

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования Ростовской

области

Управление образования Администрации города Новошахтинска

МБОУ ООШ №5 города Новошахтинска

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Л.Н. Коваленко
Протокол №1
от «29» 08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР

И.М.Семенова
Протокол №1
от «29» 08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Л.Н.Коваленко
Приказ №79
от «29» 08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Основы социальной жизни»

7 класс

для обучающихся с УО 1 вариант

город Новошахтинск 2023

Пояснительная записка

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи изучения предмета:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Описание места в учебном плане

Учебная программа «Основы социальной жизни» разработана для 7 класса. На изучение предмета отводится 2 ч в неделю, всего на курс 68 ч.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

Личностные универсальные учебные действия

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

- представления об особенностях природы, жизни, культуры и хозяйственной деятельности людей, экологических проблемах России, разных материков и отдельных стран;
- владение приемами элементарного чтения географической карты: декодирование условных знаков карты;
- определение направлений на карте;
- определение расстояний по карте при помощи масштаба;
- умение описывать географический объект по карте;
- выделение, описание и объяснение существенных признаков географических объектов и явлений;
- сравнение географических объектов, фактов, явлений, событий по заданным критериям;
- использование географических знаний в повседневной жизни для объяснения явлений и процессов, адаптации к условиям территории проживания, соблюдения мер безопасности в случаях стихийных бедствий и техногенных катастроф.

Достаточный уровень:

- применение элементарных практических умений и приемов работы с географической картой для получения географической информации;
- ведение наблюдений за объектами, процессами и явлениями географической среды, оценка их изменения в результате природных и антропогенных воздействий;
- нахождение в различных источниках и анализ географической информации;
- применение приборов и инструментов для определения количественных и качественных характеристик компонентов природы;
- называние и показ на иллюстрациях изученных культурных и исторических памятников своей области.

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

Личная гигиена

Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Одежда

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку.

Питание

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышкой на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста.

Культура поведения

Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.

Транспорт

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.

Торговля

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине.

Средства связи

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Экскурсия на почту.

Медицинская помощь

Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра.

Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность.

Учреждения, организации и предприятия

Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.

Экономика домашнего хозяйства

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты.

Тематическое планирование по «Основы социальной жизни»

№	Название раздела, темы	Количество часов		Основные виды деятельности	Основные направления воспитательной деятельности
		Индивидуально на дому	Посещение в школе		
1	Личная гигиена	2	2	Рассказывают о правилах соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши). Объясняют правила смены одежды, нательного и постельного белья. Определяют санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.	<p>Ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции; - познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования; - познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий; - интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем. <p>Патриотическое воспитание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных
2	Одежда	4	4	Определяют вид ремонта одежды. Называют моющие средства для стирки белья. Рассказывают об устройстве стиральной машины и правила пользования ею. Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины. Различают особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. Характеризуют предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг. Перечисляют правила подготовки вещей к сдаче в чистку.	
3	Питание	6	6	Классифицируют способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов. Определяют последовательность приготовления блюд. Характеризуют возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими. Называют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Рассказывают о правилах пользования столовыми приборами.	

4	Семья	2	2	Перечисляют названия тихих и подвижных игр. Объясняют детям младшего школьного возраста правила игры и играют с ними.	<p>мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.</p> <p>Гражданское воспитание: - представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.</p> <p>Формирование культуры здоровья: - осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.</p> <p>Экологическое воспитание: - экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к</p>
5	Культура поведения	2	2	Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании. Называют правила поведения в гостях. Перечисляют правила вручения и приема подарков.	
6	Жилище	4	4	Называют последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения. Определяют способы и периодичность ухода за окнами. Перечисляют виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Объясняют правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Рассказывают о правилах соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.	
7	Транспорт	2	2	Определяют назначение вокзалов и основных служб вокзалов. Рассказывают о порядке приобретения билетов, порядке сдачи и получении багажа в камере хранения. Перечисляют функции железнодорожного транспорта. Называют виды пассажирских вагонов. Определяют примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния. Различают виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. Называют виды справочных служб.	
8	Торговля	2	2	Характеризуют универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Объясняют назначение магазинов. Перечисляют ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов. Определяют стоимость отдельных товаров. Рассказывают о правилах	

