

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВОЛЧЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА КАМЕНСКОГО РАЙОНА  
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Волченской СОШ  
 /Т.Г. Юдичева/  
Приказ от «31» августа 2022 г. № 137

АДАптированная  
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам социальной жизни

уровень общего образования, класс: основное общее, 5 класс

количество часов: 33 часа (1 час в неделю)

Программа разработана на основе:

- Федерального государственного стандарта основного общего образования (Приказ №413 от 17.05.2012г. с изменениями приказ Минобрнауки России №1645 от 29.12.2014г.)
- Примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 28.06.2016 № 2/16-з).
- Авторской программы по основам социальной жизни для 5 класса / В. В. Воронковой. М: «Просвещение» 2020 г.

2022 г.

## **РАЗДЕЛ 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **1. Задачи учебного предмета:**

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

**Основными задачами** является овладение учащимися 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.

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

Согласно действующему учебному плану МБОУ Волченской СОШ на 2022-2023 учебный год в рамках реализации ФГОС основного общего образования, рабочая программа для 5 класса предусматривает обучение по основам социальной жизни в объёме 34 учебных недель и 34 часов в год (1 час в неделю).

В соответствии с календарным графиком образовательной деятельности программа будет выполнена за 33 часа за счёт сокращения часов, которые отводятся на тему «Семья» (1 час). Количество часов, отводимое на изучение предмета «основы социальной жизни» позволяет в полном объёме выполнить государственную образовательную программу по предмету. Региональный компонент осуществляется на каждом уроке фрагментарно.

### **3. Планируемые результаты**

#### **Личностные результаты**

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

### **Метапредметные:**

#### **Регулятивные.**

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

#### **Познавательные.**

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо - родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

#### **Коммуникативные.**

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;

- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

**Предметные.**

<i>Минимальный уровень</i>	
<b>Умеют</b>	<b>Знают</b>
<b>Транспорт</b>	
Оплачивать проезд, приобретать билеты	Правила пользования автобусами и электричками пригородного сообщения
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Ухаживать за телом, руками и ногами. Выполнять утреннюю гимнастику, принимать водные процедуры	Основные правила ухода за телом, руками и ногами. Основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики
<b>Одежда и обувь</b>	
Выполнять повседневный уход за одеждой: чистку, ручную и машинную стирку под контролем взрослых	Правила ручной и машинной стирки и приемы повседневного ухода за одеждой
<b>Питание</b>	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
<b>Жилище</b>	
Производить элементарный уход за комнатными растениями, кухонной посудой и утварью, мебелью и бельем	Виды комнатных растений, элементарные способы ухода за ними. Виды кухонной утвари и правила ухода за ней. Предметы для сервировки стола. Кухонную мебель, название и назначение
<b>Семья</b>	
Выполнять свои обязанности в семье	Ближних родственников, свои обязанности в семье
<b>Охрана здоровья</b>	
Измерять температуру тела, обрабатывать раны, порезы и ссадины.	Виды медицинской помощи, способы измерения температуры тела, способы обработки ран,

	порезов и ссадин. Средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
<b>Средства связи</b>	
Отправлять письма различного вида	Основные средства связи, виды почтовых отправлений и виды писем

<b>Достаточный уровень</b>	
<b>Транспорт</b>	
Ориентироваться в расписании, оплачивать проезд, приобретать билеты	Основные средства пригородного сообщения, стоимость проезда до ближайших населенных пунктов
<b>Личная гигиена и здоровье</b>	
Ухаживать за телом, руками и ногами, подбирать косметические средства. Выбирать способы закаливания и выполнять их	Основные косметические средства для ухода за телом, рукам и ногами и правила их использования. Основные способы закаливания, их выбор и правила выполнения
<b>Одежда и обувь</b>	
Выбирать вид ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке и выполнять их	Значение опрятного вида человека, правила и приемы ухода за одеждой в зависимости от обозначения на этикетке
<b>Питание</b>	
Выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь выбирать место для их хранения. Производить глубокую заморозку мяса и способы его размораживания	Виды жиров, яиц, муки, круп, мяса, способы их хранения. Приемы первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп
<b>Жилище</b>	
Ухаживать за комнатными растениями, соблюдать правила гигиены и хранить кухонное белье, посуду и утварь. Подбирать предметы для сервировки стола в зависимости от меню	Виды комнатных растений. Особенности ухода, правила полива, подкормки, выбора горшков и кашпо для комнатных растений. Правила гигиены и хранения кухонного белья, посуды, утвари и мебели. Кухонную и столовую посуду
<b>Семья</b>	

