

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Куженкинская основная общеобразовательная школа»

Бологовского района Тверской области



«Утверждаю»

Директор школы

Г.В.Висленева/

Присоед. № 2

08 2023г.

**Федеральная адаптированная  
рабочая программа  
для обучающихся с ОВЗ  
( вариант 1)  
по учебному предмету  
«Основы социальной жизни»  
5 класс**

Разработана:

Висленевой П.С.

учителем начальных классов

с. Куженкино

2023 -2024 уч. г.

## Пояснительная записка

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе глухим, слабослышащим и позднооглохшим, слепым, слабовидящим, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с расстройствами аутистического спектра.

Цель реализации ФАООП УО (вариант 1) образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Достижение поставленной цели при разработке и реализации образовательной организацией АООП предусматривает решение основных задач:

овладение обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учебной деятельностью, обеспечивающей формирование жизненных компетенций;

формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовнонравственными и социокультурными ценностями;

достижение планируемых результатов освоения АООП образования обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей;

выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), через организацию их общественно полезной деятельности, проведения спортивно-оздоровительной работы, организацию художественного творчества с использованием системы клубов, секций, студий и кружков (включая организационные формы на основе сетевого взаимодействия), проведении спортивных, творческих соревнований;

участие педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) и общественности в проектировании и развитии внутришкольной социальной среды.

Программа ориентирована на учебник: - С.В.Комарова и Е.Л.Александрова Учебник «Основы социальной жизни» , 5 класс Москва, «Просвещение», 2023г. Учебник для общеобразовательных организаций,– В -1 ч.

### **Планируемые результаты изучения курса «Основы социальной жизни»**

Результаты освоения с обучающимися с легкой умственной отсталостью АООП оцениваются как итоговые на момент завершения образования.

Освоение обучающимися ФАООП УО (вариант 1) предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

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 ФАООП УО (вариант 1) образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

**К личностным результатам освоения ФАООП УО (вариант 1) относятся:**

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения ФАООП УО (вариант 1) образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной

области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

### **Описание места учебного предмета**

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество».

Согласно учебному плану на изучение предмета «Основы социальной жизни» выделяется в 5 классе 68 ч (2 часа в неделю, 34 учебные недели).

### **Содержание тем учебного предмета**

#### *Учебно – тематический план*

№ п/п	Наименование раздела	Кол – во часов
1.	Забота о себе.	12 часов
2.	Домоводство.	11 часов
3.	О вкусной и здоровой пище.	11 часов
4.	Мир полезных устройств и машин.	15 часов
5.	Семья.	16 часов
6.	Повторение.	3 часа
Всего:		68 часов

### **Содержание «Основы социальной жизни»**

**Гигиена тела.** Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приёмы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее бельё, носки, колготки). Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы и приёмы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотра телепередач, работы с компьютером. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес.

**Комнатные растения.** Виды комнатных растений. Особенности ухода. Горшки и кашпо для комнатных растений. Уход за жилищем. Виды уборки. Ежедневная уборка. Одежда. Особенности разных видов одежды. Уход за одеждой. Хранение одежды. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

**Питание.** Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды.

**Общественный транспорт.** Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте. Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. **Родственные отношения в семье.** Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Места работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим, домашние обязанности.

### Календарно-тематическое планирование

Номер	Название темы, раздела	Кол -во часо в	Дата проведения		Очно/ заочно	Примечание
			План	Факт		
<b>Раздел 1. Забота о себе.</b>						
1	Инструктаж по ТБ. Вводный урок. Знакомство с предметом «ОСЖ»	1	05.09			
2	Забота о себе.	1	08.09			
3	Утренняя гимнастика.	1	12.09			
4	Закаливание.	1	15.09			
5	Закаливание.	1	19.09			
6	Забота о руках.	1	22.09			
7	Забота о ногах.	1	26.09			
8	Забота о глазах	1	29.09			
9	Проект «Забота о себе» Составление плана.	1	03.10			
10	Проект «Забота о себе». Зарисовки проекта.	1	06.10			

11	Проект «Забота о себе». Итог проекта.	1	10.10			
12	Загадки для сообразительных. Закрепление темы.	1	13.10			
<b>Раздел 2 Домоводство.</b>						
13	Каким бывает дом.	1	17.10			
14	Дом моей мечты	1	20.10			
15	Порядок в доме.	1	24.10			
16	Комнатные растения.	1	27.10			
17	Комнатные растения. Условные знаки, что нужно растениям.	1	07.11			
18	По одежке встречают.	1	10.11			
19	Хранение одежды и стирка. Тест.	1	14.11			
20	Идеальная пара. Обувь.	1	17.11			
21	Тренажёр шнуровки кроссовок.	1	21.11			
22	Проект «Важные правила аккуратного человека»	1	24.11			
23	И в шутку и в серьёз.	1	28.11			
<b>Раздел 3. О вкусной и здоровой пище.</b>						
24	Еда для здоровья. Как правильно есть.	1	01.12			
25	Животная пища.	1	05.12			
26	Растительная пища.	1	08.12			
27	Молочные продукты.	1	12.12			
28	Завтрак – начало дня!	1	15.12			
29	Сервировка стола.	1	19.12			
30	Как правильно пользоваться ножом?	1	22.12			
31	Виды плит и как ими пользоваться.	1	26.12			
32	Мастерская бутербродов.	1	09.01			
33	Вкусные рецепты.	1	12.01			
34	Подведем итоги. Тест.	1	16.01			
<b>Раздел 4. Мир полезных устройств и машин</b>						
35	Транспорт – это удобно.	1	19.01			
36	Просмотр видеороликов «Транспортные перевозки»	1	23.01			
37	На заметку пассажиру.	1	26.01			
38	Транспорт моей мечты	1	30.01			
39	Правила безопасного поведения в разных видах транспорта.	1	02.02			
40	Правила безопасного поведения в автобусе.	1	06.02			
41	Зачем нужны средства связи?	1	09.02			
42	Проект «Мои средства связи»	1	13.02			

43	Проект « Мои средства связи»	1	16.02			
44	Проект « Мои средства связи»	1	20.02			
45	Открытка другу.	1	27.02			
46	Письмо себе в будущее.	1	01.03			
47	Что такое посылка и как ее отправить по почте?	1	05.03			
48	И в шутку , и в серьез.	1	12.03			
49	Подведем итоги. Тест.	1	15.03			
<b>Раздел 5 . Семья.</b>						
50	Что такое семья?	1	19.03			
51	Просмотр мультфильма «Семья»	1	22.03			
52	Что такое родословная? Составление родословной.(ученика)	1	02.04			
53	Составление родословной.(ученика)	1	05.04			
54	Оформление родословной ученика	1	09.04			
55	Составление родословной.(ученицы)	1	12.04			
56	Составление родословной.(ученицы)	1	16.04			
57	Оформление родословной ученицы	1	19.04			
58	Семейные традиции.	1	23.04			
59	Составление календаря семейных традиций.	1	26.04			
60	Проект «Моя семья»	1				
61	Проект «Моя семья»	1				
62	Проект «Моя семья»	1				
63	Игры для всей семьи.	1				
64	Важные правила современного человека. Знаю?Понимаю?Умею?	1				
65	Важные правила современного человека. Знаю?Понимаю?Умею?	1				
<b>Раздел 6. Повторение</b>						
66	Повторение.	1				
67	Повторение.	1				
68	Итоговый тест.	1				
Всего:		68				

**Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

1. С.В.Комарова и Е.Л.Александрова Учебник «Основы социальной жизни» для 5 класса. Москва «Просвещение», 2023 г.
2. ТСО, интерактивная доска, ноутбук.