

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Кытмановская средняя общеобразовательная школа № 2  
имени Долматова А.И.**

«РАССМОТРЕНО»

Руководитель МО

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Протокол № 1 от  
«30» августа 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ КСОШ  
№ 2

им. Долматова А.И.

\_\_\_\_\_ Л.Н.Сафрошкина

Приказ № 48 от  
«30» августа 2023 г.

Адаптированная рабочая программа  
основного специального (коррекционного) образования  
по основам социальной жизни для 5 класса  
на 2023–2024 учебный год

Составитель:  
Старостина Л. И  
учитель  
1 квалификационной категории

## **Аннотация к адаптированной рабочей программе учебного предмета «Основы социальной жизни» 5 класс.**

Адаптированная рабочая программа предназначена для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, она обеспечивает реализацию требований в предметной области «Человек и общество». Содержание адаптированной рабочей программы основывается на современных подходах к обучению и воспитанию детей с нарушением интеллекта и ориентирована на усвоение учащимися оптимального объема знаний и умений по предмету. Учебные задачи и практические задания соответствуют возрастным и психологическим особенностям учащихся данной категории и имеют предметно-практическую направленность.

Структура программы состоит:

Титульный лист

Пояснительная записка

Планируемые образовательные результаты

Содержание учебного предмета, курса

Тематическое планирование

Поурочно-тематическое планирование

Лист коррекции тематического планирования

### **Пояснительная записка**

#### **Адаптированная рабочая программа составлена на основе:**

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 №273 ФЗ;

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599;

- Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией И. М. Бгажноковой, 2013.

- АООП ООО МБОУ Кытмановская СОШ № 2 им. Долматова А.И., учебного плана, годового календарного учебного графика на 2023-2024 учебный год, утвержденных приказом директора школы от 30.08.2023 № 48;

- перечня учебников МБОУ Кытмановская СОШ № 2 им. Долматова А.И., утвержденного приказом директора школы от 30.08.2023 № 48;

- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, модулей МБОУ Кытмановская СОШ № 2 им. Долматова А.И., утвержденного приказом директора школы от 11.05.18. № 28

#### **Адаптированная рабочая программа предусматривает изменения в авторской программе.**

Авторское тематическое планирование предполагает 68 часов, 2 часа в неделю.

#### **Содержание учебно-методического комплекта:**

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой, 5-9 классы.

Учебник Основы социальной жизни 5 Комарова С.В., Александрова Е.Л. – М.:  
«Просвещение»  
ISBN 978-5-09-026823-3

### **Место предмета в учебном плане школы**

В соответствии с учебным планом школы, годовым календарно-учебным графиком и авторской программой, курс рассчитан на 34 часа (34 учебные недели, 1 ч в неделю).

Для осуществления **контроля** достижения планируемых результатов предполагается проведение контрольных работ – 2.

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

#### *Личностные результаты*

---

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

#### *Предметные результаты*

---

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

#### ***Раздел «Введение»***

---

##### *Минимальный уровень:*

- знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

##### *Достаточный уровень:*

- знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;
- соблюдать правила техники безопасности в кабинете;
- соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

#### ***Раздел «Личная гигиена и здоровье»***

---

Минимальный уровень:

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

**Раздел «Охрана здоровья»**

---

Минимальный уровень:

- выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе- интернате.

Достаточный уровень:

- знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;
- знать названия лекарственных растений, узнавать их;
- уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

**Раздел «Жилище»**

---

Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;
- уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

- знать типы жилых помещений;
- знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

**Раздел «Одежда и обувь»**

---

Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

**Раздел «Питание»**

---

Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
- знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и соблюдать режим питания;

- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать о значении завтрака для здоровья человека;
  - знать и уметь составлять меню завтрака;
  - знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
  - знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;
  - знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;
  - уметь готовить блюда из яиц;
  - знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
  - уметь заваривать чай, варить кофе;
  - уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

### ***Раздел «Транспорт»***

---

#### Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

#### Достаточный уровень:

- знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
- знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

### ***Раздел «Средства связи»***

---

#### Минимальный уровень:

- название основных средств связи.

#### Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи.

### ***Раздел «Семья»***

---

#### Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи.

#### Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- уметь определять степень родства членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 5 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

### **ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ**

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий.