Распределять обязанности в семье, помогать младшим и выполнять свои обязанности	Взаимоотношения между родственниками, распределение обязанностей в семье
<b>Охрана здоровья</b>	
Обрабатывать раны, порезы и ссадины, применять профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	Виды доврачебной и врачебной помощи, способы измерения температуры тела, обработки ран, порезов и ссадин. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний
<b>Средства связи</b>	
Составлять и отправлять письма различного вида	Основные средства связи, их назначение и особенности использования. Виды почтовых отправлений, порядок составления и отправления писем различного вида

## РАЗДЕЛ 2. Содержание учебного предмета (33 часа)

### **Введение(1ч)**

Вводное занятие.

### **Диагностика(1ч)**

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

### **Личная гигиена и здоровье(3ч)**

Утренний и вечерний туалет. Личные вещи. Правила содержания личных вещей. Практическая работа «Выполнение утреннего и вечернего туалета».

### **Охрана здоровья(3ч)**

Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Лекарственные растения. Практическая работа «Заваривание травяного чая».

### **Жилище(5ч)**

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(5ч)**

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(9)**

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(3ч)**

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(1ч)**

Основные средства связи.

### **Семья(2ч)**

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

## **1. Учебно – тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема (раздел)</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Сроки прохождения материала</b>
<b>1</b>	Введение	1	02.09.2022
<b>2</b>	Диагностика знаний и умений	1	09.09.2022
<b>3</b>	Личная гигиена и здоровье	3	16.09.2022-30.09.2022
<b>4</b>	Охрана здоровья	3	07.10.2022-21.10.2022
<b>5</b>	Жилище	5	28.10.2022-02.12.2022
<b>6</b>	Одежда и обувь	5	09.12.2022-20.01.2023
<b>7</b>	Питание	9	27.01.2023-14.04.2023
<b>8</b>	Транспорт	3	21.04.2023-05.05.2023
<b>9</b>	Средства связи	1	12.05.2023
<b>10</b>	Семья	2	19.05.2023-26.05.2023
	<b>Итого</b>	<b>33ч</b>	

## **2. Список литературы:**

1. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, допущенная Министерством образования РФ, Москва «ВЛАДОС» 2000, под редакцией В. В. Воронковой.

2. Воронкова, В. В. , С. А. Казакова, С. А.

Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя/ В. В. Воронкова, С. А. Казакова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 247 с. – (Коррекционная педагогика).

3. С.А.Львова

Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в спец. (кор.) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9классы. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005.- 136с. - (Коррекц. Педагогика)

4. Хилько, А. А., Ермощенко, М. Е., А. Д. Смирнова, А. Д.

Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида.: Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»). – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006. – 223 с.

#### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебный комплекс для обучающихся:

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5 класс» (Москва, Владос, 2013),

Методическая литература для учителя

«Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида». Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - (Коррекционная педагогика)

Т.А.Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» (Москва, Владос, 2005),

С.А.Львова «Справочник выпускника» (Москва, Владос, 2009),

В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы» (Москва, Владос, 2013).

Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.

#### Оборудование класса

Ученические столы двухместные с комплектом стульев

Стол учительский с тумбой

Шкафы, тумбы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий, учебного оборудования и пр.

