

Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Прииртышская средняя общеобразовательная школа» - «Абалакская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического совета школы
Протокол от «30» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УВР
 А.И. Исакова

УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора школы
от «31» августа 2022 г. № 32



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Основы социальной жизни»

для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе ООО
для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
7 класса
на 2022-2023 учебный год

Составитель программы: Рожков Сергей Геннадьевич,
учитель истории и обществознания

с. Абалак
2022 год

Планируемые результаты освоения учебного предмета «История Отечества»

| Учащиеся должны знать: | Учащиеся должны уметь: |
|--|---|
| 7 класс | |
| <ul style="list-style-type: none"> – 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. – 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. – <input type="checkbox"/> Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях. | <ul style="list-style-type: none"> – Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, 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. – Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины. – <input type="checkbox"/> 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. |

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

1 Раздел. Личная гигиена. Особенности личной гигиены в жизни подростка. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.

2 Раздел. Одежда и обувь. Виды шtopки. Ремонт одежды и обуви. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.

3 Раздел. Питание. Приготовление первых и вторых блюд. Составление меню к обеду. Сервировка стола. Пользование мясорубкой. Приготовление щей из свежей капусты. Приготовление плова. Приготовление киселя.

4 Раздел. Семья. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание. Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты в школе, интернате, дома.

5 Раздел. Транспорт. Междугородный железнодорожный транспорт. Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения билетов.

6 Раздел. Культура поведения. Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки.

7 Раздел. Жилище. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Сухая и влажная уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.

8 Раздел. Торговля. Универмаги и универсамы, их назначение. Экскурсия в магазин.

9 Раздел. Средства связи. Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Заполнение бланков на упаковку. Экскурсия на почту.

10 Раздел. Учреждения, организации и предприятия. СХТ. Значение для жителей. Экскурсия в «Борть». Экскурсия в СХТ

11 Раздел. Медицинская помощь. Виды доврачебной помощи: уход за больным, измерение температуры. Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны. Экскурсия в больницу

Тематическое планирование

| № | Разделы, темы | Количество часов | Практическая часть программы (лабораторные, практические работы, контрольные работы) |
|-----------------------|--|------------------|--|
| Личная гигиена | | 6 | |
| 1 | Особенности личной гигиены в жизни подростка | 1 | |
| 2 | Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. | 1 | |
| 3 | Особенности ухода за кожей лица | 1 | |
| 4 | Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные | 1 | |
| 5 | Вред курения и алкоголя на организм подростка | 1 | |
| 6 | Обобщение тем по разделу «Личная гигиена» | 1 | |
| Одежда и обувь | | 10 | |
| 7 | Значение продления срока службы одежды. Мелкий ремонт | 1 | |
| 8 | Наложение заплат. Практическая работа | 1 | |
| 9 | Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. | 1 | |
| 10 | Стирка мелких изделий. Практическая работа. | 1 | |
| 11 | Правила и приемы глажения изделий из х/б тканей. | 1 | |

| | | | |
|---------------------------|---|----------|--|
| 12 | Глажение фартуков, косынок. Практическая работа. Правила ТБ при работе утюгом. | 1 | |
| 13 | Прачечная. Виды услуг, правила пользования. | 1 | |
| 14 | Виды обуви. Уход. | 1 | |
| 15 | Уход за обувью. Практическая работа. | 1 | |
| 16 | Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь» | 1 | |
| Семья | | 3 | |
| 17 | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми | 1 | |
| 18 | Разучивание тихих и подвижных игр. | 1 | |
| 19 | Практическая работа: оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Проведение игр с младшими школьниками. | 1 | |
| Культура поведения | | 4 | |
| 20 | Правила приема и приглашения в гости, формы отказа. | 1 | |
| 21 | Подарки. Изготовление несложных сувениров. Практическая работа | 1 | |
| 22 | Сюжетная игра «В гости...» | 1 | |
| 23 | Обобщение тем по разделу «Культура поведения» | 1 | |
| Жилище | | 5 | |
| 24 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. | 1 | |

