

## 1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание «Основы социальной жизни» как учебного предмета в 5-9 классах включает девять разделов: «Личная гигиена и здоровье», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Питание», «Транспорт», «Средства связи», «Предприятия, организации, учреждения», «Семья». 5 КЛАСС Введение Знакомство с кабинетом Основ социальной жизни и его оборудованием. Название учебного предмета, цель, его назначение. Инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила поведения обучающихся школы. Личная гигиена и здоровье Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы. Одежда и обувь Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно. Питание Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи. Жилище Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке. Семья Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Торговля Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине. Транспорт Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

## 2. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 5 класс Личностные результаты:

- Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями на уроках «основы социальной жизни»;
- уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие чувства прекрасного и эстетических чувств;
- понимание учебной задачи, поставленной учителем, и способность её выполнять;
- способность учитывать выделенные учителем в учебном материале ориентиры действия;
- способность (в сотрудничестве с учителем) адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить как по ходу его реализации, так и в конце действия необходимые коррективы; • осознание затруднений (не понимаю, не успел);
- осознание разных результатов выполнения заданий (сформированность самооценки в деятельности);
- активно включаться в общепольную и социальную деятельность;
- умение строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте;
- умение формулировать собственное мнение;
- способность задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- Исполнять правила безопасного и бережного поведения на уроках «основы социальной жизни». Предметные результаты: Минимальный уровень (является обязательным для большинства обучающихся 5 класса):
- Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.
- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.
- Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).
- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.
- Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

- Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.
- Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.
- Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

Достаточный уровень (не является обязательным для всех обучающихся 5 класса):

- Прочитать рецепт блюда, знать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Совершать вечерний и утренний туалет в определённой последовательности, выбирать причёску и причёсывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округлённо подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

Базовые учебные действия (БУД) Личностные учебные действия

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия

- 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.

Познавательные учебные действия

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временнопространственную 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.

### 3. Тематический план

№№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Виды учебной деятельности учащихся	ЭОР, ЦОР
1.	Введение	1	Знакомство со специализированным кабинетом, содержанием нового учебного предмета, оборудованием и демонстрационными пособиями. Правильно называть учебный предмет, записывать название в тетрадь. Выполнять правила поведения в кабинете ОЖ, соблюдать инструкцию по технике безопасности. Усвоить информацию вводного инструктажа по охране труда	
2.	Личная гигиена и здоровье	5	Принимать участие в беседе по иллюстрациям и видеоматериалу направленному на выявление составляющих понятия «личная гигиена». Усвоить значение личной гигиены для здоровья человека. Тренироваться соблюдать последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета. Пополнять свои знания о периодичности и правилах ухода за ушами, кожей рук, ног, ногтями, волосами, учиться самостоятельно выполнять эти правила. Называть современное оборудование и средства личной гигиены. Тренировать умение стричь ногти на руках. Учатся соблюдать правила ТБ при работе с режущими инструментами и оборудованием. Подбирать	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <a href="http://www.school-collection.edu.ru">www.school-collection.edu.ru</a>  Единое окно доступа к информационным ресурсам <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>  Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <a href="http://fcior.edu.ru/">http://fcior.edu.ru/</a>

			<p>названия вещей личного пользования. Составлять рассказ о назначении личных вещей. Овладевать способами стирки носовых платков, полотенец, трусиков. Усвоить правила содержания в чистоте и порядке личных вещей. Сформулировать и упражняться выполнять правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач, работе с компьютером, телефоном. Запомнить расположение настольной лампы за письменным столом. Потренироваться выполнять правила ухода за органами зрения.</p>	
3.	Одежда и обувь	2	<p>Различать одежду, обувь и головные уборы в зависимости от пола, возраста, назначения, способа ношения и по сезону. Приводить примеры разных видов одежды, обуви, головных уборов, подбирать по картинкам, по словесной инструкции. Тренироваться называть профессии людей, изготавливающих одежду и обувь. Заполнить таблицы: «Виды одежды», «Виды и назначение головных уборов», «Уход за обувью». Выполнить зарисовки одежды, обуви, головных уборов в тетрадах. Запомнить и потренироваться выполнять правила и приёмы повседневного ухода за одеждой, обувью. Называть, показывать и тренироваться использовать предметы ухода за одеждой и обувью. Различать обувь по материалу, из которого она сделана. Практическая работа: сушка и чистка одежды, обуви, подготовка её к хранению. Рассказывать одноклассникам правила ухода за одеждой, головными уборами и обувью.</p>	

