета «Основа социально жизни».	1	Иметь представления о кабинете для уроков ОСЖ, его оборудовании	Знакомство с новым учебным предметом, его целями. Экскурсия по кабинету
3	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	1	Совершать вечерний туалет в определенный последовательности Выбирать прическу и причесывать волосы Стричь ногти на руках, ногах Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета Периодичность и правила ухода за ушами Правила ухода за кожей рук, ногами	Утренний, вечерний туалет, последовательность его проведения. Уход за волосами, кожей, ногтями
4	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.	1	Совершать вечерний туалет в определенный последовательности Выбирать прическу и причесывать волосы Стричь ногти на руках, ногах Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета Периодичность и правила ухода за ушами	Утренний, вечерний туалет, последовательность его проведения. Уход за волосами, кожей, ногтями

			Правила ухода за кожей рук, ногами	
5	Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	1	Стирать индивидуальные личные вещи Содержать личные вещи в чистоте Правила личной гигиены Название вещей личной пользования Назначение личной вещей	Для соблюдения личной гигиены нужно личные вещи: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа. Их назначение, уход за ними. Нательное белье. Содержание белья в чистоте
6	Берегите зрение	1	Соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении письме, просмотре телепередач Соблюдать правила личной гигиены Располагать настольную лампу для работы за письмом Правила освещенности рабочего места: Правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач	Соблюдение правил личной гигиены. Значение освещения для глаз. Эксперимент с лампами накаливания разной мощности
7	Ваше лицо и прическа	1	Определить тип кожи и волос Правила личной гигиены девушки и юноши Виды косметических салфеток Правил ухода за кожей лица	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами
8	Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих.	1	Корректно отказаться от предлагаемых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли Соблюдать правила здорового образа жизни О пагубном влиянии курения, алкоголя на растушуй организм: Соблюдении правил здорового образа жизни	Рассказ о растении табака. Составляющие вещества табачного дыма. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие организма человека, особенно детского организма. Воспитание силы воли

9	Ваше лицо и прическа	1	Определить тип кожи и волос Правила личной гигиены девушки и юноши Виды косметических салфеток Правил ухода за кожей лица	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами
10	Уход за волосами	1	Правила ухода за волосами Подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос	Пользованием шампунем в соответствии типов волос (жирные, сухие, нормальные). Знакомство со средствами борьбы с перхотью и выпадением волос
11	Виды одежды и обуви Назначение одежды и обуви	1	Различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная по сезону Виды обуви и их назначение Правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов)	Виды обуви и ее назначение. Правила и приёмы повседневного ухода за обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
12	Уход за одеждой, уход за обувью	1	Систематизировать знания про самообслуживанию, познакомить с правилами уходу за обувью	
13	Виды одежды и обуви Назначение одежды и обуви	1	Различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная по сезону Виды обуви и их назначение Правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов)	Виды обуви и ее назначение. Правила и приёмы повседневного ухода за обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
14	Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	1	Сушить и чистить одежду: Подготавливать одежду к хранению Подбирать материалы для чистки верхней одежды	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Знакомства с сушкой и чисткой верхней одежды

15	Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	1	Сушить и чистить одежду: Подготавливать одежду к хранению Подбирать материалы для чистки верхней одежды	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Знакомства с сушкой и чисткой верхней одежды
16	Виды обуви. Повседневный уход за обувью	1	Различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная по сезону Виды обуви и их назначение Правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов)	Виды обуви и ее назначение. Правила и приёмы повседневного ухода за обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
17	Уход за одеждой, уход за обувью	1	Различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная по сезону Виды обуви и их назначение Правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов)	Виды обуви и ее назначение. Правила и приёмы повседневного ухода за обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
18	Уход за одеждой, уход за обувью	1	Различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная по сезону Виды обуви и их назначение Правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов)	Виды обуви и ее назначение. Правила и приёмы повседневного ухода за обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
19	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека	1	Подготовит головной убор по сезону Назвать виды головных уборов в зависимости от времени года	Значение головных уборов для сохранения здоровья человека. Правила выбора головного убора для определенного времени года