| | | | |
|------------------|---|-----------|--|
| 25 | Пользование пылесосом и уход за ним. Практическая работа | 1 | |
| 26 | Уход за полом в зависимости от покрытия. Практическая работа | 1 | |
| 27 | Уборка класса (практическая работа) | 1 | |
| 28 | Обобщение тем по разделу «Жилище» | 1 | |
| Транспорт | | 2 | |
| 29 | Междугородний железнодорожный транспорт. | 1 | |
| 30 | Вокзалы. Их назначение и основные службы вокзала | 1 | |
| Торговля | | 5 | |
| 31 | Универмаги и универсамы. Их назначение. | 1 | |
| 32 | Порядок приобретения товаров, выбор товара. | 1 | |
| 33 | Правила покупки. Защита прав потребителей. | 1 | |
| 34 | Экскурсия в магазин | 1 | |
| 35 | Обобщение по разделу «Торговля» | 1 | |
| Питание | | 15 | |
| 36 | Виды питания. | 1 | |
| 37 | Значение первых и вторых блюд. | 1 | |
| 38 | Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Правила выбора доброкачественных продуктов. | 1 | |

| | | | |
|-----------------------|---|----------|--|
| 39 | Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени на кухне. Соблюдение правил ТБ. | 1 | |
| 40 | Приготовление щей из свежей капусты. | 1 | |
| 41 | Инструктаж по ТБ. Приготовление щей из свежей капусты (практическая работа). | 1 | |
| 42 | Приготовление киселя, компота. | 1 | |
| 43 | Приготовление киселя, компота (практическая работа). | 1 | |
| 44 | Приготовление макарон с сыром | 1 | |
| 45 | Приготовление макарон с сыром (практическая работа) | 1 | |
| 46 | Рыбные продукты | 1 | |
| 47 | Приготовление рыбы с овощами (практическая работа) | 1 | |
| 48 | Составление меню завтрака. обеда, ужина на день. | 1 | |
| 49 | Сервировка стола к обеду. | 1 | |
| 50 | Обобщение по разделу «Питание» | 1 | |
| Средства связи | | 7 | |
| 51 | Основные средства связи. | 1 | |
| 52 | Виды бандеролей, порядок их отправления | 1 | |
| 53 | Заполнения бланков на отправку бандероли. Практическая работа. | 1 | |

| | | | |
|--|---|----------|--|
| 54 | Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. | 1 | |
| 55 | Заполнения бланков на отправку посылки. Практическая работа. | 1 | |
| 56 | Экскурсия на почту | 1 | |
| 57 | Обобщение по разделу «Средства связи» | 1 | |
| Медицинская помощь | | 7 | |
| 58 | Виды доврачебной помощи. | 1 | |
| 59 | Обработка ран при микротравмах. | 1 | |
| 60 | Лекарственные растения в домашней аптечке | 1 | |
| 61 | Сбор лекарственных растений. Практическая работа. | 1 | |
| 62 | Первая помощь при травмах. | 1 | |
| 63 | Наложение повязки на предполагаемую рану, перелом. Практическая работа. | 1 | |
| 64 | Меры по предупреждению переломов | 1 | |
| Учреждения, организации и предприятия | | 4 | |
| 65 | Промышленные предприятия нашей местности, их значение. | 1 | |
| 66 | Сельскохозяйственные объекты нашей местности, их значение. | 1 | |
| 67 | Экскурсия на промышленное предприятие | 1 | |
| 68 | Экскурсия на сельскохозяйственный объект. | 1 | |

Календарно – тематическое планирование

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Дата по плану | Дата по факту |
|---------------------------------------|--|------------------|---------------|---------------|
| 1 раздел. Личная гигиена | | 6 | | |
| 1 | Особенности личной гигиены в жизни подростка | | | |
| 2 | Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. | | | |
| 3 | Особенности ухода за кожей лица | | | |
| 4 | Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные | | | |
| 5 | Вред курения и алкоголя на организм подростка | | | |
| 6 | Обобщение тем по разделу «Личная гигиена» | | | |
| 2 раздел. Одежда и обувь (10ч) | | 10 | | |
| 7 | Значение продления срока службы одежды. Мелкий ремонт | | | |
| 8 | Наложение заплат. Практическая работа | | | |
| 9 | Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. | | | |
| 10 | Стирка мелких изделий. Практическая работа. | | | |

