

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Донецкая специальная школа-интернат»
(ГКОУ РО Донецкая школа-интернат)

346330, Ростовская область
г. Донецк, ул. Некрасова, 1

Тел.(8-86368) 2-72-94, 9-79-26 тел/факс 2-72-95
E-mail: ski_donetsk@rostobr.ru

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО
Донецкой школы-интерната
_____ Н.В. Лобанова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам социальной жизни
7 класс

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа подготовлена на основе федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» 7 класса для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) – это общеобразовательная программа, адаптированная для данной категории обучающихся с учётом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Цель обучения:

формирование и совершенствование у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

Задачи:

- расширять кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формировать и развивать навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- развивать навыки экономики ведения домашнего хозяйства и формировать необходимые умения;
- знакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности;
- формировать умения пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- формировать и развивать морально-этические нормы поведения, вырабатывать навыки общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развивать навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся.

Основные направления коррекционной работы:

- развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.
- развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.
- формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.
- формирование социальных навыков и социализации.
- обеспечение эмоциональной разрядки.

Формы организации образовательного процесса:

- урок;
- практическая работа;
- экскурсия;
- урок с использованием ИКТ.

Используемые технологии:

- технология разноуровневого обучения;
- технология проблемного обучения;
- личностно-ориентированное обучение;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

Основные методы организации учебного процесса:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты, технологические карты.

3. Место учебного предмета в учебном плане.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является основной частью предметной области «Человек и общество».

№ п/п	Класс	Наименование	Кол-во часов	
			В неделю	В год
1.	7	Основы социальной жизни	2 час.	68 час.

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Планируемые результаты освоения учебного предмета по итогам обучения в 7 классе.

Предметные результаты		Личностные результаты
Минимальный уровень	Достаточный уровень	
<p>- Знать значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения, выполнять первичную обработку яиц, овощей, плодов, ягод, муки и круп, уметь готовить их для хранения. Размораживать мясо при помощи микроволновки.</p> <p>- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, правила ухода за кожей рук, ног и ногтями, о вреде курения, алкоголя;</p> <p>- Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);</p> <p>- Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила</p>	<p>- Прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами, соблюдать последовательность приемов первичной обработки овощей, плодов, ягод и грибов, муки и круп; выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности.</p> <p>- Совершать вечерний туалет в определенной последовательности, стричь ногти на руках, ногах, стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли; знать основные способы закаливания, комплекс утренней гимнастики.</p> <p>- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения:</p>	<p>- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.</p> <p>- Овладение социально - бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.</p> <p>- Принятие и освоение социальной роли обучающегося-ся, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности.</p> <p>- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.</p> <p>- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному</p>

<p>поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната, правила организации рабочего места школьника. - Одевать малышей на прогулку. Помогать малышам при уборке игрушек. Разучивать тихие и подвижные игры. - Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков. - Называть функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения. - Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов, их отделы. Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов. Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых. Соблюдать правила поведения в магазине. - Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли. Заполнять бланки 	<p>повседневная, праздничная, рабочая, спортивная, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым. - Соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении. - Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры. 	<p>отношению к материальным и духовным ценностям.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование готовности к самостоятельной жизни.
--	---	--

<p>для отправки бандероли с помощью учителя.</p> <p>- Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки. Называть местные лекарственные растения. Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах. Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога.</p> <p>- Называть название детских учреждений и организаций г.Донецка.</p>	<p>- Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p> <p>- Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов. Ориентироваться в расписании. Приобретать билеты в железнодорожной кассе. Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала, центральную железнодорожную справочную по телефону.</p> <p>- Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов. Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов. Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине. Подсчитывать стоимость покупок. Соблюдать правила поведения в магазине.</p> <p>- Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью. Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Классифицировать виды и способы</p>	
---	--	--

	<p>упаковки бандеролей. Заполнять бланки на отправку бандеролей. Составлять опись посылаемых предметов.</p> <p>- Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Распознавать местные лекарственные растения. Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах. Пользоваться термометром. Готовить отвары и настои из лекарственных растений. Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p>	
--	---	--

Формирование базовых учебных действий.

Программа формирования базовых учебных действий (БУД) обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализуется в процессе всего обучения в процессе всей учебной и внеурочной деятельности по предмету в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы.

Формы контроля:

диагностический тест,
собеседование,
устный опрос,
тестовая работа по теме,
практическая работа.

Критерии оценивания предметных результатов: бальная оценка.

5. Содержание учебного предмета.

Наименования разделов, тем:

Личная гигиена

Личная гигиена в жизни подростка.

Особенности ухода за кожей лица, волосами.

Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.

Средства борьбы с перхотью.

Одежда и обувь

Значение продления срока служения одежды.

