

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Войсковорская основная общеобразовательная школа»**

Приложение к адаптированной основной  
общеобразовательной программе  
для детей с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом  
от 27.08.2020 № 68

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
Учебного предмета  
«Основы социальной жизни»  
5 класс**

**Составил:**

**Учитель истории и обществознания,**

**М.А. Колесова**

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Личностными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;
- осознание своей национальности;
- уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;
- принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;
- определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;
- умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;
- уважительное отношение к чужому мнению.

**Предметными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов;
- умение заваривания чая;
- сервировка стола к завтраку.

### **Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их - значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;  
соблюдение - усвоенных правил в повседневной жизни;

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;  
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;  
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;  
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;  
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;  
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;  
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;  
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.).

Предмет «Основы социальной жизни» в 5 классах ориентирован на достижение следующих **базовых учебных действий**:

#### ***Личностные:***

испытывать чувство гордости за свою страну;  
гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;

адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;

уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;

активно включаться в общепользную социальную деятельность;

бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

#### ***Регулятивные:***

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;  
адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

***Познавательные:***

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Коммуникативные:***

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;

использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач

## **2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю – 1 час, общее количество часов – 34 ч. Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

### **Введение (2 часа)**

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

### **Личная гигиена (3 часа)**

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.

### **Одежда и обувь (6 часов)**

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.

### **Питание (12 часов)**

Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.

### **Жилище (2 часа)**

Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

### **Культура поведения (4 часа)**

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.  
Правила поведения за столом; правила этикета.

### **Торговля (2 часа)**

Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.

### **Транспорт (3 часа)**

Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

#### **Основные методы работы:**

1) словесные методы;

-Рассказ.

-Объяснение

2) наглядные методы;

3) практические методы

- работа с книгой

- конспектирование

- тезирование

- цитирование

-упражнения, лабораторные и практические работы.

#### **Формы организации:**

1) индивидуальная работа (работа по карточкам, работа с картой, работа у доски, заполнение таблиц, работа с учебниками и т. д.).

2) фронтальная работа (беседа, обсуждение, сравнение, диктант и т. д.).

3) групповая форма работы

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов	Виды деятельности
1	Вводный урок	2	<p>Знание названия учебного курса, цель нового учебного предмета, его назначение, правила обучающихся в кабинете. Слушать собеседника, вступать в контакт. Развитие связной речи через умение вести диалог. Осознанно действовать для решения конкретных задач. Формирование представлений о кабинете для уроков, его оборудовании; соблюдение правил по охране труда</p>
2	Личная гигиена	3	<p>Формирование и развитие умений и навыков по выполнению и соблюдению правил личной гигиены. Развитие гигиенических навыков. Развитие речи. Формирование и развитие эстетических качеств личности. Развитие самостоятельности.</p> <p>последовательное выполнение утреннего и вечернего туалета</p> <p>Привитие умений и навыков ухода за предметами личной гигиены. Устанавливать и выявлять причинно-следственные связи. Воспитание аккуратности, опрятности. Знание и соблюдение правил личной гигиены</p> <p>Становление мотивационной сферы гигиенического поведения. Выработка навыков гигиены зрения. Расширение активного словарного запаса и кругозора. Воспитание чувства взаимопомощи и самостоятельности. Знание и соблюдение правил личной гигиены</p>
3	Одежда и обувь	6	<p>Развитие внимания, мышления, связной речи через умение вести диалог. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. Умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения.</p> <p>Формирование и развитие умений и навыков по выполнению правил и приемов по уходу за одеждой. Умение работать в группах. Воспитание аккуратности, опрятности. Знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода</p> <p>Развитие зрительного восприятия, внимания, памяти. Воспитание толерантности. Осознанно действовать для решения конкретных задач. Умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения</p> <p>Осознанно действовать для решения конкретных задач. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. Воспитание чувства взаимопомощи и самостоятельности. знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода</p> <p>Систематизация знаний. Расширение кругозора, словарного запаса. Воспитание аккуратности, опрятности. Знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода</p> <p>Развитие зрительного восприятия, внимания, памяти. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса.</p>

