

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Муниципальное образование Шарыповский муниципальный округ Красноярского края

МБОУ Холмогорская СОШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Бугаева О.В.

Протокол №1 от «29»

августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Старший методист

Евсеева И.В.

Протокол №1 от «31»

августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор СОШ

Кузнецов С.В.

Приказ №123 от «01»

сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

для 7 (НИ) класса основного общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Бугаева Олеся Валерьевна
учитель ОСЖ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса «Основы социальной жизни» для 7 класса составлена на основании следующих нормативных документов:

- Адаптированной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2023-2024гг.
- Программы развития МБОУ Холмогорской СОШ 2021-2026 гг.
- Календарного графика МБОУ Холмогорской СОШ на 2023-2024 учебный год.

Содержание дисциплины составлено на основе принципа преемственности, с учетом опыта трудовой технологической деятельности, полученного учащимися при обучении в начальной школе.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем, дает распределение учебных часов по разделам и темам курса Основы социальной жизни в 7 классе для учащихся с интеллектуальными нарушениями.

Учебники: не предусмотрены программой

Количество часов в 7 классе – 68 (из расчета 2 часа в неделю), согласно учебному плану и годовому графику МБОУ ХСОШ на 2023-2024 учебный год.

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Иметь представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- Понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- Знать отдельные виды одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними;
- Знать правила личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого;
- Знать названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- Знать названия торговых организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
- Иметь представления о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- Иметь представления о различных видах средств связи; знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); знание названий организаций социального назначения и их назначение;

Достаточный уровень:

- Знать о способах хранения и переработки продуктов питания;
- Уметь составлять меню из предложенных продуктов питания;
- Уметь самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;
- Уметь самостоятельно совершать покупки различных видов товара;
- Соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- Соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;
- Формировать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- Уметь обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;
- Пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет-средствами;
- Знать основные статьи семейного бюджета, уметь вести его расчет;
- Составлять различные виды деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

На занятиях по Основам социальной жизни учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий или дома.

Содержание курса Основы социальной жизни в 7 классе.

№	Содержание программы	Кол-во часов	Планируемые результаты
1	Введение	1	<p>Личностные. Воспитание интереса к предмету Основы социальной жизни.</p> <p>Познавательные. Восприятие информации на слух. Умение отвечать на вопросы.</p> <p>Коммуникативные. Умение вступать в диалог и вести беседу на заданную тему.</p> <p>Предметные. Выполнять задания по предмету.</p>
2	Личная гигиена	5	<p>Личностные. Воспитание культуры соблюдения личной гигиены.</p> <p>Познавательные. Должны иметь представление о -значении правильного режима жизни. Правила смены одежды и нательного и постельного белья</p> <p>Коммуникативные. Соблюдать санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расчёской, мочалкой, душем, ванной, унитазом.</p> <p>Предметные. Уметь соблюдать правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки, юноши)</p>
3	Одежда	10	<p>Личностные. Привитие правил по уходу за одеждой.</p> <p>Познавательные. Особенности стирки белого и цветного белья; -правила пользования моющими средствами; устройство стиральной машины и правила пользования ею Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг; -правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</p> <p>Коммуникативные. Умение работать в парах и взаимопомощь.</p> <p>Предметные. Уметь ремонтировать разорванные места одежды, штопать; -стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины; -гладить одежду и бельё.</p>
4	Питание	11	<p>Личностные. Воспитание культуры питания и соблюдение правил санитарии и гигиены.</p> <p>Познавательные. Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; последовательность приготовления блюд; возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;</p>

