

Казенное общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Солнечная школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»



РАССМОТРЕНА
Заседание МС
Протокол № 1
от «30» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по УР
Е.В. Литвинова
Е.В. Литвинова
от «30» августа 2022г

УТВЕРЖДЕНА
Директор
Е.Г. Модестова
Е.Г. Модестова
Приказ № 535 от «31» августа 2022г.

**Рабочая программа
по учебному предмету «Основы социальной жизни»
для обучающихся 5а класса**

2022-2023 учебный год

**Составитель
Кушнырева З.В., учитель первой категории**

Рабочая учебная программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена для обучающихся 5а класса с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Срок реализации программы 2022 – 2023 год. Учебная недельная нагрузка – 1 час.

Период обучения	Количество часов
1 четверть	8
2 четверть	8
3 четверть	10
4 четверть	8
За год	34

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты

Достаточный уровень

Обучающиеся должны **знать**:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- о вреде курения, алкоголя;
- виды жилых помещений в городе и селе и их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната;
- правила организации рабочего места школьника;
- виды одежды, обуви и их назначение;
- правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);
- значение питания;
- правила безопасной работы режущими инструментами;
- правила мытья посуды и уборки помещения;
- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- правила передвижения на велосипеде;
- родственные отношения в семье;
- состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

Обучающиеся должны **уметь**:

- выбирать прическу и причесывать волосы;
- стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте;
- корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли;
- писать адрес на почтовых открытках, конвертах;
- соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду.
- подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;
- нарезать хлеб, сырые и вареные овощи;
- строго соблюдать правила безопасности работы режущими инструментами;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения;
- выполнять правила поведения в семье.

Минимальный уровень

Обучающиеся должны **знать:**

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила освещенности рабочего места по опорным словам и вопросам учителя;
- правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- о вреде курения, алкоголя;
- виды жилых помещений в городе и селе;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната по опорным вопросам учителя;
- правила организации рабочего места школьника;
- виды одежды, обуви и их назначение;
- правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных) по опорным словам и вопросам учителя;
- правила безопасной работы режущими инструментами;
- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- правила передвижения на велосипеде с опорой на наглядность по вопросам учителя;
- родственные отношения в семье;
- состав семьи, имена, отчества, фамилии членов семьи.

Обучающиеся должны **уметь:**

- совершать вечерний туалет в определенной последовательности под присмотром взрослых;
- выбирать прическу и причесывать волосы с помощью педагога;
- стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте с помощью педагога;
- писать адрес на почтовых открытках, конвертах по образцу с помощью учителя;
- соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду с помощью педагога;
- подбирать крем и чистить кожаную обувь с помощью педагога;
- прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;
- нарезать хлеб, сырые и вареные овощи с помощью учителя;
- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

Личностные результаты

1. Формирование адекватных представлений о собственных возможностях.
2. Развитие социально значимых мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося.
3. Развитие умения гордиться школьными успехами и достижениями.
4. Развитие навыков коммуникации и принятых норм социального взаимодействия.
5. Развитие социально-бытовых навыков, используемых в повседневной жизни.
6. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
7. Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
8. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Базовые учебные действия

Коммуникативные учебные действия	Регулятивные учебные действия	Познавательные учебные действия
<p>Развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия; - слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его; - использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач. 	<p>Развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; - осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; - обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; - адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность. 	<p>Развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; - использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; - использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

2. Содержание учебного предмета

№ Раздела (темы)	Название и содержание раздела (темы)	Кол-во часов	Виды (формы) и количество практических занятий		
			Практическая работа	Проверочная работа, тестирование	Экскурсия
1.	Введение. Особенности уроков ОСЖ. Правила техники безопасности в кабинете.	1			
2.	Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для жизни и здоровья человека. Здоровье и красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Гигиена зрения. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие детского организма и окружающих.	6		1	
3.	Охрана здоровья. Виды медицинской помощи. Доврачебная медицинская помощь. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, «зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	1			
Итого за I четверть		8		1	
	Охрана здоровья. (продолжение)	1			
4.	Жилище. Виды жилых помещений в городе и на селе. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы-интерната.	3	1		
5.	Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви	4			

	для сохранения здоровья человека. Их виды и назначение. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой Правила и приемы повседневного ухода за обувью.				
Итого за II четверть		8	1		
6.	Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей. Состав продуктов питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонная утварь и уход за ней. Сервировка стола. Роль овощей в питании. Первичная обработка овощей. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Правила мытья и чистки посуды. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины.	10	2		
Итого за III четверть		10	2		
	Питание. (продолжение)	3		1	1
7.	Транспорт. Виды транспортных средств. Проезд в школу- интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	2			
8.	Семья. Семья, родственные отношения в семье Состав семьи учащихся. ФИО, возраст каждого члена семьи. Взаимоотношения между членами семьи.	3		1	
Итого за IV четверть		8		2	1
Итого за год		34	3	3	1