20	Виды одежды и головных уборов.	1	Подготовит головной убор по сезону Назвать виды головных уборов в зависимости от времени года	Значение головных уборов для сохранения здоровья человека. Правила выбора головного убора для определенного времени года
21	Как следует питаться? Советы кулинара Всезнайки.	1	Составлять рацион питания, рассказывать о влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей, объяснять смысл пословицы	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразное продуктов, составляющий рацион питания Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей
22	Значение питания. Разнообразие продуктов питания.	1	Составлять рацион питания, рассказывать о влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей, объяснять смысл пословицы	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразное продуктов, составляющий рацион питания Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей
23	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.	1	Составлять рацион питания, рассказывать о влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей, объяснять смысл пословицы	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразное продуктов, составляющий рацион питания Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей
24	Сервировка стола.	1	Сервировать стол с учетом различных меню Использовать предметы для сервировки стола к завтраку Правила сервировки стола с учетом различных меню	Сервировка стола с учетом различных меню
25	Заваривание чая. Лесные чаи.	1	Заваривать чай, пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила техники безопасности Способы заваривания чая	Истории чая. Чай рассыпной и пакетированный, способы заваривания чая. Время заваривания чая. подбор необходимой посуды

26	Отваривание яиц.	1	Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила техники безопасности Способы варки яиц разного состояния	Приготовление варенного яиц, омлета. Использование нагревательных приборов для приготовления блюд из яиц
27	Приготовление яичницы.	1	Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила техники безопасности Способы варки яиц разного состояния	Приготовление варенного яиц, омлета. Использование нагревательных приборов для приготовления блюд из яиц
28	Салаты – источник витаминов. Приготовление овощного салата.	1	Прочитать рецепт блюда: подобрать продукты для его изготовления снимать пробу с готового блюда Убрать кухню и кухонные принадлежности на место Виды блюд, не требующих тепловой обработки	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки овощной на кефире, напитка из варенья
29	Приготовление винегрета.	1	Соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами приготовить салат по рецепту Нарезать овощи соломкой, дольками, кружочками, кубиками правила безопасной работы режущими инструментами, способы приготовления пищи, не требующей тепловой обработки	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки
30	Приготовление бутербродов.	1	Прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления Приготавливать бутерброд Виды блюд, не требующих тепловой обработки Виды бутербродов	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов

31	Что можно приготовить из чёрствого хлеба? Гренки.	1	Нарезать хлеб, сырые и вареные овощи Строго соблюдать правила безопасной работы Правила безопасной работы режущими инструментами Правила мытья посуды и уборки помещения	Нарезка хлеба, сырых и вареных овощей, строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами. Мытье посуды кухонных принадлежностей, уборка помещения, стирка салфеток
32	Кухонные принадлежности . Практическая работа.	1	Строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами Распределять кухонные принадлежности по назначению Правила безопасной работы режущими инструментами Место приготовления пищи и его оборудование	Знакомства с местом для приготовления пищи и его оборудованием, кухонными принадлежностями. Влияние правильного режима рационального питания на здоровье детей
33	«Моя малая родина»	1	Родственные отношения в семье Состав семьи (мать, отец, сестра брат, бабушка, дедушка) Фамилии, имена, отчества каждого члена семьи Возраст каждого члена семьи, их дни рождения	Семья родственные отношения в семье (мать отец, сестра, брат, бабушка., дедушка). Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, их дни рождения
34	Что такое «семья».	1	Родственные отношения в семье Состав семьи (мать, отец, сестра брат, бабушка, дедушка) Фамилии, имена, отчества каждого члена семьи Возраст каждого члена семьи, их дни рождения	Семья родственные отношения в семье (мать отец, сестра, брат, бабушка., дедушка). Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, их дни рождения