			<p>санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи; правила пользования столовыми приборами.</p> <p>Коммуникативные. Умение взаимодействовать во время выполнения практических заданий и соблюдать технику безопасности.</p> <p>Предметные. Уметь готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов);</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовить третьи блюда; -оформлять готовые блюда; -сервировать стол к обеду.
5	Семья	3	<p>Личностные. Владеть основными понятиями семья, родственные отношения.</p> <p>Познавательные. Различие тихих и подвижных игр, сказки, песенки.</p> <p>Коммуникативные. Умение соблюдать нормы поведения во время проведения игр, праздников и взаимодействие с другими участниками процесса.</p> <p>Предметные. Уметь одевать малышей на прогулку;</p> <ul style="list-style-type: none"> -объяснять детям правила игр и играть с ними в тихие и подвижные игры; - помогать младшим при уборке игрушек.
6	Культура поведения	4	<p>Личностные. Воспитание культурных норм и правил поведения.</p> <p>Познавательные. Правила поведения при встрече и расставании; правила поведения в гостях; правила вручения и приёма подарков.</p> <p>Коммуникативные. Культурно вести себя в гостях (оказывать внимание старшим, сверстникам, приглашать на танец, поддерживать беседу).</p> <p>Предметные. Уметь выбрать подходящую одежду для визита в гости. Выбирать подарки; изготавливать простые сувениры;</p> <p>вручать и принимать подарки.</p>
7	Жилище	9	<p>Личностные. Воспитание умения вести домашнее хозяйство.</p> <p>Познавательные. Рассмотрение последовательности проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; способы и периодичность ухода за окнами; виды моющих средств, используемых при мытье окон.</p> <p>Коммуникативные. Умение взаимодействовать с другими участниками процесса и равнозначно распределять обязанности.</p> <p>Предметные. Уметь убирать жилое помещение; мыть зеркала и стекла; утеплять окна; чистить мебель.</p>
8	Транспорт	5	<p>Личностные. Привитие умения ориентироваться в расписании.</p> <p>Познавательные. Рассмотреть функции железнодорожного транспорта; виды пассажирских</p>

			<p>вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Коммуникативные. Умение приобретать билеты в пассажирской кассе; - обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону. Предметные. Знать примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности следования; виды справочных служб; виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.</p>
9	Торговля	4	<p>Личностные. Воспитание экономической и функциональной грамотности. Познавательные. Изучение ассортимента некоторых отделов промтоварных магазинов; стоимость отдельных товаров. Коммуникативные. Правильно вести себя в магазине. Предметные. Приобретать некоторые товары в промтоварном магазине; подсчитывать стоимость покупок.</p>
10	Средства связи	5	<p>Личностные. Воспитание ведения переписки и устных переговоров по телефону. Познавательные. Рассмотреть перечень предметов, посылаемых бандеролью; максимальный вес и стоимость посылаемых предметов; виды и способы упаковки бандероли. Коммуникативные. Умение взаимодействовать с сотрудниками почты. Предметные. Уметь заполнять бланки на отправку бандеролей; составлять опись посылаемых предметов; упаковывать бандероли.</p>
11	Медицинская помощь	5	<p>Личностные. Пополнить знания по правилам комплектования аптечки. Познавательные. Рассмотреть состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники); правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки; местные лекарственные растения; правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Коммуникативные. Умение взаимодействовать с больным и другими участниками процесса во время оказания первой помощи. . Пользоваться термометром; обрабатывать раны и накладывать повязки; накладывать временные шины.</p>
12	Учреждения организации и предприятия	2	<p>Личностные. Развить умения пользоваться справочниками и другими источниками информации.</p>

			<p>Познавательные. Изучить место нахождения ближайших промышленных предприятий и сельскохозяйственных объектов.</p> <p>Коммуникативные. Уметь взаимодействовать в команде или группе. Обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.</p> <p>Предметные. Знать название цехов, отделов, имеющих на предприятиях; виды выпускаемой продукции; названия рабочих специальностей.</p>
13	Экономика домашнего хозяйства	4	<p>Личностные. Воспитать бережливость.</p> <p>Познавательные. Изучить составные части бюджета семьи; заработную плату членов семьи</p> <p>Коммуникативные. Умение различать, какую информацию можно говорить ли знакомым и незнакомым, о наличии денег в кармане и дома;</p> <p>Предметные. Знать как подсчитывать бюджет семьи и составлять доверенность на получение заработной платы.</p>
14	Итого:	68	

Календарно-тематическое планирование 7 класс ОСЖ

№ п/п	№ урока в разделе	Название разделов, тема уроков	Дата
Личная гигиена 6 часов			
1	1	Вводный. Тб в кабинете ОСЖ.	01.09
2	2	Личная гигиена подростка	04.09
3	3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела	08.09
4	4	Гигиена одежды, белья.	11.09
5	5	Практическая работа: Стирка одежды	15.09
6	6	Практическая работа: Влажно-тепловая обработка одежды	18.09
Одежда 10 часов			
7	1	Ремонт разорванных мест одежды	22.09
8	2	Практическая работа: Штопка	25.09
9	3	Ручная стирка нижнего белья	29.09
10	4	Стирка изделий из цветных х/б тканей.	02.10
11	5	Практическая работа: Стирка цветных изделий из ткани	06.10
12	6	Утюжка белья. Практическая работа: Утюжка постельных принадлежностей	09.10
13	7	Ремонт одежды	13.10
14	8	Ремонт карманов	16.10
15	9	Химчистка одежды	20.10
16	10	Влажно- тепловая обработка изделий	23.10
Питание 11 часов			
17	1	Гигиена приготовления пищи.	27.10
18	2	Приготовление пищи: обед.	10.11
19	3	Практическая работа: Составление рациона питания	13.11
20	4	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	17.11
21	5	Холодные и горячие закуски. Приготовление закуски: канапе.	20.11
22	6	Подбор и расчет продуктов. Технология приготовления. Подача к столу.	24.11
23	7	Гарнир – методы и способы приготовления. Приготовление макарон с котлетой.	27.11
24	8	Приготовление овощного рагу. Расчет количества продуктов. Технологическая	01.12

