

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШКОЛА №25 ПЕТРОГРАДСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

«Принята»
на Педагогическом совете
Протокол № 9
от «29 » августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ школы № 25
_____ А.Б. Петрова
Приказ № 631
от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

7 «А» класс

2023/2024 учебный год

Составитель:
Афанасьева М.Н.,
учитель,
высшая кв. к.

Санкт-Петербург
2023 г.

Пояснительная записка

Основы социальной жизни, как учебный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, формированию личности обучающихся с интеллектуальной недостаточностью. Воспитанию положительных навыков и привычек.

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» - практическая подготовка обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, 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, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к 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;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название индивидуальных предметов личной гигиены и предметов общего пользования.

Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за кожей рук и ног;
- знать приемы закаливания организма;
- знать и выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щёткой, расчёской, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, периодичность ухода за окнами;
- называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон;
- называть животных, которые могут жить с человеком в жилище.

Достаточный уровень:

- знать и уметь убирать жилые помещения, чистить мебель, мыть зеркала и стёкла;
- знать и соблюдать правила уборки жилища при наличии животных в доме.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- называть бытовую технику для ухода за одеждой.

Достаточный уровень:

- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- объяснять значение символов по уходу за одеждой;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой, в том числе мелкий ремонт, ручную стирку и глажение предметов одежды;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания;
- называть и показывать продукты растительного и животного происхождения;
- соблюдать под руководством учителя санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком; правила пользования электроплитой;

- готовить несложные блюда под руководством учителя.

Достаточный уровень:

- знать способы первичной и тепловой обработки овощей, мяса, рыбы;
- знать и называть виды вторых блюд и гарниры;
- готовить холодные и горячие блюда под руководством учителя;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню;
- выполнять санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, горячими жидкостями и электроплитой;
- знать и выполнять правила приёма пищи и поведения за столом.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила
 - передвижения по улице, при переходе проезжей части;
 - иметь представление о видах пригородного и междугороднего транспорта: автобусы пригородного сообщения, электрички и поезда (примерная стоимость проезда);
 - знать правила пользования железнодорожным транспортом и правила безопасности в поездке.

Раздел «Средства связи»

Минимальный уровень:

- знать название основных средств связи;
- отличать письма, открытки и бандероли.

Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи, виды отправок;
- составлять перечень предметов, разрешенных и запрещенных для пересылки;
- уметь подписывать адрес на почтовом отправлении.

Раздел «Семья»

Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно определять и называть степень родства членов семьи их профессии;
- соблюдать правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке);
- умыть, одевать, причёсывать куклу, собирают игрушки с помощью и под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи;
- знать виды досуга, соблюдать правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке);
- знать правила ухода за младшими детьми и помогать взрослым в уходе за младшими детьми.

Раздел «Торговля»

Минимальный уровень:

- различать виды торговых предприятий, называть отделы магазинов;
- соблюдать правила поведения в торговом зале.

Достаточный уровень:

- знать порядок приобретения товаров в продовольственном и непродовольственном магазине, классифицировать товары, различать специализированные магазины;
- выбирать необходимые товары по заданию;
- знать и соблюдать правила поведения в торговом зале, культурно вести себя с работниками торговли, называть профессии людей, работающих в торговле.

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

- знать виды медицинских учреждений, профессии работников медицинских учреждений;
- измерять температуру с помощью взрослого.

Достаточный уровень:

- знать функции основных врачей – специалистов;
- знать содержимое домашней аптечки;
- различать виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация;
- знать последовательность оказания первой помощи при порезе, ушибе;
- уметь измерять температуру;
- рассказывать о мерах по предупреждению несчастных случаев в быту и соблюдать их.

Раздел «Предприятия, организации, учреждения»

Минимальный уровень:

- знать основные промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Достаточный уровень:

- знать и называть основные промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности, профессии их работников, выпускаемую продукцию.

Раздел «Экономика домашнего хозяйства»

Минимальный уровень:

- иметь первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- знать, говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома.

Достаточный уровень:

- знать и называть основные статьи семейного бюджета;
- называть источники дохода: заработная плата членов семьи, пенсия и т.д.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье.

Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Одежда и обувь

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования.

Практические работы: Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

Питание

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

Практические работы: Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Практические работы: Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

Поведение в гостях. Подарки.

Практическая работа: Изготовление несложных сувениров.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).

Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Практические работы: Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

Транспорт

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

Торговля

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров. Экскурсия в промтоварный магазин.

Средства связи

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

Практические работы: Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Экскурсия на почту.

Охрана здоровья

Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

Практические работы: Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

Предприятия, организации, учреждения.

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

Экономика домашнего хозяйства

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

Практические работы: Упражнения по определению доходов семьи.

