

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Общеобразовательная школа-интернат №6 »

**«Рассмотрено»** на заседании МО  
Учителей специального коррекционного цикла  
Руководитель МО

---

Чертова Т.В.  
Протокол № 1 от «21»августа 2024г.

## **Адаптированная рабочая программа**

По предмету: *основы социальной жизни*

*Класс 5 «А»*

Учитель Новгородцева Н.А.

2024-2025уч.г.

Принято на заседании  
педагогического совета школы  
протокол № 1 от 30.08.2024 г

## Адаптированная рабочая программа учебного предмета

### «Основы социальной жизни»

5 класс

#### **Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); на основании адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ «ОШИ № 6» (вариант 1), учебного плана МКОУ «ОШИ № 6» на 2024-2025 уч. г. (рассмотрен на педагогическом совете, протокол № 7 от 10.06.2024 г.), согласован на заседании психолого-педагогического консилиума, протокол № 1 от 22.08 2024 г.

**Цель** уроков ОСЖ - совершенствование процесса социализации детей с нарушением интеллекта.

Достижение указанной цели возможно через решение следующих задач: Создание благоприятных условий для коррекции и развития каждого ребенка на уровне, соответствующем его психофизическим особенностям и возможностям, обеспечение необходимой и достаточной подготовки ученика для дальнейшего обучения; всесторонняя подготовка к ведущей самостоятельной жизнедеятельности.

#### **Задачи:**

- формирование знаний, умений, навыков, сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение уровня общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции речи как непременное условие социальной адаптации.
- воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др.;
- строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи;
- творческого отношения к домашнему труду.

## **Программа рассчитана на возможности обучения следующих групп учащихся 5 «А» класса:**

В классе 11 учащихся. По возможностям обучения в классе:

**1гр. – 4 ученика** Эти обучающиеся способны самостоятельно воспроизводить учебный материал, отвечая на вопросы. Техничко- технологические знания усвоены достаточно полно. Могут планировать и осуществлять свою работу. Приёмы самоконтроля и самооценки сформированы.

**2гр. – 4 учащихся** Эти ученики успешно обучаются, но испытывают некоторые затруднения. Самостоятельно использовать знания теоретической и практической деятельности могут только в простейших случаях. Практическую деятельность планируют и контролируют с помощью педагога. Эти дети не могут представить достаточно отчетливо те явления, события, предметы и факты, о которых им сообщается.

**3гр. – 2 учащихся** – обучающиеся учебный материал усваивают частично, воспроизводят отдельные несуществующие моменты. Полученные знания и умения не переносят в новую ситуацию. К самостоятельному планированию работы не способны. Приёмы контроля не сформированы, темп работы низкий.

**4гр. – 1 учащийся** Эти учащиеся овладевают учебным материалом на самом низком уровне. При этом только фронтального обучения для них явно недостаточно. Они нуждаются в выполнении большого количества упражнений, введении дополнительных приемов обучения, постоянном контроле и подсказках во время выполнения работ. Сделать выводы с некоторой долей самостоятельности, использовать прошлый опыт им недоступно. Учащимся требуется четкое неоднократное объяснение учителя при выполнении любого задания. Помощь учителя в виде прямой подсказки одними учениками используется верно, другие и в этих условиях допускают ошибки. Эти учащиеся не видят ошибок в работе, им требуется конкретное указание на них и объяснение к исправлению. Каждое последующее задание воспринимается ими как новое. Знания усваиваются чисто механически, быстро забываются. Они могут усвоить значительно меньший объем знаний и умений, чем предлагается программой вспомогательной школы.

### **Общая характеристика предмета(коррекционного курса).**

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем

обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия способствуют усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

На занятиях ОСЖ уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи. В результате прохождения программы также используется культурно-образовательная среда района города: экскурсии, походы в библиотеки, музеи.

### **Место учебного предмета в учебном плане.**

Предмет ОСЖ входит в обязательную часть учебного плана, предметную область «Человек и общество», рассчитана на 68 часа в год, 2 часа в неделю.

