

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа села Аркадьевка»

**Согласовано:**

Заместитель директора школы  
по УВР Печ- М.В. Познизова  
«29» августа 2022 г.  
Протокол № 1 от 29.08.2022

**Утверждаю:**

Директор МОБУ «СОШ с.Аркадьевка»  
О.Н.Варкентин  
Приказ № 5  
от 29.08.2022 2022 г.



АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

Наименование учебного предмета	<i>Основы социальной жизни</i>
Класс	5
Учитель	<i>Иванова Лариса Васильевна</i> <i>учитель 1 кв. категории</i>
Срок реализации программы (уч.год)	2022-2023
Количество часов по учебному плану	5 класс – 1/34
Планирование составлено на основе	<i>Программы специальных</i> <i>(коррекционных) образовательных</i> <i>учреждений VIII вида 5-9 классы под</i> <i>редакцией доктора педагогических</i> <i>наук В. В. Воронковой. – М.:</i> <i>«Просвещение» 2015 г.</i>
Учебник	
Рабочую программу составил	<i>Иванова Лариса Васильевна</i> <hr/> <i>(личная подпись)</i>

с. Аркадьевка 2022 г.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате освоения курса основы социальной жизни 5 класса учащиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками.

### **Личностными результатами:**

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:**

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.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Личная гигиена (3 ч.)**

Закаливание организма. Уход за руками. Профилактика грибковых заболеваний.

**Одежда (4 ч.)**

Мелкий ремонт одежды. Правила и приемы стирки изделий из цветных х/б тканей. Правила и приемы стирки изделий из шелковых тканей. Правила и приемы глажения изделий из х/б и шелковых тканей.

**Практические работы**

Мелкий ремонт одежды.

### **Транспорт (3 ч.)**

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Пригородные поезда. Расписание направления, зоны.

### **Питание (7 ч.)**

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи. Определение срока годности продуктов. Ужин. Приготовление блюд из круп. Приготовление простейших блюд из макаронных изделий. Приготовление блюд из молока и молочных продуктов. Приготовление простейших блюд из картофеля. Блюда из овощей. Сладкие блюда и напитки. Заготовка продуктов.

#### Практические работы

Приготовление простейших блюд из картофеля

### **Семья (2 ч.)**

Состав семьи учащихся. Родственные отношения. Личные отношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

### **Культура поведения (2 ч.)**

Правила поведения в общественных местах. Театр, кинотеатр. Правила поведения в музее и библиотеке. Правила поведения при посещении массовых мероприятий. Правила безопасности при посещении массовых мероприятий.

### **Жилище (4 ч.)**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения. Уход за комнатными растениями. Уход за полом. Средства по уходу за полом.

#### Практические работы

Уход за комнатными растениями.

### **Торговля (2 ч.)**

Продовольственные магазины. Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

### **Средства связи (3 ч.)**

Основные средства связи, их назначение. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка). Виды писем. Порядок отправления писем различных видов, стоимость пересылки.

### **Медицинская помощь (3 ч.)**

Медицинские учреждения, их назначение. Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование разных видов медицинской помощи.

#### **Учреждения и организации (1 ч.)**

Учреждения дополнительного образования.

**Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

№ п/п	Тема	Модуль воспитательной программы «Школьный урок»	Количество часов	Контрольные работы (оценочные процедуры)
1	Личная гигиена	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	3	
2	Одежда		4	
3	Транспорт	Уроки безопасности при ЧС	3	
4	Питание	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	7	
5	Семья		2	
6	Культура поведения	Уроки безопасности при ЧС. Всероссийский урок ОБЖ	2	
7	Жилище	Профилактическая акция «Огонь и дети»	4	
8	Торговля		2	
9	Средства связи		3	
10	Медицинская помощь	Всероссийский урок ОБЖ (первая помощь при неотложных состояниях).	3	
11	Учреждения и организации	Уроки безопасности при ЧС	1	
<b>Итого:</b>			<b>34</b>	

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛ.**

№ п/п	Тема урока (занятия)	Количество часов	Дата проведения	
			планируемая	фактическая
	<b>Личная гигиена</b>	<b>3</b>		
1/1	Закаливание организма	1	1.9	
2/2	Уход за руками	1	8.9	
3/3	Профилактика грибковых заболеваний	1	15.9	
	<b>Одежда</b>	<b>4</b>		
4/1	Мелкий ремонт одежды	1	22.9	

5/2	Правила и приемы стирки изделий из цветных х/б тканей.	1	29.9	
6/3	Правила и приемы стирки изделий из шелковых тканей	1	6.10	
7/4	Правила и приемы глажения изделий из х/б и шелковых тканей	1	13.10	
	<b>Транспорт</b>	<b>3</b>		
8/1	Основные транспортные средства.	1	20.10	
9/2	Пользование городским транспортом.	1	27.10	
10/3	Пригородные поезда. Расписание направления, зоны.	1	10.11	
	<b>Питание</b>	<b>7</b>		
11/1	Гигиена приготовления пищи.	1	17.11	
12/2	Хранение продуктов и готовой пищи.	1	24.11	
13/3	Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи	1	1.12	
14/4	Определение срока годности продуктов	1	8.12	
15/5	Приготовление простейших блюд из макаронных изделий.	1	15.12	
16/6	Приготовление простейших блюд из картофеля.	1	22.12	
17/7	Заготовка продуктов	1	12.1	
	<b>Семья</b>	<b>2</b>		
18/1	Состав семьи учащихся	1	19.1	
19/2	Права и обязанности каждого члена семьи.	1	26.1	
	<b>Культура поведения</b>	<b>2</b>		
20/1	Правила поведения в общественных местах. Театр, кинотеатр.	1	2.2	
21/2	Правила поведения при посещении массовых мероприятий	1	9.2	
	<b>Жилище</b>	<b>4</b>		

22/1	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1	16.2	
23/2	Основные правила организации рабочего места школьника.	1	1.3	
24/3	Повседневная уборка квартиры	1	15.3	
25/4	Уход за комнатными растениями	1	22.3	
	<b>Торговля</b>	<b>2</b>		
26/1	Специализированные продовольственные магазины	1	6.4	
27/2	Порядок приобретения товаров	1	13.4	
	<b>Средства связи</b>	<b>3</b>		
28/1	Основные средства связи, их назначение.	1	20.4	
29/2	Виды почтовых отправлений	1	27.4	
30/3	Порядок отправления писем различных видов, стоимость пересылки.	1	4.5	
	<b>Медицинская помощь</b>	<b>3</b>		
31/1	Медицинские учреждения, их назначение	1	11.5	
32/2	Виды медицинской помощи.	1	18.5	
33/3	Вызов «скорой помощи» и врача на дом	1	25.5	
	<b>Учреждения и организации</b>	<b>1</b>		
34/1	Учреждения дополнительного образования, их назначение	1		

### Лист изменений и дополнений в рабочую программу

Предмет: основы социальной жизни

Класс: 5

Учитель: Иванова Л.В.

№ урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
				По плану	Дано фактически		

Учитель \_\_\_\_\_

(\_\_\_\_\_)

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ Ф.И.О.