35	Семья, родственные отношения в семье.	1	Родственные отношения в семье Состав семьи (мать, отец, сестра брат, бабушка, дедушка) Фамилии, имена, отчества каждого члена семьи Возраст каждого члена семьи, их дни рождения	Семья родственные отношения в семье (мать отец, сестра, брат, бабушка., дедушка). Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, их дни рождения
36	Семья, родственные отношения в семье.	1	Родственные отношения в семье Состав семьи (мать, отец, сестра брат, бабушка, дедушка) Фамилии, имена, отчества каждого члена семьи Возраст каждого члена семьи, их дни рождения	Семья родственные отношения в семье (мать отец, сестра, брат, бабушка., дедушка). Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, их дни рождения
37	Состав семьи учащихся, взаимоотношение в семье.	1	Назвать состав семьи, имена отчества фамилии и возраст близких родственников Рассказывать о взаимоотношениях семье Состав семьи, имена отчества, фамилии и возраст членов семьи Понятие «родственное дерево»	Беседа с родителями и составление генеалогического дерева. Взаимоотношения между членами семьи, взаимопонимание
38	Состав семьи учащихся, взаимоотношение в семье.	1	Назвать состав семьи, имена отчества фамилии и возраст близких родственников Рассказывать о взаимоотношениях семье	Беседа с родителями и составление генеалогического дерева. Взаимоотношения между членами семьи, взаимопонимание

			Состав семьи, имена отчества, фамилии и возраст членов семьи Понятие «родственное дерево»	
39	Значение осанки. Формы исправления осанки Осанка.	1	Следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя Требования к осанке при ходьбе, в положении стоя и сидя Правильное положение тела для сохранения осанки	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки
40	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1	Тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками Способы ведения разговора со старшими, сверстниками	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками
41	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.	1	Тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками Способы ведения разговора со старшими, сверстниками	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками
42	Школа хороших манер.	1	Тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками Способы ведения разговора со старшими, сверстниками	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками
43	Разговор со старшими и сверстниками	1	Тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками Способы ведения разговора со старшими, сверстниками	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками
44	Правила поведения в школе, дома, в столовой.	1	Правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой Красиво и аккуратно принимать	Соблюдение правил поведения за столом

			пищу Правила поведения за столом Правила этикета	
45	Правила поведения за столом.	1	Правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой Красиво и аккуратно принимать пищу Правила поведения за столом Правила этикета	Соблюдение правил поведения за столом
46	Виды жилых помещений в городе и деревне.	1	Соблюдать порядок на рабочем столе и в жилом помещении Организация рабочего места школьника Правила уборки помешенный, чистки мягкой мебели, мытья зеркал, утепления окон	Знакомство с видами жилья (собственное, государственное), квартир и подсобных помещений по конструкции и их назначению. Организация рабочего места школьника
47	Жилой дом, интернатские помещения.	1	Соблюдать порядок в жилом помещении Называть виды жилых помещений Называть виды отопления в жилых и нежилых помещениях Виды жилых помещений в городе и селе Виды отопления в городе и селе	Знакомства с видами жилых помещений в городе и селе. Понятия «жилой дом» «интернатские помещения». Виды отопления в городе и селе
48	Варианты квартир и подсобных помещений. Виды отопления.	1	Писать адрес жилого помещения на почтовых открытках, почтовых конвертах, переводе телеграмме, телеграфном переводе Почтовый адрес адресанта и адресата	Знакомство с почтовым адресом дома, школы- интерната, понятиями «адресат» «адресант»
49	Почтовый адрес дома, школы	1	Писать адрес жилого помещения на почтовых открытках, почтовых конвертах, переводе телеграмме,	Знакомство с почтовым адресом дома, школы- интерната, понятиями «адресат»