4.	Питание	6	<p>Запомнить важность правильного питания в жизни и деятельности людей. Составлять ответы на вопросы о влиянии правильного режима и рационального питания на здоровье человека. Классифицировать продукты питания по группам. Рисовать в тетрадах полезные продукты. Называть неполезные продукты. Познакомиться с оборудованием кухни. Узнавать, называть и показывать кухонные принадлежности, посуду, столовые приборы. Распределять кухонные принадлежности по назначению. Тренироваться мыть посуду, убирать кухню. Называть современные средства ухода за посудой, усвоить необходимость читать инструкцию и строго ей следовать. Выполнять правила ТБ на кухне. Составлять меню для завтрака. Тренироваться отбирать необходимые продукты для приготовления завтрака, подсчитывать их стоимость. Рассказывать о видах хлебной продукции, правилах хранения хлеба. Упражняться планировать свою работу. Различать виды бутербродов. Учиться готовить отварные яйца, яичницу, простые и сложные бутерброды, соблюдать технологию приготовления. Записывать рецепты. Различать профессии людей, которые готовят пищу. Овладевать способами сервировки стола к завтраку. Перечислить правила поведения за столом и тренироваться выполнять их в практической деятельности. Практиковаться соблюдать правила гигиены приготовления пищи и ТБ при</p>	
----	---------	---	--	--

			<p>работе с кипящими жидкостями, режущими инструментами. Усвоить необходимость посильного участия в повседневных домашних делах</p>	
5.	Жилище	5	<p>Усвоить информационный материал учителя о жилых помещениях. Принимать участие в беседе о видах жилых помещений в городе и селе. Рассказывать о жилье, в котором проживают. Выполнить рисунок в тетрадях своей квартиры, дома. Дифференцировать понятия : жилое - нежилое, постоянное - временное, собственное - государственное жильё. Различать варианты квартир по количеству комнат и по назначению. Усвоить названия и назначение подсобных помещений. Овладевать способами сохранения порядка в жилых и подсобных помещениях. Практиковаться планировать свою работу. Запомнить правила написания почтового адреса школы и дома. Тренироваться писать почтовый индекс, адрес на почтовых открытках, конвертах.</p>	<p>Открытый урок. Первое сентября  <a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a></p>
6.	Семья	4	<p>Коллективно сформулировать понятие семьи. Составить мини-рассказ о своей семье. Называть имена, отчества и фамилии свои и ближайших родственников, их возраст, дни рождения. Записывать информацию в тетрадях. Принимать участие в беседе о «генеалогическом древе» по рисунку, уяснить порядок его составления. Составить «родословное древо» своей семьи с помощью родителей. Подготовить мини-рассказ о взаимоотношениях в своих семьях. Участвовать в беседе о правилах поведения в семье. В</p>	<p>Российская лекотека  <a href="https://www.lekoteka.ru/">https://www.lekoteka.ru/</a></p>

