

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

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

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, 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		
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 шнуровки 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.