		последовательность.	
25	9	Норма расчета продуктов. Приготовление компота по технологической карте.	04.12
26	10	Норма хранения. Срок годности. Способы хранения	08.12
27	11	Виды сервировки. Пр. раб. Составление меню обеда	11.12
Семья 3 часа			
28	1	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	15.12
29	2	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	18.12
30	3	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	22.12
Культура поведения 4 часа			
31	1	Правила поведения в гостях.	25.12
32	2	Подарки	29.12
33	3	Практическая работа: Изготовление подарка	12.01
34	4	Практическая работа: Изготовление подарка	15.01
Жилище 9 часов			
35	1	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	19.01
36	2	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	22.01
37	3	Уход за мебелью	26.01
38	4	Практическая работа: Уборка помещения	29.01
39	5	Практическая работа: утепление окон.	02.02
40	6	Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.	05.02
41	7	Практическая работа: Чистка мебели	09.02
42	8	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	12.02
43	9	Контрольная работа	16.02
Транспорт 5 часов			
44	1	Междугородний железнодорожный транспорт.	19.02
45	2	Вокзал и его службы. Расписание поездов.	26.02
46	3	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов.	01.03
47	4	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	04.03
48	5	Контрольная работа	11.03
Торговля 4 часа			
49	1	Междугородний железнодорожный транспорт.	15.03
50	2	Вокзал и его службы. Расписание поездов.	25.03
51	3	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов.	29.03
52	4	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	01.04

Средства связи 5 часов			
53	1	Виды бандеролей. Порядок их отправления.	05.04
54	2	Упаковка бандеролей	08.04
55	3	Экскурсия на почту	12.04
56	4	Стоимость почтовых услуг	15.04
57	5	Заполнение бланка	19.04
Медицинская помощь 5 часов			
58	1	Домашняя аптечка. Термометр.	22.04
59	2	Лекарственные растения. Промежуточная аттестация	26.04
60	3	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	27.04
61	4	Практическая работа: Наложение повязок на рану	03.05
62	5	Практическая работа: Заваривание травяного настоя	06.05
Учреждения и организации 2 часа			
63	1	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.	13.05
64	2	Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.	16.05
Экономика домашнего хозяйства 4			
65	1	Деньги (монета, купюра, валюта).	20.05
66	2	Бюджет семьи.	24.05
67	3	Мелкие расходы	27.05
68	4	Контрольная работа	28.05

Список литературы:

1. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией В.В. Воронковой (авторы коррекционного курса «социально-бытовая ориентировка» В.И. Романина, Н.П. Павлова). М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2010.

Дополнительная литература для учителя:

1. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя. – М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 247с.
2. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.-192с.
3. Щербакова А.М. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 вида», пособие для учителя, Москва, гуманитарный издательский центр «Владос», 2001 г.
4. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.а. Львова. - М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2005.–136с.
5. Мусская И.А. Домоводство, - Ижевск: ДОК, Урал-БИ-СИ, 1991.-432с.

Электронные образовательные ресурсы

№ п/п	Название электронного образовательного ресурса	Вид электронного образовательного ресурса	Ресурсы сети Интернет
1	Транспорт. Виды транспорта.	презентации	http://mistergid.ru/children/metodika/19846-prezentatsiya.-transport.html
2	Личная гигиена.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
3	Виды продовольственных магазинов.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
4	Рабочая тетрадь 7 класс.	Пособие	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
5	Вкусные рецепты.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
6	Приготовим.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
7	Спасибо за вкусный рецепт.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
8	Утюжка брюк, блузок.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
9	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).	конспект	http://pedsovet.org/m/my/
10	Лекарственные травы.	презентация	http://www.proshkolu.ru/user/ZINAMIR/folder/258148/
11	Первая помощь.	презентация	http://pedsovet.org/m/my/