3. Календарно-тематическое планирование уроков в 5а классе (34 часа)

№ урока		Дата проведения урока		Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности	Примечание
год	четв	план	факт					
I четверть (8 часов)								
1. Введение. (1 ч.)								
1.	1.	07.09.22		Вводное занятие.	Вводный урок	1	Знакомство с зонами кабинета, назначением оборудования в ходе экскурсии; инструктаж по технике безопасности, знакомство с целями и задачами изучения предмета «ОСЖ», просмотр презентации в программе «PowerPoint» «Чему будем учиться».	
2. Личная гигиена и здоровье. (6ч.)								
2.	2.	14.09.22		Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	Урок сообщения новых знаний	1	Прослушивание и обсуждение отрывка стихотворения К. Чуковского «Мойдодыр», формулирование правил гигиены с опорой на картинки, выполнение задания на индивидуальных карточках (восстановление текста правил), выполнение практической работы (гигиеническое мытье рук с опорой на иллюстрированную схему).	
3.	3.	21.09.22		Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	Комбинированный урок	1	Участие в беседе, работа с натуральными образцами предметов и средств гигиены – классификация, объяснение выбора, чтение информации на упаковках, участие в играх, направленных на развитие познавательных способностей «Найди нужное» и «Что лишнее», работа в тетради – заполнение таблицы «Предметы и средства гигиены», разгадывание кроссворда.	
4.	4.	28.09.22		Здоровье и красота прически.	Комбинированный урок	1	Выполнение программированного задания, направленного на развитие мышления и навыков сотрудничества – работа в парах, комментированное чтение текста, просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint» «Прически», составление и чтение памяток «Уход за волосами».	
5.	5.	05.10.22		Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	Комбинированный	1	Выполнение задания по карточке (выбор верного утверждения), знакомство со	

					урок		строением органов зрения и их значением, ответы на вопросы, выполнение гимнастики для глаз, формулирование правил гигиены зрения, выполнение практической работы (установка настольной лампы, определение расстояния для просмотра телевизора).	
6.	6.	12.10.22		Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье.	Комбинированный урок	1	Просмотр и обсуждение видеоролика «Вредные привычки», чтение текста «Влияние курения на организм человека», формулирование выводов, моделирование ситуации и высказывание своего мнения, рисование запрещающих знаков, заполнение анкеты.	
7.	7.	19.10.22		Проверочная работа по разделу «Личная гигиена». Тестирование.	Урок контроля знаний	1	Выполнение тестовых заданий, разгадывание кроссворда в парах. Оценивание результатов выполненной работы.	
3. Охрана здоровья. (2 ч.)								
8.	8.	26.10.22		Доврачебная медицинская помощь. Обработка ран, порезов и ссадин.	Урок сообщения новых знаний	1	Знакомство с видами медицинской помощи - просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint», знакомство с содержимым медицинской аптечки (перевязочные и специальные средства – бинт, вата, лейкопластырь, перекись водорода, йод, «зеленка»...), выполнение тренировочных упражнений в измерении температуры, обработке ран, порезов, ссадин с опорой на картинный план, инструкцию и показ учителя – работа в парах.	
II четверть (8 часов)								
9.	1.	09.11.22		Профилактика вирусных и простудных заболеваний.	Комбинированный урок	1	Участие в игре «Кто больше» (называние признаков, характеризующих здорового человека), беседа с опорой на знания и личный опыт учеников о вирусных и простудных заболеваниях (ОРВИ, грипп, коронавирус) и их симптомах, участие в игре «Наполним корзину» (отгадывание загадок об овощах и фруктах с богатым содержанием витаминов), составление памятки «Полезные советы сохранения	