Стенды тематические

Настенная доска для размещения иллюстративного материала

#### 3. График проведения контрольных работ

№ п/п	Название контрольной работы	дата
1.	Контрольный тест: «Личная гигиена, одежда, питание»	14.10.2022
2.	Контрольный тест: «Семья, культура поведения»	16.12.2022
3.	Контрольный тест: «Транспорт, торговля»	10.03.2023
4.	Итоговый контрольный тест.	12.05.2023

#### 4. Календарно- тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Тип урока	Дата	
			П	Ф

	<b>Раздел «Введение» (1ч)</b>			
1	Вводное занятие	Урок изучения нового материала	2022г. 02.09	
	<b>Раздел «Диагностика знаний и умений» (1ч)</b>			
2	Диагностика знаний и умений учащихся.	Урок изучения нового материала	09.09	
	<b>Раздел «Личная гигиена и здоровье» (3ч)</b>			
3	Утренний и вечерний туалет.	Урок изучения нового материала	16.09	
4	Личные вещи. Правила содержания личных вещей.	Урок изучения нового материала	23.09	
5	<u>Практическая работа</u> «Выполнений утреннего и вечернего туалета»	Урок закрепления знаний и умений	30.09	
	<b>Раздел «Охрана здоровья» (3 часа)</b>			
6	Профилактика простудных и вирусных заболеваний.	Урок изучения нового материала	07.10	
7	Лекарственные растения. <b>Контрольный тест № 1</b>	Урок изучения нового материала	14.10	
8	<u>Практическая работа</u> «Заваривание травяного чая».	Урок закрепления знаний и умений	21.10	
	<b>Раздел «Жилище» (5 часов)</b>			
9	Типы и виды жилых помещений.	Урок изучения нового материала	28.10	
10	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	Урок изучения нового материала	11.11	
11	Домашний почтовый адрес.	Урок изучения нового материала	18.11	
12	<u>Практическая работа:</u> «Написание адреса на конверте».	Урок закрепления знаний и умений	25.11	
13	Планировка помещения, типы жилых комнат.	Урок изучения нового материала	02.12	
	<b>Раздел «Одежда и обувь» (5 ч)</b>			
14	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	Урок изучения нового материала	09.12	
15	Виды одежды. <b>Контрольный тест № 2</b>	Урок изучения нового материала	16.12	
16	Головные уборы и их назначение.	Урок изучения нового материала	23.12	
17	Виды обуви.	Урок изучения нового материала	2023г. 13.01	
18	<u>Практическая работа</u> «Ежедневный уход за одеждой».	Урок закрепления знаний и умений	20.01	
	<b>Раздел «Питание» (9 часов)</b>			
19	Продукты питания. Значение питания в жизни человека	Урок изучения нового материала	27.01	

20	Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы.	Урок изучения нового материала	03.02	
21	Приготовление завтрака. Меню завтрака.	Урок изучения нового материала	10.02	
22	Хлеб и Хлебобулочные изделия.	Урок изучения нового материала	17.02	
23	Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе».	Урок закрепления знаний и умений	03.03	
24	Яйца, блюда из яиц. <b>Контрольный тест № 3</b>	Урок изучения нового материала	10.03	
25	<u>Практическая работа</u> «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет».	Урок закрепления знаний и умений	17.03	
26	Чай, кофе, фруктовые напитки.	Урок изучения нового материала	07.04	
27	<u>Практическая работа</u> «Заваривания чая, варка кофе»	Урок закрепления знаний и умений	14.04	
	<b>Раздел «Транспорт» (3 часа)</b>			
28	Городской общественный транспорт. Маршрут движения.	Урок изучения нового материала	21.04	
29	Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда.	Урок изучения нового материала	28.04	
30	<u>Практическая работа</u> «Поездка в общественном транспорте»	Урок изучения нового материала	05.05	
	<b>Раздел «Средства связи» (1ч)</b>			
31	Основные средства связи. <b>Итоговый тест</b>	Урок изучения нового материала	12.05	
	<b>Раздел «Семья» (2ч)</b>			
32	Семья. Личные взаимоотношения в семье.	Урок изучения нового материала	19.05	
33	Состав семьи, родственные отношения.	Урок закрепления знаний и умений	26.05	
	<b>Итого:</b>		<b>33ч</b>	

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания ШМО  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

---

(ФИО руководителя ШМО, подпись)

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_/А.В. Рыхлова/

---

(дата согласования)

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического совета  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_