Календарно – тематическое планирование

	№ урока	тема	дата
1 четверть			
1	1	Гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	06.09
2	2	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	06.09
3	3	Гигиена одежды и нательного белья.	13.09
4	4	<i>Диагностическая контрольная работа.</i>	13.09
5	5	Гигиена постельного белья.	20.09
6	6	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	20.09
7	7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную.	27.09
8	8	Стирка изделий из шёлка.	27.09
9	9	Бытовая техника для стирки. Правила пользования стиральными машинами.	04.10
10	10	Виды услуг прачечной. Правила пользования.	04.10
11	11	Правила безопасности при работе с утюгом.	11.10
12	12	Правила и приёмы глажения белья.	11.10
13	13	Утюжка брюк, юбок, спортивной одежды.	18.10
14	14	Мелкий ремонт одежды.	18.10
15	15	Техника безопасности при работе с ножницами, иглой.	25.10
16	16	Ремонт разорванных мест одежды.	25.10
2 четверть			
17	1	Промышленные предприятия и с/х объекты. Названия, вид деятельности.	08.11
18	2	Виды выпускаемой продукции на предприятиях. Профессии рабочих и служащих.	08.11
19	3	Регулярная уборка жилого помещения (ежедневная, еженедельная). Повседневная влажная уборка.	15.11
20	4	Сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме и лету.	15.11
21	5	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники.	22.11
22	6	Мебель в жилых помещениях. Виды и назначение. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	22.11
23	7	Уход за различными видами напольных покрытий.	29.11
24	8	Домашние животные (кошки, собаки, птицы) в городской квартире. Содержание.	29.11
25	9	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды, содержания и уход. Ветеринарная служба.	06.12
26	10	Практическая работа по уходу за мебелью и полом.	06.12
27	11	Правильная, рациональная организация досуга.	13.12
28	12	Помощь взрослым в уходе за младшими детьми.	13.12
29	13	Проведение игр с младшими детьми. Сказки, стихи.	20.12
30	14	Поведение в гостях.	20.12
31	15	<i>Контрольная работа.</i>	27.12
32	16	Подарки. Изготовление несложных сувениров.	27.12
3 четверть			
33	1	Составные части обеда. Значение первых и вторых блюд в питании.	10.01
34	2	Приготовление несложного салата или холодных закусок.	10.01

35	3	Виды супов. Приготовление супа.	17.01
36	4	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения.	17.01
37	5	Приготовление первого блюда на мясном бульоне.	24.01
38	6	Приготовление первого блюда на курином бульоне.	24.01
39	7	Приготовление первого блюда на рыбном бульоне.	31.01
40	8	Приготовление вторых блюд: мясные блюда.	31.01
41	9	Приготовление вторых блюд: овощные гарниры.	07.02
42	10	Приготовление картофельных котлет.	07.02
43	11	Приготовление рыбных блюд.	14.02
44	12	Третье блюдо. Фруктовые напитки: соки, нектары.	14.02
45	13	Приготовление третьих блюд (компот, кисель)	21.02
46	14	Сервировка стола к обеду, ужину.	21.02
47	15	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	28.02
48	16	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	28.02
49	17	Домашняя аптечка. Термометр. Правила пользования.	06.03
50	18	Средства первой помощи. Вред самолечения.	06.03
51	19	Первая помощь при травмах.	13.03
52	20	Практическая работа: наложение повязок на рану.	13.03
53	21	Лекарственные растения в домашней аптечке.	20.03
54	22	Деньги (монета, купюра, валюта), их назначение.	20.03
4 четверть			
55	1	Бюджет семьи. Источники дохода и расходы семьи.	03.04
56	2	Упражнения по определению доходов семьи.	03.04
57	3	Междугородный железнодорожный транспорт.	10.04
58	4	Вокзал и его службы. Расписание поездов.	10.04
59	5	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов.	17.04
60	6	Специализированные магазины (книжный, спортивный, др).	17.04
61	7	Магазины по продаже одежды и обуви.	24.04
62	8	Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата, возврат.	24.04
63	9	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).	08.05
64	10	Экскурсия на почту.	08.05
65	11	Заполнение бланков на отправку бандеролей.	15.05
66	12	Повторение изученного в 7 классе.	15.05
67	13	Тестирование.	22.05
68	14	Итоговый урок по теме «Чему научились в 7 классе».	22.05
Фактическое количество часов			68

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Учебно-методическое обеспечение:

- Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год;
- Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. ВЛАДОС, 2012 год

- Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - 304 с: илл.
- Практический материал по урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А. Львова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. -136 с:
- Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. - 192 с.
- Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. -М.: АРКТИ, 2002. - 79 с.
- Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. - М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2001. - 576 с: илл.
- Золотая книга этикета/ В.Ф. Андреев. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ВЕЧЕ, 2004.-400 с: илл.
- Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.- 382 с

2. Учебные пособия для учащихся

- В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 7 класс» (Москва, Владос, 2021),

3. Компьютерные и информационно-коммуникативные средства

- видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения, аудио - и видеозаписи), отражающие основные темы учебного предмета;

4. Технические средства

- Классная доска
- Персональный компьютер (ноутбук, планшет)
- мультимедийный проектор, экран.

5. Учебно-практическое оборудование.

- раздаточный дидактический материал в виде: рабочих листов, карт, схем, плакатов
- бытовая техника, техника для ухода за домом, одеждой;
- образцы и муляжи средств гигиены, продуктов питания и т.д.
- кухонная посуда и утварь.