							здоровья».	
4. Жилище. (3 ч.)								
10.	2.	16.11.22		Виды жилых помещений в городе и на селе.	Урок сообщения новых знаний	1	Просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint» «Виды жилищ у разных народов», работа с иллюстрациями – определение сходства и различия городского и сельского домов, краткие записи в тетради, составление устного рассказа о своем доме или квартире, разгадывание кроссворда – работа в парах.	
11.	3.	23.11.22		Виды комнат и подсобных помещений.	Комбинированный урок	1	Знакомство с видами помещений, объяснение новых понятий, чтение текста «Организация рабочего места школьника», составление рассказа по иллюстрациям, упражнения в установке настольной лампы на рабочем месте, заполнение таблицы «Помещения в жилых домах», участие в игре с использованием интерактивной LED панели.	
12.	4.	30.11.22		Практическая работа по теме «Почтовый адрес дома, школы-интерната».	Практический урок	1	Выполнение задания «Собери предложение», направленного на развитие мышления, чтение и обсуждение отрывка рассказа А. П. Чехова, составление алгоритма написания адреса на конверте, выполнение практической работы (написание адреса дома и школы на конверте).	
5. Одежда и обувь. (4ч.)								
13.	5.	07.12.22		Виды головных уборов, одежды и их значение для здоровья человека.	Урок сообщения новых знаний	1	Разгадывание ребусов, участие в беседе «История одежды», работа с дидактическим материалом в группах (классификация предметов одежды, обуви, головных уборов), заполнение таблицы «Виды одежды, назначение», выполнение тренировочных заданий на образовательном сайте «LearningApps.org».	
14.	6.	14.12.22		Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	Комбинированный урок	1	Выполнение задания «Найди соответствие», направленного на развитие познавательных способностей на индивидуальных карточках, чтение текста	

							правил, участие в игре «Аукцион», составление памятки из разрезных карточек, выполнение практических упражнений (чистка, складывание, размещение в шкафу предметов одежды).		
15.	7.	21.12.22		Виды обуви, их назначение.	Комбинированный урок	1	Беседа с опорой на знания и личный опыт учеников, работа с натуральными образцами обуви, средствами и приспособлениями для ухода за ней - определение материалов, из которых сделана обувь, определение свойств обуви из разных материалов, «чтение» условных обозначений на обувных коробках, составление алгоритма ухода за обувью, выбор средств ухода с учетом материала, заполнение таблицы «Верные и недопустимые действия».		
16.	8.	28.12.22		Уход за обувью.	Практический урок	1	Выполнение заданий, направленных на развитие мышления на образовательном сайте «LearningApps.org», чтение текста памятки «Уход за обувью», составление плана чистки кожаной обуви, подбор средств и предметов, выполнение практических упражнений (очистка обуви от пыли и грязи, нанесение крема, полирование).		
III четверть (10 часов)									
6. Питание. (13 ч.)									
17.	1.	11.01.23		Значение питания в жизни и деятельности людей.	Урок сообщения новых знаний	1	Просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint», чтение и объяснение смысла пословиц, знакомство с историей появления хлеба в питании, составление режима питания школьника, составление кластера «Значение питания», выполнение заданий на карточках – классификация продуктов питания.		
18.	2.	18.01.23		Состав продуктов питания.	Комбинированный урок	1	Формулирование ответов на вопросы по ходу чтения текста, составление рассказа о составе продуктов питания с опорой на учебную таблицу «Витамины, жиры, белки, углеводы, минеральные вещества»,		

							определение состава основных продуктов питания на упаковках, выполнение заданий в парах – нахождение и исправление ошибок, групповое участие в игре с использованием интерактивной LED панели.	
19.	3.	25.01.23		Место приготовления пищи, его оборудование.	Комбинированный урок	1	Просмотр и обсуждение видеосюжета «Интерьер и планировка кухни-столовой», знакомство с оборудованием кухни кабинета ОСЖ, участие в нейропсихологической игре «Найди лишнее», направленной на развитие мышления, заполнение таблицы «Оборудование кухни и его назначение» с опорой на иллюстрацию.	
20.	4.	01.02.23		Кухонная посуда и приспособления.	Комбинированный урок	1	Просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint», работа с учебной таблицей «Столовая посуда», работа с натуральными образцами кухонной посуды, приборов и приспособлений (называние предметов посуды, приборов, приспособлений, объяснение их назначения, измерение объема кастрюль при помощи мерной кружки ...), разгадывание кроссворда.	
21.	5.	08.02.23		Практическая работа по теме «Приготовление бутербродов».	Практический урок	1	Работа с иллюстрированными карточками, учебной таблицей «Виды бутербродов», инструктаж по технике безопасности, чтение инструкционно-технологической карты, выбор продуктов, инструментов и приспособлений, выполнение практической работы по технологической карте с соблюдением санитарно-гигиенических правил, дегустация готового блюда, высказывание оценочного мнения, мытье посуды и приспособлений.	
22.	6.	15.02.23		Сервировка стола. Правила поведения за столом.	Комбинированный урок	1	Просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint», работа с учебной таблицей «Правила поведения за столом», выполнение практических упражнений по сервировке стола с учетом различных меню,	

