

Муниципальное образование город Краснодар  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
средняя общеобразовательная школа №55

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 30.08.2020 года протокол №1  
председатель  В.П. Якубовская



# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

## **по основам социальной жизни**

Уровень – адаптированный

Класс –7

Количество часов: всего - 68; в неделю - 2 часа

Учитель: Скоробогатова Н.М.

Рабочая программа разработана на основе адаптированной основной  
образовательной программы школы

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ**

Программа составлена на основе адаптированной основной образовательной программы школы.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и адаптацию, на повышение уровня общего развития учащихся.

Программа учитывает возрастные и психологические особенности развития учащихся, уровень их знаний и умений. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Обучение предполагает решение общеобразовательных задач по совершенствованию навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем пространстве, практическому знакомству с организациями; формирование умений пользоваться услугами службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Необходимо помочь осознать учащимся, что главная ценность в жизни здоровье, за которое он отвечает сам. Большое значение имеют занятия по усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развития художественного вкуса детей. Методика работы с детьми строится в направлении, лично - ориентированного подхода к учащимся акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость, элементов трудовой культуры: организация труда, экономичное и бережное отношение к продуктам, оборудованию.

Коррекционно-развивающие задачи предполагают целенаправленное мышление (памяти, внимания, эмоционально-волевых качеств, трудоспособности) ребенка, исходя из индивидуальной характеристики каждого.

Данная программа отличается своей близостью к условиям данного региона, необходимой последовательностью изучения тем, а также актуальностью при подготовке учащихся к самостоятельной жизни в современных условиях. Это позволит учащимся активно осуществлять оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье, а также поможет разобраться в сложном мире межличностных взаимоотношений, понять свою роль в них, определить свою способность к дружбе, любви.

Курс интегративный, т.к. содержит сведения целого ряда наук, областей жизни человека и поэтому должен иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы.

Учебный материал разработан в зависимости от конкретных условий школы с учетом психофизических особенностей детей. Он предполагает расширенное и современное рассмотрение тем.

Общее количество часов - 68, в неделю - 2 часа.

**Таблица тематического распределения количества часов  
(7 класс)**

| №<br>п/п | Тематика                      | Количество часов |
|----------|-------------------------------|------------------|
|          | <b>Всего за год:</b>          | <b>68</b>        |
| 1.       | Личная гигиена и здоровье     | 4                |
| 2.       | Одежда и обувь                | 6                |
| 3.       | Жилище                        | 8                |
| 4.       | Питание                       | 14               |
| 5.       | Охрана здоровья               | 6                |
| 6.       | Культура поведения            | 4                |
| 7.       | Средства связи                | 4                |
| 8.       | Семья                         | 6                |
| 9.       | Мир взаимоотношений           | 2                |
| 10.      | Экономика домашнего хозяйства | 6                |
| 11.      | Торговля                      | 2                |
| 12.      | Транспорт                     | 4                |
| 13.      | Учреждения и организации      | 2                |

## СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

### Основы социальной жизни

7класс

68 часов

2 часа в неделю

#### I четверть-18 часов

##### 1. Личная гигиена и здоровье (4 часа).

Особенности личной гигиены подростка. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

##### 2. Одежда и обувь (6 часов).

Ремонт одежды. Поднятие петель. Использование бытовой техники при стирке

белья. Стирка изделий из шёлка вручную. Приёмы глажения белья, брюк. Соблюдение техники безопасности. Правила пользования химчисткой. Виды ус

луг. Экскурсия.

##### 3. Жилище (8 часов).

Сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.

Виды покрытия мебели. Правила ухода за мебелью. Животные в доме.

Правила содержания собак, кошек, попугаев. Болезни животных. Ветеринарная служба.

#### II четверть-14 часов

##### 4. Питание (14 часов).

Виды питания. Режим питания. Овощные салаты. Значение первых блюд. Супы (виды, способы приготовления). Значение вторых блюд. Блюда из овощей.

Вторые блюда из рыбы. Разделка селедки. Вторые блюда из мясных продуктов.

Котлеты. Гарниры. Фруктовые напитки. Меню обеда. Сервировка стола к обеду.

#### III четверть-20 часов

##### 5. Охрана здоровья (6 часов).

Виды доврачебной помощи. Обработка ран. Чем лечит народная медицина?

Аптека в лесу, в саду. ПМП при травмах: вывих, перлом. Наложение повязки на раны.

##### 6. Культура поведения (4 часа).

Правила приёма приглашения в гости. Изготовление сувениров.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарок. Поведение в гостях.

**7. Средства связи (4 часа).**

Виды почтовых отправлений. Упаковка, пересылка.  
Посылки. Виды упаковок. Правила отправления, стоимость.

**8. Семья (6 часов).**

Поиграем с малышами. Разучивание игр. Рациональная организация досуга.  
Занятия в свободное время. Организация семейных праздников. Наши увлечения.