			телеграфном переводе Почтовый адрес адресанта и адресата	«адресант»
50	Практическая работа. Заполнение почтового адреса на открытках.	1	Писать адрес жилого помещения на почтовых открытках, почтовых конвертах, переводе телеграмме, телеграфном переводе Почтовый адрес адресанта и адресата	Знакомство с почтовым адресом дома, школы- интерната, понятиями «адресат» «адресант»
51	Гигиенические требования к жилому помещению	1	Соблюдать и выполнять гигиенические требования к жилому помещению Гигиенические требования к жилому помещению	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению
52	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола.	1	Производить влажную уборку помещения Правила и последовательность проведения влажной уборки	Повседневная влажная уборка жилого помещения
53	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола.	1	Производить влажную уборку помещения Правила и последовательность проведения влажной уборки	Повседневная влажная уборка жилого помещения
54	Обобщение тем по разделу «Жилище».	1	Правила и последовательность проведения сухой уборки Производить сухую уборку помещения	Повседневная сухая уборка жилого помещения, использование в уборке электропылесоса
55	Виды транспортных средств.	1	Различать и называть виды транспортных средств в городе и селе Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе, селе Маршрут следования в образовательное учреждение и обратно	Виды транспортных средств. Проезд в школу – интернат (маршрут, виды транспорта).

56	Проезд в школу- (маршрут, виды транспорта, поведение в транспорте, поведение на улице.)	1	Соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе из транспорта)	Соблюдение правила поведения в транспорте и на улице
57	Проезд в школу- (маршрут, виды транспорта, поведение в транспорте, поведение на улице.)	1	Соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе из транспорта)	Соблюдение правила поведения в транспорте и на улице
58	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	1	Соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы интерната и обратно правила передвижения на велосипеде	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения
59	Практическая работа. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к школе.	1	Соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы интерната и обратно правила передвижения на велосипеде	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения
60	Обобщение тем по разделу «Транспорт».	1	Соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе из транспорта)	Соблюдение правила поведения в транспорте и на улице
61	Виды торговых предприятий. Их значение для людей, и животных.	1	Культурно вести себя с работниками торговли Выбирать необходимые продукты питания Ориентироваться в торговых предприятиях, которые реализуют товары населению	Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживания).

			Виды магазинов Правила поведения в магазине	
62	Продуктовые магазины и их отделы.	1	Выбирать необходимые продукты для питания Выбирать продукты с помощью продавца Соблюдать правила поведения в магазине Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции Специализированные продуктовые магазины	Продуктовые магазины и их отделы (хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты кулинария). Продукты специализированные магазины «Булочная», «Кондитерская», « Овощи фрукты» и др.
63	Продуктовые магазины и их отделы.	1	Выбирать необходимые продукты для питания Выбирать продукты с помощью продавца Соблюдать правила поведения в магазине Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции Специализированные продуктовые магазины	Продуктовые магазины и их отделы (хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты кулинария). Продукты специализированные магазины «Булочная», «Кондитерская», « Овощи фрукты» и др.
64	Виды товаров: фасованные, в развес и в розлив.	1	Подсчитать (с округлением) сумму за приобретенные продукты соблюдать правила поведения в торговом зале Правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов,2-3 видов круп (пшено, рис ит.п.), десятка яиц некоторых овощей и фруктов	Знакомство с видами товаров: фасованные, на развес, на розлив. Соблюдение правил покупки продуктов

65	Виды товаров: фасованные, в развес и в розлив.	1	Подсчитать (с округлением) сумму за приобретенные продукты соблюдать правила поведения в торговом зале Правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов,2-3 видов круп (пшено, рис ит.п.), десятка яиц некоторых овощей и фруктов	Знакомство с видами товаров: фасованные, на развес, на розлив. Соблюдение правил покупки продуктов
66	Порядок покупки товара в продуктовом магазине. Срок годности.	1	Выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности Хранить продукты питания Сроки годности товара, правила хранения продуктов питания	Знакомство со сроком годности, стоимостью продуктов питания. Соблюдение правила хранения товаров фасованных, на развес, на розлив
67	Порядок покупки товара в продуктовом магазине. Срок годности.	1	Выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности Хранить продукты питания Сроки годности товара, правила хранения продуктов питания	Знакомство со сроком годности, стоимостью продуктов питания. Соблюдение правила хранения товаров фасованных, на развес, на розлив
68	Обобщение тем по разделу «Торговля».	1	Выбирать необходимые продукты для питания Выбирать продукты с помощью продавца Соблюдать правила поведения в магазине Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции Специализированные продуктовые магазины	Продуктовые магазины и их отделы (хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты кулинария). Продукты специализированные магазины «Булочная», «Кондитерская», « Овощи фрукты» и др.

