

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа – интернат № 5 г. Нижнеудинск»**

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании МО учителей -  
предметников  
Протокол от «23» 08. 2023 г. №1

**УТВЕРЖДЕНА**  
Приказом директора МКОУ  
«Школа – интернат № 5 г.  
Нижнеудинск»  
от «31» 08. 2023г. №158-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы социальной жизни»**

для обучающихся 5 – 8 классов с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями)

Вариант 1

# 1. ЛИЧНОСТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

**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;
- сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;
- умение устанавливать личностный смысл;
- понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;
- 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.

В результате освоения предмета «Основы социальной жизни» в **5 классе обучающиеся должны:**

**знать:**

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;
- виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- различные меню завтрака;
- правила поведения за столом;
- правила поведения при встрече и расставании;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната;
- наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- виды магазинов и их назначение.

**уметь:**

- совершать утренний туалет;
- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- накрывать стол с учетом конкретного меню;

тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;  
обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;  
соблюдать правила дорожного движения;  
соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);  
соблюдать правила поведения в магазине;  
оплачивать покупку;  
выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

**владеть:**

совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;  
соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач;  
соблюдать правила поведения в общественных местах;  
производить сухую и влажную уборку помещений;  
строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;  
распределять кухонные принадлежности по назначению;  
использовать предметы для сервировки стола к завтраку;  
правильно заваривать чай;  
пользоваться нагревательными приборами;  
правильно сидеть за столом;  
пользоваться столовыми приборами, салфеткой;  
соблюдать правила поведения в транспорте и на улице (правила посадки, поведения в салоне и при выходе из транспорта);  
культурно вести себя с работниками торговли;  
соблюдать правила поведения в магазине;  
приготавливать бутерброды;  
приготавливать вторые блюда из вареных овощей;  
различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;  
подбирать одежду и головные уборы по сезону, в зависимости от назначения;  
сушить и чистить одежду и обувь;  
подготавливать одежду и обувь к хранению.

**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.).

**Формирование академических компетенций:**

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;  
умение сервировать стола к завтраку.

**Формирование жизненных компетенций:**

знание и соблюдение правил личной гигиены;  
последовательное выполнение утреннего и вечернего туалета;  
знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода;  
умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения;  
знание правил и умение составления рациона питания;  
умение выполнять правила и приемы ухода за посудой;  
соблюдение правил техники безопасности на кухне;  
умение применять чайную посуду;  
умение заваривать чай;  
формирование умений и навыков по приготовлению бутербродов;  
развитие практических умений обработки овощей, приготовления салатов;  
развитие практических умений по нарезке хлеба, овощей;  
формирование навыка по приготовлению завтрака;  
умение сервировать стол к завтраку;  
знание видов жилых помещений;  
соблюдение порядка в жилом помещении;  
умение правильно вести себя за столом;  
умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск); культуры (библиотека, кинотеатр, музей);  
умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках;  
умение правильно вести себя в учреждениях культуры;  
умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;  
умение правильно вести себя в общественном транспорте;  
соблюдение правил дорожного движения.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:  
расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

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

- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

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 общепользую 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.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» 5 класс**

Раздел	Количество	Формы организации	Виды учебной деятельности
--------	------------	-------------------	---------------------------

	часов	учебных занятий	
<p>Введение</p> <p>1. Основные вопросы</p> <p>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.</p>	(2 часа)	<p>Самостоятельная (лабораторная) работа</p> <p>Практическая работа</p>	Беседа. Работа в тетради.
<p><b>Личная гигиена</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>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.</p>	(3 часа)	<p>Самостоятельная (лабораторная) работа</p> <p>Тематика практических работ</p>	<p>Заполнение таблиц.</p> <p>Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.</p> <p>Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос.</p> <p>Выполнение вечернего туалета: чистка ушей.</p> <p>Комплекс упражнений гимнастики для глаз.</p>
<p><b>Одежда и обувь</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>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.</p>	(6 часов)	<p>Самостоятельная (лабораторная) работа</p> <p>Тематика практических работ</p>	<p>Заполнение таблиц.</p> <p>Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.</p> <p>Чистка и сушка повседневной одежды, обуви.</p>
<p><b>Питание</b></p> <p><b>Основные вопросы</b></p> <p>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</p>	(12 часов)	<p>Самостоятельная (лабораторная) работа</p> <p>Тематика практических работ</p>	<p>Заполнение таблиц.</p> <p>Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Работа с рецептами. Тестирование.</p> <p>Сервировка стола к завтраку. Практическая работа по завариванию чая. Приготовление бутербродов. Приготовление вторых блюд.</p>

электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.			
<p align="center"><b>Жилище</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>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.</p>	(2 часа)	<p><b>Самостоятельная (лабораторная) работа</b></p> <p><b>Тематика практических работ</b></p>	<p>Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование. Сухая и влажная уборка помещений.</p>
<p align="center"><b>Культура поведения</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом; правила этикета.</p>	(4 часа)	<p><b>Самостоятельная (лабораторная) работа</b></p> <p><b>Тематика практических работ</b></p>	<p>Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование. Правила поведения за столом.</p>
<p align="center"><b>Торговля</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.</p>	(2 часа)	<p><b>Самостоятельная (лабораторная) работа</b></p> <p><b>Тематика практических работ</b></p>	<p>Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование. Правила поведения в магазине. Оплата покупки</p>
<p align="center"><b>Транспорт</b></p> <p><b>1. Основные вопросы</b></p> <p>Основные виды транспортных средств, имеющих 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.</p>	(3 часа)	<p><b>Самостоятельная (лабораторная) работа</b></p> <p><b>Тематика практических работ</b></p>	<p>Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование. Составление маршрута от дома до школы. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.</p>

### 3. Тематическое планирование 5 класс

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	<b>Вводный урок.</b> Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда.	2
2	Правила личной гигиены в течение дня	1
3	Предметы и средства личной гигиены	1
4	Гигиена зрения	1
5	Виды одежды	1
6	Чистка одежды, сушка	1
7	Виды обуви	1
8	Практическая работа «Одежда и обувь»	1
9	Чистка, хранение обуви	1
10	Виды головных уборов	1
11	Значение питания в жизни человека	1
12	Кухонные принадлежности	1
13	Уход за посудой	1
14	Чайная посуда	1
15	Правила заваривания чая	1
16	Повторный инструктаж по охране труда. Завтрак	1
17	Сервировка стола к завтраку	1
18	Нарезка хлеба, овощей	1
19	Приготовление бутербродов	1
20	Приготовление бутербродов	1
21	Приготовление салата	1
22	Приготовление салата	1
23	Виды транспортных средств	1
24	Поведение в транспорте	1
25	Правила дорожного движения	1
26	Виды жилых помещений	1
27	Почтовый адрес дома, школы	1
28	Поведение в музее, библиотеке	1
29	Поведение в кино, театре	1



30	Поведение за столом	1
31	Правила приема пищи	1
32	Основные виды магазинов. Отделы	1
33	Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара	1
34	Повторение и закрепление пройденного материала	