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в четверть				Количество часов в год
		I	II	III	IV	
<b>5</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>68</b>

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

Адаптированная рабочая программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

<b>Достаточный уровень</b>	<b>Минимальный уровень.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание названия учебного курса, цель учебного предмета;</li> <li>• знание о способах хранения и переработки продуктов питания;</li> <li>• умение составлять меню из предложенных продуктов питания;</li> <li>• умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;</li> <li>• экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии;</li> <li>• умение самостоятельно совершать покупки различных товаров и продуктов;</li> <li>• умение ежедневно соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;</li> <li>• умение соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;</li> <li>• различие одежды и обуви в зависимости от их назначения; подготовка одежды и обуви к сезонному хранению;</li> <li>• умение совершать покупки, выбирая продукты для приготовления конкретного меню;</li> <li>• знать состав семьи, родственные отношения между членами семьи;</li> <li>• знать виды транспорта, варианты проезда до школы различными видами транспорта, соблюдать правила дорожного движения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• иметь представление о кабинете СБО, его оборудовании;</li> <li>• иметь представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;</li> <li>• умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;</li> <li>• представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;</li> <li>• знание отдельных видов одежды и обуви и основных правил ухода за ними;</li> <li>• знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;</li> <li>• знание названий торговых организаций, их видов и назначения;</li> <li>• умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;</li> <li>• представление о различных видах средств связи;</li> <li>• знать виды транспорта, соблюдать правила дорожного движения;</li> <li>• знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах(магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);</li> </ul>

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

ФГОС НОО для детей с УО устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета: **личностные и предметные**.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит **личностным** результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом. Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

### **Личностные (планируемые) результаты для учащихся 5 класса:**

- формирование трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости;
- воспитание элементов трудовой культуры, соблюдение правил техники безопасности;
- привитие творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Результаты освоения АООП обучающимися с умственной отсталостью оцениваются как итоговые достижения на момент завершения образования (**предметные результаты**).

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами:

### ***минимальный и достаточный.***

**Минимальный уровень** является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Минимальный уровень для учащихся 5 класса:

#### **должны знать:**

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения;
- виды одежды и обуви, их назначение;
- родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии; формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом; основные транспортные средства;
- правила дорожного движения.

#### **должны уметь:**

- совершать вечерний туалет в определенной последовательности;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения;
- записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье;
- правильно вести себя при встрече и расставании

Достаточный уровень для учащихся 5 класса:

**ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:**

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения;
- виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов;
- значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения;
- родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их; требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом;
- виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната;
- основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы, правила дорожного движения, дорожные знаки; - виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

**ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:**

- совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье; следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом;
- писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении; соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения;
- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

## **Базовые учебные действия**

### Личностные учебные действия:

- осознавать себя как гражданина России, имеющего определенные права и обязанности;
- соотносить собственные поступки и поступки других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепольную социальную деятельность, ориентироваться в социальных ролях;
- осознанно относиться к выбору профессии;

### Коммуникативные учебные действия:

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

### Регулятивные учебные действия:

- умение 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;
- работать с учебными принадлежностями, инструментами;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.



### Познавательные учебные действия:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- извлекать под руководством педагога необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач;
- использовать готовые алгоритмы деятельности; устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости.
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале;
- использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий.
- осознанно относиться к выбору профессии;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

### **Содержание учебного предмета (коррекционного курса)**

#### **Программа курса СБО в 5 классе включает следующие разделы:**

1. Семья.
2. Транспорт.
3. Жилище.
4. Культура поведения.
5. Торговля.
6. Личная гигиена.
7. Одежда и обувь.
8. Питание.

Вводное занятие -беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нём. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

«Транспорт» - учащиеся знакомятся с различными видами транспорта, повторяют знакомые ПДД, составляют свой безопасный маршрут передвижения по городу до школы.

«Личная гигиена» - ученики закрепляют полученные знания о правилах и приёмах ухода за кожей, телом и волосами подкрепляются практическими упражнениями.

«Одежда и обувь» - этот раздел обогащает и корректирует знания учащихся о необходимости своевременного ухода за одеждой и обувью.

«Питание» - ученики изучают правила безопасного поведения при приготовлении пищи. Учатся выбирать доброкачественные продукты, практические занятия включают приготовление несложных блюд, мытьё посуды и уборку рабочей зоны кабинета СБО.

«Культура поведения» -ученики правила хорошего тона изучаются в школе с первого класса, в пятом классе их повторяют, расширяют и закрепляют, вырабатываются умения принимать гостей, правильно вести себя в кино, театре, кафе.