#### ***Личностные учебные действия:***

---

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользую и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.
9. Коммуникативные учебные действия:
  1. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель– класс);
  2. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
  3. Обращаться за помощью и принимать помощь;
  4. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
  5. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
  6. Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
  7. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия:**

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
2. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;
3. Произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
4. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов;
5. Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
6. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
7. Адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность;
8. Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

**Познавательные учебные действия:**

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейших причинно – следственных связей) на наглядном доступном вербальном материале;
3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Личная гигиена и здоровье	5
2	Жилище и транспорт	5
3	Одежда и обувь	4
4	Питание	12
5	Торговля	3
6	Культура поведения	3
7	Семья	2
	Итого	34

### Содержание учебного предмета

#### «Диагностика»

Выявление знаний и умений учащихся. Проверка знаний осуществляется по разделу «Личная гигиена», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Питание».

#### «Введение»

Вводное занятие

#### «Личная гигиена и здоровье»

Утренний и вечерний туалет. Личные вещи. Правила содержания личных вещей. Практическая

работа «Выполнение утреннего и вечернего туалета».

#### «Охрана здоровья»

Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Лекарственные растения. Практическая

работа «Заваривание травяного чая».

#### «Жилище»

Типы и виды жилых помещений. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Планировка помещения, типы жилых комнат.

Практическая работа: «Написание адреса на конверте».

#### «Одежда и обувь»

Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Виды одежды. Головные уборы и их назначение. Виды обуви. Практическая работа «Ежедневный уход за одеждой».

#### «Питание»

Продукты питания. Значение питания в жизни человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы. Приготовление завтрака. Меню завтрака. Хлеб и хлебобулочные изделия. Яйца, блюда из яиц. Чай, кофе, фруктовые напитки.

Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе», «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет», «Заваривание чая, варка кофе».

#### «Транспорт»

Городской общественный транспорт. Маршрут движения, стоимость проезда до школы, дома. Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда.

Практическая работа «Поездка в общественном транспорте»

#### «Средства связи»

Основные средства связи.

#### «Семья»

Семья. Личные взаимоотношения в семье. Состав семьи, родственные отношения.

### Поурочно-тематическое планирование

№п/п	№ урока в теме	Название раздела (темы)	Кол-во ч
		<b>Личная гигиена (5 часов)</b>	
1	1	Беседа о содержании и значении предмета «Основы социальной жизни».	1
2	2	Личная гигиена. Ее значения для здоровья и жизни человека	1
3	3	Осанка – стройная спина	1
4	4	Гигиена зрения. Ее значение в жизни и деятельности человека	1
5	5	Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье и развитие организма	1
		<b>Одежда и обувь (4 часа)</b>	
6-7	1-2	Значение одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Их назначение и виды	2
8-9	3-4	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью. Чистка, сушка, предупреждение загрязнений	2
		<b>Семья (2 часа)</b>	
10	1	Семья, родственные отношения в семье	1
11	2	Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь	1
		<b>Питание (12 часов)</b>	
12	1	Как следует питаться?	1
13	2	Продукты растительного и животного происхождения	1
14	3	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье	1
15	4	Сервировка стола	1
16	5	Лесные чаи. Заваривание чая	1
17-18	6-7	Что можно приготовить из яиц?	2
19	8	Салаты – источник витаминов. Салат из свежих овощей	1
20	9	Практическая работа «приготовление винегрета»	1
21	10	Закуски и бутерброды	1
22	11	Что можно приготовить из черствого хлеба. Гренки	1
23	12	Порядок на кухне. Практическая работа	1
		<b>Культура поведения (3 часа)</b>	
24	1	Школа хороших манер	1
25	2	Формы обращения к старшим и сверстникам	1
26	3	Правила поведения в общественных местах и дома. Ролевая игра	1
		<b>Жилище и транспорт (5 часов)</b>	
27	1	Виды жилых помещений. Виды жилья. Квартира и	1



		подсобное помещение	
28	2	Почтовый адрес дома, школы	1
29	3	Виды транспортных средств. Маршрут и схема проезда	1
30-31	4-5	Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	2
<b>Торговля (3 часа)</b>			
32	1	Виды торговых предприятий. Продуктовые магазины	1
33-34	2-3	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца самообслуживание). Срок годности, стоимость.	2

### Лист коррекции тематического планирования

Тема, требующая коррекции	Количество часов по плану	Фактическое количество часов	Формы коррекции	Причины изменения учебно-тематического плана, основания для изменений, приказы