



### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» предметной области «Человек и общество» разработана на основе:

Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026.

Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;

Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа №2»;

учебного плана КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа №2».

Рабочая программа учебного предмета «Биология» адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом ФАООП УО (вариант 1), с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей. Ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в рабочей программе воспитания КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа № 2».

#### **Общая характеристика учебного предмета**

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- развитие коммуникативной функции речи.

**Сроки реализации** рабочей программы по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе: 2024–2025 учебный год.

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

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в образовательную область «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Согласно учебному плану на изучение предмета «Основы социальной жизни» в 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

## Содержание учебного предмета

Обучение «Основам социальной жизни» в 5 классе носит основы теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 5 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На первом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнению ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

### Содержание разделов

№	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Вводный урок	1	1
2	Личная гигиена и здоровье	9	1
3	Охрана здоровья	4	
4	Жилище	12	1
5	Одежда и обувь	8	1
6	Питание	22	1
7	Транспорт	5	
8	Средства связи	3	
9	Семья	3	
10	Итоговое занятие	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>6</b>

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» способствует реализации рабочей программы воспитания КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа №2» через использование воспитательного потенциала каждого урока (инвариантный модуль «Школьный урок»). Учитель может:

- устанавливать доверительные отношения между учителем и учениками, способствующие позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, активизации их познавательной деятельности;
- побуждать школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками);
- привлекать внимание школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроке явлений, организовывать работу детей с социально значимой информацией – обсуждать, высказывать мнение;
- использовать воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;
- применять на уроке интерактивные формы работы: интеллектуальные игры, дидактический театр, дискуссии, работы в парах и др.;
- организовывать шефство мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками;
- инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность школьников.

### **Планируемые результаты освоения рабочей программы по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 9 классе**

#### **Личностные:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- овладение элементарными социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение начальными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

#### **Предметные:**

##### Минимальный уровень:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

##### Достаточный уровень:

- знать способы хранения и переработки продуктов питания;
- составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;
- иметь представления о морально-этических нормах поведения.

### **Базовые учебные действия**

Предмет «Основы социальной жизни» в 5 классе 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.

### **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

## Критерии оценки предметных результатов

**Оценка «5»** ставится если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;
- отвечает на наводящие вопросы.

**Оценка «3»** ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.

### Тематическое планирование

№ урока	№ урока по теме	Наименование разделов, тем урока	Количество часов
1	1.1	Вводный урок. Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда	1
<b>Личная гигиена и здоровье –9 часов</b>			
2	2.1	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека	1
3	2.2	Правила личной гигиены в течение дня	1
4	2.3	Личные вещи для совершения туалета. Правила содержания личных вещей	1
5	2.4	Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук	1
6	2.5	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах	1
7	2.6	Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания	1
8	2.7	Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики	1
9	2.8	Гигиена зрения	1
10	2.9	Важные правила здорового человека	1
<b>Охрана здоровья – 4 часа</b>			
11	3.1	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1
12	3.2	Порядок выдачи листков нетрудоспособности	1
13	3.3	Самолечение и его негативные последствия	1
14	3.4	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1

<b>Жилище –12 часов</b>			
15	4.1	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности	1
16	4.2	Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Назначение жилых комнат	1
17	4.3	Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых (подсобных) помещений	1
18	4.4	Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах	1
19	4.5	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	1
20	4.6	Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений	1
21	4.7	Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновая печь	1
22	4.8	Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами	1
23	4.9	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней	1
24	4.10	Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода	1
25	4.11	Предметы для сервировки стола: назначение, уход	1
26	4.12	Домашний почтовый адрес. Почтовый адрес дома, школы	1
<b>Одежда и обувь – 8 часов</b>			
27	5.1	Виды одежды в зависимости от пола и возраста. Назначение. Способы ношения	1
28	5.2	Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды. Правила хранения	1
29	5.3	Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года. Назначение (спортивная, домашняя, выходная и т.д.) Виды материалов	1
30	5.4	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила	1
31	5.5	Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов в сохранении здоровья человека	1
32	5.6	Значение опрятного вида человека	1
33	5.7	Магазины по продаже различных видов одежды	1
34	5.8	Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара	1
<b>Питание – 22 часа</b>			
35	6.1	Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей	1
36	6.2	Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания	1
37	6.3	Разнообразие продуктов, составляющих рацион	1

		питания	
38	6.4	Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование	
39	6.5	Гигиена приготовления пищи. Виды посуды. Кухонные принадлежности	1
40	6.6	Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды	1
41	6.7	Молоко и молочные продукты: правила хранения. Значение кипячения молока	1
42	6.8	Виды блюд,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп)	1
43	6.9	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции	1
44	6.10	Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения хлебобулочных изделий	1
45	6.11	Чай. Правила заваривания чая	1
46	6.12	Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение	1
47	6.13	Завтрак. Составление меню для завтрака	1
48	6.14	Сервировка стола к завтраку. Посуда для завтрака. Повторный инструктаж по охране труда	1
49	6.15	Приготовление некоторых блюд для завтрака. Виды бутербродов	1
50	6.16	Приготовление бутербродов: простых и сложных, канапе	1
51	6.17	Приготовление некоторых блюд для завтрака. Блюда из яиц	1
52	6.18	Приготовление некоторых блюд для завтрака. Яйца отварные; яичница-глазунья	1
53	6.19	Стоимость и расчет продуктов для завтрака	1
54	6.20	Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах	1
55	6.21	Поведение за столом. Правила приема пищи	1
56	6.22	Повторный инструктаж по охране труда. Итоговое занятие по теме	1
<b>Транспорт – 5 часов</b>			
57	7.1	Городской транспорт. Виды городского транспорта	1
58	7.2	Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте	1
59	7.3	Правила дорожного движения	1
60	7.4	Проезд из дома в образовательную организацию	1
61	7.5	Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда	1
<b>Средства связи – 3 часа</b>			
62	8.1	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования	1
63	8.2	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона	1



64	8.3	Номера телефонов экстренной службы	1
<b>Семья – 3 часа</b>			
65	9.1	Определение слова «Семья». Представление о составе семьи: ФИО всех членов семьи, возраст, дни рождения	1
66	9.2	Место работы своих родителей, ближайших родственников. Рассказ о своей семье	1
67	9.3	Проектная деятельность	1
<b>Итоговое занятие – 1 час</b>			
68	10.1	Итоговое занятие	1

#### **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

1. В.В.Воронкова, С.А.Казакова Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. -М., Владос, 2006 год. Учебное пособие –М.: Гуманитар. Изд. Центр.Владос,2013
- 2.В.П.Субчева. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие:5-9классы. М.- Гуманитар. Изд. Центр Владос,2014
3. В.В. Гладкая «Социально – бытовая подготовка воспитанников спец. (корр.) общеобразовательного учреждения 8 вида»
4. О.И. Кияткина «Как себя вести», Москва, 1983г.
5. Е.Н. Дубровская «Игровые классные часы 5 – 9 класс». Москва, 2007г

#### **Интернет-ресурсы и ЦОР:**

- Корпорация «Российский учебник» <https://rosuchebnik.ru/uchebnik>
  - региональная коллекция ЦОР: - <http://www/it-n.ru>, <http://festival/1september.ru>.
  - ЭФУ <https://media.prosv.ru>
- Методические материалы [https:// catalog.prosv.ru/ category/14](https://catalog.prosv.ru/category/14)