**IV четверть-16 часов**

**9. Мир взаимоотношений (2 часа).**

Взаимоотношения с родителями.  
Самооценка. Ответственность за себя.

**10. Экономика домашнего хозяйства (6 часов).**

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в жизни.  
Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи.  
Мелкие расходы. Определение стоимости покупки.

**11. Торговля (2 часа).**

Промтоварные магазины. Стоимость товаров.  
Порядок приобретения товаров. Экскурсия. ПДД.

**12. Транспорт (4 часа).**

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, расписание поездов.  
Виды пассажирских вагонов. Порядок приобретения билетов.  
Экскурсия. ПДД.

**13. Учреждения и организации (2 часа).**

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Их назначение для жителей города.

## Требования к подготовке учащихся по предмету

### *Учащиеся должны уметь:*

- соблюдать личную гигиену;
- правильно ухаживать за руками, ногами, волосами;
- ремонтировать разорванные места одежды;
- стирать бельё вручную;
- гладить одежду и бельё;
- убирать жилые помещения;
- чистить мебель;
- мыть зеркала, стёкла;
- ухаживать за домашними животными;
- пользоваться механическими и электробытовыми приборами;
- составить меню завтрака, обеда, ужина, на день;
- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи;
- готовить настои, отвары из лекарственных растений;
- обрабатывать раны, накладывать повязки;
- культурно вести себя в гостях;
- выбирать подарки;
- изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки;
- заполнить бланк на отправку посылки;
- составить опись посылаемых предметов;
- ухаживать за младшими детьми;
- объяснять детям правила игры и играть с ними в игры;
- отвечать за свои поступки;
- подсчитывать бюджет семьи;
- составлять доверенность на получение зарплаты;
- ориентироваться в расписании;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала;
- ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом;
- выполнять правила безопасности в железнодорожном транспорте;
- найти нужные товары в отделах универмага или супермаркета;
- приобрести товары с учётом необходимости в потребности и их финансовым  
возможностям;
- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

### *Учащиеся должны знать:*

- правильный режим питания для здоровья подростка;
- подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учётом их состояния;
- ремонт одежды;
- стирка изделий из шёлка вручную;
- экскурсия в химчистку, знакомство со стоимостью услуг;
- знакомство с правилами пользования механическими электробытовыми приборами;
- чтение рецептов и подбор продуктов;
- приготовление блюда из овощей;
- разделка селёдки;
- приготовление блюда из мясных продуктов;
- приготовление киселя;
- сервировать стол к обеду;
- накладывать повязку;
- уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал;
- приготовить настой, отвар;
- изготовление несложных сувениров;
- сюжетная игра «В гости к...»;
- заполнение бланков на отправку посылки;
- экскурсия на почту;
- разучивание тихих и подвижных игр;
- оценить свое поведение в отношениях с окружающими, родителями;
- упражнение по определению доходов семьи;
- составление доверенности на получение зарплаты;
- выбрать вид поезда, тип вагона;
- уточнить стоимость проезда с учётом вида поезда и типа вагона;
- экскурсия на железнодорожный вокзал;
- самостоятельное нахождение одеда для покупки нужного товара;
- экскурсия в универмаг;
- экскурсия на ближайшее предприятие для ознакомления с его деятельностью и основными профессиями.

### Список использованной учебно-методической литературы:

1. Ваш ребёнок/ Авт. И.И. Гребешева Н.А. Ананьева, С.Г. Грибакин и др./ Под ред. И.И. Гребешевой. – М.: Медицина, 1990г
2. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. Москва: «Владос», 2006г
3. Девяткова Т.А., Кочеткова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. Москва: «Владос», 2013г
4. Искусство быть здоровым. М.: Издательство «Физкультура и спорт», 2015г.
5. Краткая Энциклопедия домашнего хозяйства. /Под редакцией Терехова И.М./ Москва: «Советская энциклопедия», 1990г
6. Кузина Т.А. Программа по социально-бытовой ориентировке для учащихся 5-10 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида // Коррекционная педагогика – 2016.-№2(14)
7. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. Москва: Аркти, 2018г
8. 3000 советов / Сост. Н.П. Кугук. – Краснодар: Кн. изд.- во, 2017 г
9. Усанин А.Е. Пропуск в третье тысячелетие / Усанин А.Е. – Ростов н/Д: ООО Издательство «ФриДом», 2009 г
10. Энциклопедия этикета. – Москва: ОЛМА-ПРЕСС, 2016г
11. Энциклопедия этикета /Сост. О.И. Максименко; Худож. В.И. Сидоренко. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ» 2016г
12. Программа для специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида, 5-9 классы, Москва, «Просвещение» 2011 г., под редакцией В.В. Воронковой.

#### Материально – техническое обеспечение:

ИКТ, наглядные пособия, плакаты, таблицы, раздаточный материал, презентации по темам.

СОГЛАСОВАНО

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического  
объединения МБОУ СОШ № 55  
№ 1

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Л.В.Федяй

\_\_\_\_\_ Гушкина Н.В.