1.8. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» по итогам обучения в 5 классе

Предметные результаты		**Личностные результаты**
минимальный уровень	достаточный уровень	
Обучающиеся должны знать: правила личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; отдельные виды одежды и обуви, некоторые правила ухода за ними; представления о некоторых группах продуктов питания; представления о санитарно – гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; представления о различных видах средств связи. **Обучающиеся должны уметь:** готовить несложные виды блюд под руководством взрослого; использовать под руководством взрослого доступные средства связи для решения практических задач; соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; соблюдать правила поведения в транспорте	**Обучающиеся должны знать:** некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.); правила поведения в доме и в общественных местах; представления о морально – этических нормах поведения **Обучающиеся должны уметь:** соблюдать правила личной гигиены, в том числе по уходу за полостью рта, кожей рук и ног; самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда; пользоваться различными средствами связи для решения практических житейских задач.	формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни; овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия; формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстникам в различных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

1.9 Контрольно- измерительные материалы

Для организации проверки, учета контроля по предмету предусмотрен контроль знаний в различных формах. Тематика практических работ указана в содержании программы учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс.

Виды и формы контроля:.

1) устный опрос в форме беседы;
2) тематическое тестирование;
3) практические работы;
4) индивидуальный контроль (дифференцированные карточки-задания);
5) устные ответы учащихся небольшого объема, ответы на вопросы (как устные, так и письменные);

Тестовый контроль проводится по итогам определенных четвертных, годовых отрезков времени, а также по отдельным темам и разделам программы.

Оценка устных и письменных работ:
- оценка « удовлетворительно» - выполнено от 40 до 50 % заданий;
- оценка « хорошо» - от 50 – до 90% заданий;
- оценка « отлично» при выполнении 90 - 100% заданий.
При выполнении заданий ниже 40 % выставляется оценка «неудовлетворительно».
По итогам учебного года проводятся контрольные работы
При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объёме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%-50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

Оценка «2» ставится, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными умениями поданной теме в полной мере (незнание основного программного материала).

Критерии оценки знаний и умений на уроках ОСЖ за теоретические знания.

оценка «5» ставится	если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «4» ставится	если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «3» ставится	если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.
оценка «2» ставится	если учащийся полностью не усвоил учебный материал, не может изложить его своими словами, не может привести конкретные примеры и ответить на дополнительные вопросы учителя.

Критерии оценки знаний и умений на уроках ОСЖ за выполнение практической работы.

оценка «5» ставится	если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд и соблюдался план работы, предложенный учителем, рационально организовано. рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам – бережное, к продуктам - экономное.
оценка «4» ставится	если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технической дисциплины, правила техники безопасности.

оценка «3» ставится	если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технической дисциплины, техники безопасности, организации рабочего места.
оценка «2» ставится	если самостоятельность в работе отсутствовала, допущены грубые нарушения правил трудовой и технической дисциплины, правил техники безопасности.

2. Ресурсное обеспечение учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс

2.1. Перечень оборудования

2.1.1.Для обучающихся:

1) Учебник «Основы социальной жизни» 5 класс для обучающихся с интеллектуальными нарушениями Комарова С.В., Александрова Е.Л., Москва «Просвещение» 2023 г.

2.1.2. Для учителя:

Основы социальной жизни 5 класс методическое пособие к учебнику С.В. Комаровой, Е.Л. Александровой «Основы социальной жизни» Москва, Просвещение, 2023 г.

