

Рассмотрено на заседании МО
Руководитель МО Соболева М.А.
Протокол № 1 от 29 августа 2019г.
Проверено зам. директора по УВР
 Лужанская С.В.
29.08. 2019г.

« Рассмотрено »
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 30 августа 2019г.

«Утверждаю»
Директор школы И.М. Филатова
Приказ № 220 от 30 августа 2019г.



**Адаптированная рабочая программа
по основам социальной жизни (УО, вариант 1)**

7 класс

Составитель: Бурмистрова Марина Владимировна, учитель начальных классов высшей категории

2019-2020 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для 7 класса составлена на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Закона Самарской области «Об образовании в Самарской области» от 22.12.2014 № 133-ГД;
 - Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015;
 - Приказа Министерства образования и науки Самарской области от 04.09.2014 №276-од «Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей- инвалидов, осваивающих основные общеобразовательные программы на дому, в Самарской области»;
 - Санитарно- эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2. 2821-10– «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. N 189);
 - Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 N 81– «О внесении изменений N 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях»;
 - Устава ГБОУ СОШ №4 г.о. Чапаевск;
 - Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении учебных планов– специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии» от 10.04.2002 №29/2065-п.
 - Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы, под редакцией В. В. Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013 г.
- Изучение курса осуществляется по учебнику В.П.Субчева . «Социально -бытовая ориентировка» 7 класс. Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2015.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Основными задачами является овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;
развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

1. Планируемые результаты

ЛИЧНОСТНЫЕ

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности.
3. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

ПРЕДМЕТНЫЕ

Обучающиеся должны знать:

- Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.
- Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.

- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.
- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- Назначение и различие универмага и универсама.
- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
- Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

2. Обучающиеся должны уметь:

- Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

- Ремонтить разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при вывихе, переломе, ране, ушибе, укусах насекомых.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

Регулятивные

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Коммуникативные

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Познавательные

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать;
- писать;
- выполнять арифметические действия;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).

2. Содержание программы.

7 класс (17 часов)

Темы	Краткое содержание тем
------	------------------------

<p>«Личная гигиена» 1 час</p>	<p>Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.</p>
<p>«Одежда» 1 час</p>	<p>Значение продления срока службы одежды. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани,. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка», виды услуг и правила пользования.</p>
<p>«Питание» 2 часа</p>	<p>Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.</p>
<p>«Семья» 1 часа</p>	<p>Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.</p>
<p>«Культура поведения» 1 час</p>	<p>Правила поведения в гостях. Подготовка к походу в гости, подарки.</p>
<p>«Жилище» 2 часа</p>	<p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Животные в доме.</p>
<p>«Транспорт» 1 час</p>	<p>Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. Порядок сдачи багажа и получения его.</p>
<p>«Торговля» 2 часа</p>	<p>Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.</p>

«Средства связи» 1 час	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость. Заполнение бланков.
«Медицинская помощь» 2 часа	Домашняя аптечка, термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.
«Учреждения, организации и предприятия» 1 час	Промышленные и сельскохозяйственные объекты нашей местности.
«Экономика домашнего хозяйства» 2 часа	Деньги. Их назначение и значение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

3. Тематическое планирование

№	Название тем (разделов)	Кол-во часов	Кол-во контрольных работ	Планируемые предметные результаты
1	Личная гигиена и здоровье	1		Знать: правила закаливания организма; правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов; о вреде наркотиков и токсических веществ.

				<p>Уметь: закаливать свой организм; соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий; отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества, проявив силу воли, настойчивость.</p>
2	Медицинская помощь	3	1	<p>Знать: способы вызова врача на дом; меры по предупреждению глистных заболеваний; функции основных врачей-специалистов; основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др., инструкции к применению лекарственных средств, составляющих домашнюю аптечку; о возможном вреде самолечения.</p> <p>Уметь: записаться на прием к врачу; вызвать врача на дом; в экстренных случаях врачей «скорой помощи»; приобрести лекарство в аптеке.</p>
3	Жилище	2		<p>Знать: гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой влажной уборки; правила пользования электропылесосом; санитарно-гигиенические требования и правила техники</p>

				<p>безопасности при работе с бытовыми электроприборами. Уметь: производить сухую и влажную уборку помещения; чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи; чистить мебель; соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами.</p>
4	Одежда и обувь	3	1	<p>Знать: санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами; правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Уметь: пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки; зашивать одежду по распороченному шву; подшить платье, брюки, рубашки; подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей; стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей; гладить их.</p>
5	Питание	2		<p>Знать: способы выбора доброкачественных продуктов; приготовление каши, заварка чая, варка яиц разного состояния; способы хранения продуктов и готовой пищи;</p>

				<p>правила составления рецепта блюда.</p> <p>Уметь:</p> <p>пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности;</p> <p>приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности;</p> <p>составить рецепт блюда;</p> <p>вымыть, вычистить посуду.</p>
6	Транспорт	1		<p>Знать:</p> <p>виды междугороднего транспорта;</p> <p>стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билетов);</p> <p>порядок приобретения билетов и талонов; компостирование талонов.</p> <p>Уметь:</p> <p>выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;</p> <p>ориентироваться в расписании движения пригородных поездов; определять направление и зоны.</p>
7	Семья	3	1	<p>Знать:</p> <p>место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников;</p> <p>как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи;</p> <p>свои права и обязанности в семье.</p>

				<p>Уметь: рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности; выполнять определенные обязанности в семье</p>
8	<p>Предприятия, организации, учреждения</p>	1		<p>Знать: виды детских учреждений и назначение; адрес дома детского творчества; какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети. Уметь: обращаться к работникам ДДТ; правильно вести себя на занятиях, в игротке, в читальном зале; соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.</p>
9	<p>Контроль и учет знаний</p>	1	1	