			умение подбирать головной убор по сезону, в зависимости от назначения
4	Питание	12	<p>Формирование представлений о значения питания в жизни и деятельности людей. Расширение активного словарного запаса и кругозора. знание правил и умение составления рациона питания</p> <p>Умение аргументировать свое мнение. Воспитание коммуникативных навыков. Развитие логического мышления, эстетического вкуса. соблюдение правил техники безопасности на кухне</p> <p>Умение аргументировать свое мнение. Воспитание коммуникативных навыков. Развитие логического мышления, эстетического вкуса. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности. Умение выполнять правила и приемы ухода за посудой</p> <p>Осознанно действовать для решения конкретных задач. Воспитывать аккуратность, опрятность, эстетический вкус. Уметь оценивать себя. Умение применять чайную посуду.</p> <p>Формирование умения приготовления чая. Развитие способностей к обобщению, классификации. Воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. Умение заваривать чай</p> <p>Развивать умение планировать свою деятельность. Формирование навыков по приготовлению завтрака. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. Соблюдение правил по охране труда; формирование навыка по приготовлению завтрака</p> <p>Развивать умение выполнять упражнения по аналогии, по готовым образцам. Формирование навыков по сервировке стола. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. Умение сервировать стол к завтраку</p> <p>Умение планировать свою работу. Ознакомление с правилами работы режущими предметами. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. развитие практических умений по нарезке хлеба, овощей</p> <p>Умение планировать свою работу. Ознакомление с видами бутербродов, технологией их приготовления. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. формирование умений и навыков по приготовлению бутербродов</p> <p>Умение планировать свою работу. Ознакомление с видами бутербродов, технологией их приготовления. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. формирование умений и навыков по приготовлению бутербродов</p> <p>Формирование знаний о разнообразии блюд из овощей. Умение приготовления салатов. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. Развитие практических умений обработки овощей, приготовления</p>

			салатов Формирование знаний о разнообразии блюд из овощей. Умение приготовления салатов. Воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. развитие практических умений обработки овощей, приготовления салатов
5	Транспорт	3	Развитие умения правильно ориентироваться в дорожных ситуациях. Развитие способности к обобщению и классификации. умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте Воспитание культуры поведения. Развитие способности к обобщению и классификации. Умение правильно вести себя в общественном транспорте Развитие наблюдательности, мышления, внимания на дорогах. Формирование системы знаний и умений по правилам дорожного движения. соблюдение правил дорожного движения
6	Жилище	2	Развитие представлений о видах жилых помещений. Развитие кругозора, логического мышления, культуры речи, внимания. Воспитание чувства любви к дому. знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении Ознакомление с правилами написания почтового адреса. Развитие эстетического вкуса. Умение анализировать, обобщать, воображать. Воспитание чувства ответственности, аккуратности, инициативности, трудолюбия. умение заполнять почтовый конверт
7	Культура поведения	4	Воспитание культуры поведения. Развитие коммуникативных навыков. Умение анализировать. Воспитание вежливости, доброты, внимательного отношения к окружающим людям. умение правильно вести себя в учреждениях культуры Воспитание культуры поведения. Развитие коммуникативных навыков. Умение анализировать. Воспитание вежливости, доброты, внимательного отношения к окружающим людям. умение правильно вести себя в учреждениях культуры Совершенствование умений по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развитие мышления через решение проблемных ситуаций. Воспитание культуры поведения, чувство коллективизма. умение правильно вести себя за столом Совершенствование умений по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развитие мышления через решение проблемных ситуаций. Воспитание культуры поведения, чувство коллективизма. умение правильно вести себя за столом
8	Торговля	2	Развитие кругозора, логического мышления, культуры речи.

			Осмысление уже известных знаний. Умение анализировать полученную информацию и делать собственные выводы. Воспитание самостоятельности. Умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и
<b>Всего: 34</b>			