							формулирование правил поведения за столом, определение правильных и неправильных действий на основе иллюстраций, участие в игре «Вежливые слова».	
23.	7.	22.02.23		Роль овощей в питании. Первичная обработка овощей.	Урок сообщения новых знаний	1	Просмотр и обсуждение фрагмента видеурока «Тепловая кулинарная обработка овощей», работа с учебной таблицей «Первичная обработка продуктов», классификация овощей по заданным параметрам на основе дидактических карточек, разгадывание кроссворда – работа в парах, выполнение практических упражнений (мытьё, очистка, нарезка овощей).	
24.	8.	01.03.23		Практическая работа по теме «Приготовление винегрета».	Практический урок	1	Инструктаж по технике безопасности, чтение инструкционно-технологической карты, подбор кухонного инвентаря, выполнение практической работы (очистка, нарезка вареных и сырых овощей, заправка салата) с соблюдением санитарно-гигиенических правил и требований по ТБ, сервировка стола, дегустация готового винегрета, комментарии, мытьё посуды.	
25.	9.	15.03.23		Напитки. Заваривание чая.	Урок сообщения новых знаний	1	Групповая работа с игровым набором «Дары Фрёбеля» (комплекты 9, 10), просмотр и обсуждение видефрагмента «Технология приготовления горячих напитков», знакомство с историей появления чая в России – сообщение ученика (опережающее задание), выполнение практической работы с соблюдением правил техники безопасности (заваривание чая, сервировка стола), дегустация, высказывание собственного мнения о вкусовых качествах, мытьё посуды.	
26.	10.	22.03.23		Правила мытья и чистки посуды.	Комбинированный урок	1	Разгадывание кроссворда, чтение текста правил мытья и чистки посуды из разных материалов, знакомство с образцами моющих средств, чтение инструкций по их применению, выполнение практических	

							упражнений (мытьё, чистка предметов посуды, столовых приборов) с соблюдением правил безопасной работы, выполнение задания на образовательном сайте «LearningApps.org».	
IV четверть (8 часов)								
27.	1.	05.04.23		Продуктовые магазины и их отделы.	Урок сообщения новых знаний	1	Просмотр и обсуждение слайдов презентации в программе «PowerPoint», заполнение таблицы «Виды торговых предприятий», участие в игре «Где купить?», направленной на развитие познавательных способностей, моделирование и возможное решение ситуаций.	
28.	2.	12.04.23		Экскурсия в магазин продовольственных товаров.	Практический урок	1	Инструктаж по технике безопасности, знакомство с расположением и оборудованием отделов продовольственного магазина, ассортиментом товаров, видами упаковок и стоимостью продуктов.	
29.	3.	19.04.23		Проверочная работа по разделу «Питание». Тестирование.	Урок контроля знаний	1	Выполнение тестовых заданий, разгадывание филворда «Овощной». Оценивание результатов выполненной работы.	
7. Транспорт. (2 ч.)								
30.	4.	26.04.23		Виды транспортных средств.	Урок сообщения новых знаний	1	Знакомство с историей появления транспорта, разгадывание кроссворда «Транспорт» в парах, просмотр слайдов презентации в программе «PowerPoint», участие в дидактической игре «Дорожные помощники» (классификация и объяснение дорожных знаков), заполнение таблицы «Виды транспортных средств».	
31.	5.	03.05.23		Поведение в транспорте и на улице.	Комбинированный урок	1	Формулирование правил пешехода с опорой на сюжетные картинки, изучение правил поведения на автобусной остановке и в транспорте, заполнение таблицы «Правильное и неправильное поведение», групповое участие в игре «Правила дорожного движения» на интерактивном оборудовании «Стол сенсорный, модель «МАО»».	

8. Семья. (3 ч.)

32.	6.	10.05.23		Родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся.	Урок сообщения новых знаний	1	Разгадывание ребусов, просмотр видеосюжета с использованием ЦОП «Российская электронная школа», комментированное чтение текста, участие в игре «Кто кому кто», направленной на развитие познавательных способностей и коммуникативных навыков, составление рассказа о своей семье по плану, составление генеалогического древа.	
33.	7.	17.05.23		Взаимоотношения между членами семьи.	Комбинированный урок	1	Чтение и обсуждение стихотворения А. Барто «Разговор с дочкой», составление рассказов о своей родословной с опорой на генеалогическое древо, формулирование правил поведения в семье с опорой на иллюстрации, участие в анкетировании «Оцени свою вежливость»..	
34.	8.	24.05.23		Проверочная работа за год. Тестирование.	Урок контроля знаний	1	Выполнение тестовых заданий, рефлексия деятельности. Оценивание результатов выполненной работы.	