2.1.2.1. Информационные стенды:

Стенд информационный «Столовая посуда»
Стенд информационный «Соотношение меры и массы»
Стенд информационный «Витамины, белки, жиры»
Стенд информационный «Правила ухода за посудой»
Стенд информационный «Форма нарезки продуктов»
Стенд информационный «Приемы тепловой обработки продуктов»
Стенд информационный «Правила ТБ при пользовании электроприборами»
Стенд информационный «ТБ при мытье посуды»
Стенд «Тренажер для глаз»

2.1.2.2. Кухонное оборудование:

Скалка REGENT двуручная 1 шт
Сковорода (26 см. керамическое покрытие)
Сковорода (28 см. керамическое покрытие)
Салфетница «Северное сияние» 4 шт.
Нож консервный ШОУ 1 шт.
Нож разделочный 3 шт.
Штопор CUCINA 1 шт.
Ноутбук «LENOVO» 1 шт.
Кронштейн
Кухонный гарнитур «Лада»
Комбайн кухонный «Bosch»
Электрическая плита «Indesit»
Микроволновая печь «Samsung»
Электрический чайник «Vitek»
Набор разделочных досок для приготовления пищи
Набор кастрюль для приготовления пищи (3 л, 2, 1л.)
Набор чайной посуды
Набор столовой посуды
Сервиз чайный 15 пр. «Золотая карусель»
Электромиксер

2.1.2.3. Демонстрационный материал для фронтальных занятий

Издательство «Книголюб»

1. Предметы гигиены
2. Одежда
3. Нужные вещи
6. Обувь
7. Школьные принадлежности
8. Электроприборы

4. Дом: интерьер
5. Игрушки
9. Какие бывают профессии

2.1.2.4. Наглядные пособия:

Трудовое обучение. Виды бутербродов. Нарезка овощей и фруктов (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Сервировка стола. Приёмы складывания салфеток (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Пирамида правильного питания. Неправильное питание (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Столовые приборы. Кухонная посуда. (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Разделка пирогов из дрожжевого теста. Разделка пирогов из слоёного теста (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Инвентарь и посуда для консервирования
Пряности для консервирования. (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Схема приготовления борща. Приготовление и лепка пельменей (наглядное пособие)
Трудовое обучение. Разделка рыбы на филе. Оформление рыбных блюд (наглядное пособие)
ОБЖ. Гигиена (комплект из 8 таблиц)
1. Гигиена
2. Гигиена окружающей среды
3. Личная гигиена
4. Гигиена питания
5. Гигиена труда
6. Гигиена зрения
7. Гигиена сна и отдыха
8. Гигиена одежды и обуви
ОБЖ. Здоровый образ жизни (комплект из 8 таблиц)
Мир в картинках. Овощи
Мир в картинках. Домашние птицы
Мир в картинках. Ягоды лесные.
Мир в картинках. Ягоды садовые.
Дидактический материал для фронтальных занятий Издательство «Страна фантазий»
1. Наш дом
2. Овощи
3. Фрукты
Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»
«Какие бывают театры» автор-составитель А.Г.Распопов, 2010 г.
Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»
Мой дом. Моя семья» авторы К.Ю.Беляк, И.П.Нагибина, 2008 г.
Дидактический материал в картинках Издательство «Школьная пресса»
«Какие бывают вокзалы» автор И.П.Нагибина, 2008 г.
«Какие бывают магазины» автор И.П. Нагибина 2008 г.
Наглядный и раздаточный материал. Продукты питания, часть 8 «Балласс» 2010 г.

2.1.2.4 Электронные (цифровые) образовательные ресурсы

1.Портал по инклюзивному и специальному 2. Образованию детей с ограниченными возможностями здоровья г. Москва	http://edu-open.ru/
3. Электронная библиотека студента	http://www.twirpx.com/
4. Открытый портал образования	http://window.edu.ru/
5. Равные возможности образования	http://www.znaem-mozhem.ru/
6. Электронная библиотека	biblioteka.ru.
7. Сайт «Детские электронные презентации и клипы»	viki.rdf.ru
8. Проект «Инфоурок»	http://infourok.ru
9. Интернет –проект «Мультиурок»	http://multiurok.ru