			ролевой игре тренироваться проявлять уважительное отношение к старшим по возрасту, оказывать помощь им по дому и проявлять заботу о младших членах семьи.	
7.	Торговля	5	Различать виды торговых предприятий и порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Различать отделы магазинов, содержание продукции, классифицировать товары. Перечислять специализированные продуктовые магазины. Тренироваться выбирать необходимые продукты по заданию. Делать в тетрадях записи и рисунки по изучаемой теме. Определять по этикетке срок годности товаров, тренироваться выбирать необходимые продукты питания с учётом срока годности. Рассказывать правила хранения товаров фасованных, на развес, на розлив. Коллективно сформулировать понятие цены. Называть и записывать стоимость основных продуктов питания. практиковаться подсчитывать сумму за приобретённые товары (с округлением), проверять чек и сдачу. Тренироваться соблюдать правила поведения в торговом зале, культурно вести себя с работниками торговли в ролевой игре. Называть профессии людей, работающих в торговле.	
8.	Транспорт	5	Рассмотреть иллюстрации и составить ответы на вопросы о видах транспорта. Выполнить сравнение, выделить отличительные признаки и показать транспортные средства для передвижения пассажиров и грузов.	<a href="#">Журнал "Наука и жизнь"</a> <a href="#">Энциклопедия "Кругосвет"</a>

			<p>Классифицировать транспортные средства, правильно называть их. Перечислить транспортные профессии. Называть виды городского транспорта, записывать их в тетрадях, делать зарисовки. Составить маршрут от дома до школы и обратно. Принимать участие в анализе житейских ситуаций. Обсуждать правила поведения в транспорте по иллюстрациям. Практиковаться соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, оплаты проезда, поведения в салоне, при выходе из транспорта) в ролевой игре.</p>	
--	--	--	---	--

**Реализация воспитательной программы школы на уроках включает:**

– установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб

учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их

познавательной деятельности; привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации,

- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками),

принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

– привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией

- инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

– использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

– применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

– включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных

отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока

– организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

– инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что дает школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей,

навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

## Приложение

### **Контроль уровня достижения планируемых результатов освоения программы**

При оценке личностных результатов оценивается продвижения ребёнком в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые составляют основу этих результатов. Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием учебного предмета и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности. Знания и умения, обучающихся по предмету «Основы социальной жизни» оцениваются в ходе выполнения обучающимися разных видов заданий, требующих верного решения: по способу предъявления (устных, тестовых, практических); по характеру выполнения (репродуктивные, продуктивные, творческие). Формы текущего контроля: устный опрос, практическая работа, тестовые задания. Формы промежуточной аттестации: практическая контрольная работа, тестирование. Чем больше верно выполненных заданий к общему объёму, тем выше показатель надёжности полученных результатов. В текущей и промежуточной оценочной деятельности результаты, продемонстрированные учеником, соотносятся оценками по 5-ти балльной шкале. Нормы оценки знаний Отметка «5»

ставится, если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя. Отметка «4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы. Отметка «3» ставится, если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные примеры. Нормы оценки практической работы Организация труда

Отметка «5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам - бережное, экономное. Отметка «4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технологической дисциплины, правила техники безопасности. Отметка «3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технологической дисциплины, организации рабочего места. Приемы труда

Отметка «5» ставится, если все приемы труда выполнялись правильно, не было нарушений правил техники безопасности, установленных для данного вида работ. Отметка «4» ставится, если приемы выполнялись в основном правильно, допущенные ошибки исправлялись самостоятельно, не было на рушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ. Отметка «3» ставится, если отдельные приемы труда выполнялись неправильно, но ошибки исправлялись после замечания учителя, допущены незначительные нарушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ. Качество работы

Отметка «5» ставится, если работа выполнена точно по технологической карте; соблюдена последовательность; действия выполнены качественно в соответствии с требованиями. Отметка «4» ставится, если работа выполнена по технологической карте, соблюдена последовательность, но действия выполнены с ошибкой. Отметка «3» ставится, если работа выполнена по технологической карте с некоторыми отклонениями от качества выполнения. Отметки «1», «2» в промежуточной аттестации не выставляются, так как такие баллы не приемлемы в обучении детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Педагог подбирает задание в соответствии с возможностями обучающегося.