				поведения в магазине.	<p>человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;</p> <p>- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.</p>
9	Средства связи	2	2	Классифицируют виды бандеролей. Рассказывают о порядке отправления бандеролей. Определяют перечень предметов, посылаемых бандеролью. Называют максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Различают виды и способы упаковки бандеролей.	
10	Медицинская помощь	3	3	Определяют состав домашней аптечки. Рассказывают о правилах применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Перечисляют местные лекарственные растения. Объясняют правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.	
11	Учреждения, организации и предприятия	2	2	Называют промышленные объекты г. Новокузнецка. Перечисляют названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Классифицируют виды выпускаемой продукции.	
12	Экономика домашнего хозяйства	3	3	Знакомятся с понятие "Деньги", "Семейный бюджет". Перечисляют составные части бюджета семьи. Планируют бюджет семьи. Определяют сколько можно иметь денег на мелкие расходы.	
	Всего 68 ч	34	34		

Материально-техническое обеспечение

Учебно-практическое оборудование

- учебные парты, регулируемые по высоте;
- стулья ученические регулируемые по высоте;
- доска магнитно-меловая;
- ноутбук;
- шкафы для хранения учебных принадлежностей, пособий, и др.

Календарно-тематическое планирование

по основам социальной жизни

7 класс (обучение на дому)

2023-2024 учебный год

Учитель: Семенова Анна Николаевна

Всего часов: 68 (на дому 34 ч, посещение уроков в школе 34 ч)

2 часа в неделю (на дому 1 ч, посещение уроков в школе 1 ч)

Планирование составлено на основе рабочей программы учителя начальных классов Семеновой Анны Николаевны, утвержденной директором приказ №79 от 29.08.2023

№ п/т	Тема урока	дата		
		Индивидуально на дому	Посещение в школе	факт
1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены	06.09		
2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом		07.09	
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела	13.09		
4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья		14.09	
5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка	20.09		
6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка		21.09	
7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины	27.09		
8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную		28.09	
9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды	04.10		
10	Утюжка белья, брюк		05.10	
11	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования	11.10		
12	Экскурсия в химчистку		12.10	
13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда	18.10		
14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи		19.10	
15	Приготовление закусок	25.10		
16	Приготовление горячих бутербродов		26.10	
17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов	08.11		
18	Приготовление щей из свежей капусты с картофелем		09.11	
19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов	15.11		
20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом		16.11	

21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов	22.11		
22	Приготовление компота из сухофруктов		23.11	
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи	29.11		
24	Сервировка стола к обеду		30.11	
25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	06.12		
26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку		07.12	
27	Разучивание тихих и подвижных игр	13.12		
28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста		14.12	
29	Поведение в гостях	20.12		
30	Правила поведения при встрече и расставании		21.12	
31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков	27.12		
32	Изготовление сувенира		28.12	
33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	10.01		
34	Сухая и влажная уборка помещения		11.01	
35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости	17.01		
36	Уборка помещения. Мытье зеркал		18.01	
37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия	24.01		
38	Чистка мягкой мебели		25.01	
39	Животные в доме (кошка, собака, попугай)	31.01		
40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома		01.02	
41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы	07.02		
42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов		08.02	
43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа	14.02		
44	Экскурсия на железнодорожный вокзал		15.02	
45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов	21.02		
46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров		22.02	
47	Экскурсия в промтоварный магазин	28.02		

48	Приобретение товаров в промтоварном магазине		29.02	
49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей	06.03		
50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки		07.03	
51	Заполнение бланков на отправку бандеролей	13.03		
52	Экскурсия на почту		14.03	
53	Домашняя аптечка. Термометр	20.03		
54	Измерение температуры тела с помощью термометра		21.03	
55	Лекарственные растения	03.04		
56	Заваривание травяного настоя		04.04	
57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах	10.04		
58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность		11.04	
59	Промышленные предприятия, заводы нашего города	17.04		
60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях		18.04	
61	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей	24.04		
62	Экскурсия на промышленное предприятие		25.04	
63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни		02.05	
64	Бюджет семьи. Источник дохода	08.05		
65	Заработная плата членов семьи, пенсия	15.05		
66	Определение дохода семьи		16.05	
67	Мелкие расходы	22.05		
68	Составление доверенности на получение зарплаты		23.05	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 337396642673316130395918289135989875618693781145

Владелец Коваленко Людмила Николаевна

Действителен с 20.01.2024 по 19.01.2025