Виды штопок, наложение заплат.

Стиральная машина. Техника безопасности.

Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.

Техника безопасности при работе утюгом.

Химчистка. Виды услуг, правила пользования.

Практические работы :

«Глажение брюк».

Экскурсия в школьную прачечную.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.

Подготовка квартиры и дома к зиме.

Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

Уход за окнами.

Уход за мебелью.

Практическая работа «Мытье полов».

Питание

Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи.

Механическое оборудование на кухне. Правила техники безопасности при работе.

Правила безопасной работы с режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.

Значение первых блюд в питании, их приготовление и правила подачи.

Приготовление блюд из овощей «Котлеты картофельные».

Практические работы: «Приготовление рассольника ленинградского»,

«Приготовление борща с картофелем со свежей капустой»,

«Приготовление супа с лапшой на курином бульоне».

Учреждения и организации

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей.

Виды выпускаемой продукции. Культура поведения в общественных местах.

Культура поведения

Правила приема приглашения в гости и формы отказа.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки.

Правила вручения подарка.

Изготовление несложных сувениров.

Семья

Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми –одевание, обувание, причесывание.

Помощь родителям и воспитателям: в соблюдении чистоты и порядка в школе-интернате и дома.

Проведение игр с младшими школьниками.

Транспорт

Междугородний железнодорожный транспорт.

Вокзалы. Их назначение и основные службы.

Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения железнодорожных билетов.

Экскурсия «Виртуальная экскурсия на ЖД вокзал».

Средства связи

Почта. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением). Порядок их отправления.

Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.

Медицинская помощь

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при порезах.

Домашняя аптечка. Состав домашней аптечки.

Лекарственные растения в домашней аптечке.

Практическая работа «Измерение температуры, обработка раны при порезе».

Торговля

Универмаги и универсамы, их назначение.

Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.

Порядок приобретения (выбор товара, оплата в кассе, получение чека, сдачи).

Экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела.

Перечень практических работ, экскурсий, направления проектной деятельности.

Одежда и обувь

Практические работы :

«Глажение брюк».

Жилище

Практическая работа «Уборка жилого помещения».

Питание

Практические работы :

«Приготовление рассольника ленинградского»,

«Приготовление супа картофельного с макаронными изделиями»,

«Приготовление яблок запеченных с сахаром»,

«Сервировка стола к обеду».

Транспорт

Экскурсия «Виртуальная экскурсия на ЖД вокзал».

Практическая работа «Приобретение билетов»

Медицинская помощь

Практическая работа: «Измерение температуры, обработка раны при порезе».

Торговля

Экскурсия «Виртуальная экскурсия в универсам» .

6. Тематическое планирование.

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Формы контроля
1	Личная гигиена	6	Работа с учебным пособием, просмотр презентаций, беседа, словарная работа, тестирование.	<p>Презентация «Личная гигиена подростка» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbona-temu-lichnaya-gigiena-podrostka-3267569.html?ysclid=llm8lv9jb6948183171</p> <p>Презентация «Уход за волосами» https://uchitelya.com/tehnologiya/46510-prezentaciya-uhod-za-volosami-7-klass.html</p>	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
2	Одежда и обувь	6	Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, словарная работа, выполнение практической работы, экскурсия, тестирование.	<p>Презентация «Виды стиральных машин и правила пользования» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbobitovaya-tehnika-dlya-stirki-2735023.html?ysclid=llm8s4d3m9994006038</p> <p>Презентация «Утюг, утюжка одежды» https://kopilkaurokov.ru/prochee/presentation/priezientatsiia-k-uroku-sboutiluzhka-odiezhdyy?ysclid=llm8tzvg3p76195433</p>	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
3	Жилище	4	Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, словарная работа, выполнение	<p>Презентация «Уход за окнами» https://infourok.ru/prezentaciya-k-urkusbo-klass-korrekcionnaya-pedagogika-</p>	Собеседование, устный

			практической работы.	2284643.html?ysclid=llm8wt8fqv834701890 Презентация «Правила ухода за мебелью» https://uchitelya.com/tehnologiya/204655-prezentaciya-uhod-za-mebelyu-v-zavisimosti-ot-ee-pokrytiya.html	опрос, практическая работа.
4	Питание	16	Просмотр презентаций, выполнение практических работ, работа с учебным пособием, работа с наглядным пособием, работа с технологическими картами, словарная работа.	Презентация «Санитарные требования на кухне» https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-kursu-socialno-bytovaya-orientirovka-sbo-gigiena-prigotovleniya-pishi-hranenie-produktov-i-gotovoj-pishi-5532813.html?ysclid=llm91k9hce890608096 Презентация «Приготовление первых блюд» https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbona-temu-pervie-blyuda-supi-klass-645781.html?ysclid=llm93kcvge770052809 Презентация «Мясо и блюда из мяса» https://uchitelya.com/tehnologiya/85410-prezentaciya-myaso-blyuda-iz-myasa.html Презентация «Приготовление сладких блюд» https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_tehnologii_na_temu_sladkie_blyuda_i_napitki_6_klass-	Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа.

