

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

Муниципальное образование "Бологовский район" Тверской области

МБОУ Куженкинская ООШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Л.Н.Шульгина
Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

В.В.Виноградова
Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"Куженкинская ООШ"

И.Б.Кокорева
Приказ №156 от «26»
августа 2025 г.



Адаптированная
рабочая программа
для обучающихся с ОВЗ
с нарушениями интеллекта
(вариант 1)
по учебному предмету
«Основы социальной жизни»
5 класс

с.Куженкино 2025

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

Муниципальное образование "Бологовский район" Тверской области

МБОУ Куженкинская ООШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Л.Н.Шульгина
Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

В.В.Виноградова
Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"Куженкинская ООШ"

И.Б.Кокорева
Приказ №156 от «26»
августа 2025 г.



Адаптированная
рабочая программа
для обучающихся с ОВЗ
с нарушениями интеллекта
(вариант 1)
по учебному предмету
«Основы социальной жизни»
5 класс

с.Куженкино 2025

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

Муниципальное образование "Бологовский район" Тверской области

МБОУ Куженкинская ООШ

РАССМОТREНО

Руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"Куженкинская ООШ"

Л.Н.Шульгина

Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

В.В.Виноградова

Протокол №1 от «26»
августа 2025 г.

И.Б.Кокорева

Приказ №156 от «26»
августа 2025 г.

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

с.Куженкино 2025

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; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки). Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы и приемы 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 приемы 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, гладжение, 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 часов	Дата проведения		Очно/заочно	Примечание
			План	Факт		
Раздел 1. Забота о себе.						
1	Инструктаж по ТБ. Вводный урок. Знакомство с предметом «ОСЖ»	1				
2	Забота о себе.	1				
3	Утренняя гимнастика.	1				
4	Закаливание.	1				
5	Закаливание.	1				
6	Забота о руках.	1				
7	Забота о ногах.	1				
8	Забота о глазах	1				
9	Проект «Забота о себе» Составление плана.	1				
10	Проект «Забота о себе». Зарисовки проекта.	1				

11	Проект «Забота о себе». Итог проекта.	1				
12	Загадки для сообразительных. Закрепление темы.	1				
13	Каким бывает дом.	1				
14	Дом моей мечты	1				
15	Порядок в доме.	1				
16	Комнатные растения.	1				
17	Комнатные растения. Условные знаки, что нужно растениям.	1				
18	По одежке встречают.	1				
19	Хранение одежды и стирка. Тест.	1				
20	Идеальная пара. Обувь.	1				
21	Тренажер для шнурковки кроссовок.	1				
22	Проект «Важные правила аккуратного человека»	1				
23	И в шутку и в серьез.	1				
Раздел 3. О вкусной и здоровой пище.						
24	Еда для здоровья. Как правильно есть.	1				
25	Животная пища.	1				
26	Растительная пища.	1				
27	Молочные продукты.	1				
28	Завтрак – начало дня!	1				
29	Сервировка стола.	1				
30	Как правильно пользоваться ножом?	1				
31	Виды плит и как ими пользоваться.	1				
32	Мастерская бутербродов.	1				
33	Вкусные рецепты.	1				
34	Подведем итоги. Тест.	1				
Раздел 4. Мир полезных устройств и машин						
35	Транспорт – это удобно.	1				
36	Просмотр видеороликов «Транспортные перевозки»	1				
37	На заметку пассажиру.	1				
38	Транспорт моей мечты	1				
39	Правила безопасного поведения в разных видах транспорта.	1				
40	Правила безопасного поведения в автобусе.	1				
41	Зачем нужны средства связи?	1				

42	Проект « Мои средства связи»	1				
43	Проект « Мои средства связи»	1				
44	Проект « Мои средства связи»	1				
45	Открытка другу.	1				
46	Письмо себе в будущее.	1				
47	Что такое посылка и как ее отправить по почте?	1				
48	И в шутку , и в серьез.	1				
49	Подведем итоги. Тест.	1				

Раздел 5 . Семья.

50	Что такое семья?	1				
51	Просмотр мультфильма «Семья»	1				
52	Что такое родословная? Составление родословной.(ученика)	1				
53	Составление родословной.(ученика)	1				
54	Оформление родословной ученика	1				
55	Составление родословной.(ученицы)	1				
56	Составление родословной.(ученицы)	1				
57	Оформление родословной ученицы	1				
58	Семейные традиции.	1				
59	Составление календаря семейных традиций.	1				
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				

Раздел 6. Повторение

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