| | | | | |
|-------------------------------------|---|----------|--|--|
| 11 | Правила и приемы глажения изделий из х/б тканей.. | | | |
| 12 | Глажение фартуков, косынок. Практическая работа. Правила ТБ при работе утюгом. | | | |
| 13 | Прачечная. Виды услуг, правила пользования. | | | |
| 14 | Виды обуви. Уход. | | | |
| 15 | Уход за обувью. Практическая работа. | | | |
| 16 | Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь» | | | |
| 3 раздел. Семья | | 3 | | |
| 17 | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми | | | |
| 18 | Разучивание тихих и подвижных игр. | | | |
| 19 | Практическая работа: оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Проведение игр с младшими школьниками. | | | |
| 4 раздел. Культура поведения | | 4 | | |
| 20 | Правила приема и приглашения в гости, формы отказа. | | | |
| 21 | Подарки. Изготовление несложных сувениров. Практическая работа | | | |
| 22 | Сюжетная игра «В гости...» | | | |
| 23 | Обобщение тем по разделу «Культура поведения» | | | |
| 5 раздел. Жилище | | 5 | | |
| 24 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. | | | |

| | | | | |
|----------------------------|---|-----------|--|--|
| 25 | Пользование пылесосом и уход за ним. Практическая работа | | | |
| 26 | Уход за полом в зависимости от покрытия. Практическая работа | | | |
| 27 | Уборка класса (практическая работа) | | | |
| 28 | Обобщение тем по разделу «Жилище» | | | |
| 6 раздел. Транспорт | | 2 | | |
| 29 | Междугородний железнодорожный транспорт. | | | |
| 30 | Вокзалы. Их назначение и основные службы вокзала | | | |
| 7 раздел. Торговля | | 5 | | |
| 31 | Универмаги и универсамы. Их назначение. | | | |
| 32 | Порядок приобретения товаров, выбор товара. | | | |
| 33 | Правила покупки. Защита прав потребителей. | | | |
| 34 | Экскурсия в магазин | | | |
| 35 | Обобщение по разделу «Торговля» | | | |
| 8 раздел. Питание | | 15 | | |
| 36 | Виды питания. | | | |
| 37 | Значение первых и вторых блюд. | | | |
| 38 | Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Правила выбора доброкачественных продуктов. | | | |

| | | | | |
|---------------------------------|---|----------|--|--|
| 39 | Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени на кухне. Соблюдение правил ТБ. | | | |
| 40 | Приготовление щей из свежей капусты. | | | |
| 41 | Инструктаж по ТБ. Приготовление щей из свежей капусты (практическая работа). | | | |
| 42 | Приготовление киселя, компота. | | | |
| 43 | Приготовление киселя, компота (практическая работа). | | | |
| 44 | Приготовление макарон с сыром | | | |
| 45 | Приготовление макарон с сыром (практическая работа) | | | |
| 46 | Рыбные продукты | | | |
| 47 | Приготовление рыбы с овощами (практическая работа) | | | |
| 48 | Составление меню завтрака. обеда, ужина на день. | | | |
| 49 | Сервировка стола к обеду. | | | |
| 50 | Обобщение по разделу «Питание» | | | |
| 9 раздел. Средства связи | | 7 | | |
| 51 | Основные средства связи. | | | |
| 52 | Виды бандеролей, порядок их отправления | | | |
| 53 | Заполнения бланков на отправку бандероли. Практическая работа. | | | |
| 54 | Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. | | | |

| | | | | |
|---|---|----------|--|--|
| 55 | Заполнения бланков на отправку посылки. Практическая работа. | | | |
| 56 | Экскурсия на почту | | | |
| 57 | Обобщение по разделу «Средства связи» | | | |
| 10 раздел. Медицинская помощь | | 7 | | |
| 58 | Виды доврачебной помощи. | | | |
| 59 | Обработка ран при микротравмах. | | | |
| 60 | Лекарственные растения в домашней аптечке | | | |
| 61 | Сбор лекарственных растений. Практическая работа. | | | |
| 62 | Первая помощь при травмах. | | | |
| 63 | Наложение повязки на предполагаемую рану, перелом. Практическая работа. | | | |
| 64 | Меры по предупреждению переломов | | | |
| 11 раздел. Учреждения, организации и предприятия | | 4 | | |
| 65 | Промышленные предприятия нашей местности, их значение. | 1 | | |
| 66 | Сельскохозяйственные объекты нашей местности, их значение. | 1 | | |
| 67 | Экскурсия на промышленное предприятие | 1 | | |
| 68 | Экскурсия на сельскохозяйственный объект. | 1 | | |