				30781?ysclid=llmfcyxczd595655595 Презентация «Сервировка стола» https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-servirovka-stola-k-obedu-prazdnik-k-nam-prihodit-7-klass-5710012.html?ysclid=llmfmuwi6k193062401	
5	Семья	6	Просмотр презентации, работа с учебным пособием, ответы устно.	Презентация «Семья. Родственные отношения» https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya Презентация «Организация отдыха и досуга в семье» https://ypok.pф/presentation/24772.html?ysclid=lmg3e2jfz4278687924	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
6	Транспорт	5	Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, беседа, ответы устно, виртуальная экскурсия на ЖД вокзал.	Презентация «Железнодорожный вокзал» https://shareslide.ru/tehnologiya/prezentatsiya-po-sbo-na-temu-zheleznodorozhnyy?ysclid=lmg6le3emr501574203 Презентация «Справочная служба. Расписание поездов» https://shareslide.ru/uncategorized/prezentatsiya-po-sbo-na-temu-spravochnaya?ysclid=lmg6sbdrp5883245085	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.

7	Культура поведения	5	Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, ответы устно на вопросы по теме.	Презентация «Прием гостей» https://multiurok.ru/files/prieziatsiia-uroka-sbo-v-9-klassie-priem-ghost.html?ysclid=lmg5uvpeo5713966498 Презентация «Как вести себя в гостях» http://www.myshared.ru/slide/422603/?ysclid=lmg6bwij2i80832453	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
8	Торговля	5	Экскурсия в универсам, просмотр презентаций, работа с учебным пособием, выполнение практической работы.	Презентация «Продовольственный магазин. Виды отделов» https://uchitelya.com/obzh/51216-prezentaciya-prodovolstvennye-magaziny-vidy-otdelov-5-klass.html Презентация «Специализированные магазины» https://multiurok.ru/files/prieziatsiia-k-uroku-sbo-vidy-spietsializirovannykh-magazinov.html?ysclid=lmg7a7w3y4788815230	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
9	Средства связи	4	Выполнение практической работы, просмотр презентации, работа с учебным пособием, беседа, ответы устно, экскурсия в почтовое отделение.	Презентация «Средства связи» https://znanio.ru/media/prezentatsiya-sredstva-svyazi-2826533?ysclid=lmg87oxhzip709768078 Презентация «Виды почтовых отправлений» https://nsportal.ru/shkola/tekhnologiya/library/2016/01/14/prezentatsiya-k-uroku-sbo-vidy-pochtovyh-otpravleniy	Собеседование, устный опрос, письменный опрос, практическая работа, тест.

10	Медицина	7	Просмотр презентаций, работа с учебным пособием, практическая работа.	<p>Презентация «Медицинские учреждения» http://www.myshared.ru/slide/890449/?ysclid=lmggbhr5js727472840</p> <p>Презентация «Переломы» https://shareslide.ru/uncategorized/prezentatsiya-po-sotsialno-bytovoy-orientirovke-na-9?ysclid=lmggiyrc7515590809</p> <p>Презентация «Грипп и простудные заболевания». https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2017/12/08/prezentatsiya-na-temu-profilaktika-orvi-i-grippa</p>	Собеседование, устный опрос, практическая работа, тест.
11	Учреждения, организации	2	Просмотр презентации, работа с учебным пособием, беседа, ответы устно.	<p>Презентация «Госучреждения дошкольные и школьные» https://findslide.org/uncategorized/524873-prezentatsiya-po-sbo-na-temu-detskie?ysclid=lmggotubud155809464</p>	Собеседование, устный опрос.
12	Обобщение	2	Беседа, итоговое тестирование.		Собеседование, устный опрос, тест.

7. Учебно-методический материал.

- В.П. Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 класс. ВЛАДОС, Москва, 2017 г.
- Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, Москва, 2003 г.
- В.П. Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 5, 6, 7, 8, 9 класс. Для специальной (коррекционной) школы VIII вида.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014 г.
- С.А. Львова, Практический материал к урокам Социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида, ВЛАДОС, 2018 г.

8. Материально-техническое обеспечение.

- Интерактивная панель d - 65.
- Моноблок «Универсал».
- Принтер hp.
- Бытовые электроприборы кухни.
- Бытовые электроприборы дома
- Кухонная и столовая посуда.
- Инвентарь и приспособления кухни.
- Бытовая мебель.
- Ученическая мебель.