«Семья» - ученики составляют таблицу о своей семье, учитель объясняет им происхождение имён, отчеств, фамилий.

«Жилище»- учащиеся изучают названия жилых помещений, способы ухода за ними.

«Торговля» - учащиеся узнают о порядке приобретения товаров, уточнения срока годности, правах и обязанностях покупателя.

## Содержание курса

Раздел программы	Кол. час	Краткое содержание раздела
Введение в предмет	2 ч	Рассказ учителя, экскурсия по кабинету.
Транспорт	10 ч	Наиболее рациональный маршрут проезда до школы; -варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; -правила передвижения на велосипеде.
Личная гигиена	8 ч	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, -периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, -правила освещения помещения.  -правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.
Одежда и обувь	8 ч	Виды одежды, обуви и их назначение; - правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов

		(кожи, резины, текстильных)
Питание	16ч	<ul style="list-style-type: none"> <li>- виды бутербродов;</li> <li>-различные меню завтрака;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;</li> <li>- правила сервировки стола к завтраку</li> <li>-правила заваривания чая;</li> <li>-назначение кухонных принадлежностей и посуды;</li> <li>- правила пользования ножом, плитой, чайником;</li> <li>-санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.</li> </ul>
Культура поведения	12ч	<p>Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-правила поведения при встрече и расставании;</li> <li>-формы обращения с просьбой, вопросом;</li> <li>-правила поведения за столом.</li> </ul>
Семья	4 ч	Семья, родственные отношения. Взаимоотношения всех членов семьи.
Жилище	8 ч	<p>Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-почтовый адрес своего дома и школы.</li> </ul>
Торговля	8 ч	<p>Основные виды магазинов, их назначение;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;</li> <li>-стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.</li> </ul>

## Календарно-тематическое планирование

### Контроль уровня обученности

Контрольные проверочные работы проводятся по окончании изучения каждого раздела. Социально-бытовая ориентировка 5-9 классы. Контрольно-измерительные материалы: вариативные тестовые задания/ авт.-сост.С.П.Дерябина.- Волгоград: учитель,2013.

Контроль усвоения материала **трёх видов:**

- ◆ Проверочная работа № 1 для 5 класса ( подразумевает выявление имеющихся знаний учащихся на начало учебного года);  
- тест «Транспорт»; «Личная гигиена».
- ◆ Проверочная работа № 2 для 5 класса (предполагает выявление знаний учащихся за первое полугодие учебного года);  
- тест «Питание»; «Семья».
- ◆ Проверочная работа № 3 для 5 класса (итоговый контроль знаний учащихся).  
-тест «Культура поведения»; «Жилище»

*Примечание: в 5 классе проверочная работа № 1 не проводится.*

Контроль и учёт теоретических знаний учащихся по отдельным разделам осуществляется учителем путём бесед, устного и письменного опросов, тестирования, заполнение карт формирования навыков и умений.

### Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности:

#### ТАБЛИЦЫ по теме «Питание»:

1. Бутерброды.
2. Холодные блюда и закуски.
- 3.Блюда из овощей.
- 4.Блюда из яиц и творога.
- 5.Приготовление чая, кофе, какао.
- 6.Приставки пиши слитно
- 7.Первичная обработка продуктов.
- 8.Схема приготовления винегрета.
- 9.Правила поведения за столом.
- 10.Правила безопасной работы ножом.

Учебные презентации:

1. Виды транспорта.
2. Гигиена младшего школьника.
3. Личные вещи.
4. О вреде курения и алкоголя.

5. Правила поведения за столом.
6. Культура поведения.
7. Уход за одеждой и обувью.
8. Правила и знаки дорожного движения.
9. Виды товара.

Основы социальной жизни:5-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы/ С.В.Комарова, Е.Л.Александрова.- Москва: Просвещение, 2023.

Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ авт.-сост. С.А.Львова.- Волгоград: учитель,2012.

№ уроков	Даты по календарно-тем. плану	Даты проведения	Тема	Кол-во часов в плану	Кол-во часов фактически	Причина корректировки	Способ корректировки
1				1			Объединение тем или уплотнение программного материала
2				1			
3				1			
4				1			
5				1			
6				1			
7				1			
8				1			
9				1			
10				1			
11				1			
12				1			

13				1			
14				1			