

РАССМОТРЕНО

на МО, протокол № 1  
от «30» августа 2022 г.

Руководитель МО

Гаврюшина Н.Ю. 


СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Е.В. Смирнова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКВСОУЦО № 10

 М.В. Зотова

Приказ № 68 от «01» сентября 2022 г.



**Адаптированная рабочая программа  
по основам социальной жизни  
в 7 А классе**

**Программу составила: учитель высшей квалификационной категории муниципального казённого вечернего  
(сменного) общеобразовательного учреждения центра образования №10**

**Вахтина Инна Ивановна**

(Ф.И.О. учителя, составившего рабочую программу)

г. Георгиевск

2022 г.

## Предметные результаты освоения курса основы социальной жизни в 7 А классе

### *Минимальный уровень:*

представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними; знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого; представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета; представление о различных видах средств связи; знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); знание названий организаций социального назначения и их назначение;

### *Доступный уровень:*

знание о способах хранения и переработки продуктов питания; умение составлять меню из предложенных продуктов питания; умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда; умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара; умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.; умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения; навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.); умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д. умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет средствами; знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет; составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

### *Личностные учебные действия:*

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, 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).

## **Раздел 2. Основное содержание программы**

### **Личная гигиена**

Значение косметики для девушки и юноши.

Правила и приемы ухода за кожей лица.

Значение здоровья для жизни и деятельности человека.

Средства и способы сбережения здоровья.

Практические работы.

Упражнение в протирании кожи лица косметическими средствами, использование масок.

### **Одежда и обувь**

Особенности ухода за одеждой, изготовленных из шерстяных и синтетических тканей.

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Химчистка – правила пользования.

Практические работы.

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

### **Питание**

Виды теста.

Приготовление изделия из теста.

Заготовка продуктов (соленья, варенья и т.д.).

Запись рецептов.

Практические работы.

Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов.

Запись рецептов.

Приготовление овощного салата.

### **Семья**

Грудной ребенок в семье.

Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.

Практические работы.

Упражнения в пеленании и кормлении куклы.

Мытье детской посуды игрушек.

### **Культура поведения**

Культура общения юноши и девушки.

Внешний вид молодых людей.

Практические работы.

Сюжетная игра «Встреча молодых людей».

### **Жилище**

Уборка кухни, санузла, ванны.

Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла, ванны.

Техника безопасности при работе с моющими средствами.

### **Транспорт**

Междугородний автотранспорт, автовокзал.

Маршруты автобусов.

Расписание автобусов.

Порядок приобретения билетов.

Значение водного транспорта.

### **Торговля**

Рынки. Виды рынков.

Различия рынка от магазина.

Практические работы.

Сравнение рыночных цен и магазинов на одно и тоже название товара.

### **Средства связи**

Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном.

Правила пользования телефонным справочником.

Культура разговора по телефону.

Вызов полиции, скорой помощи, газовой службы.

Получение справок по телефону.

Практическая работа.

Сюжетно-ролевая игра «телефонная справочная служба».

### **Медицинская помощь**

Первая помощь при несчастном случае.

Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Практическая работа.

Сюжетная игра – оказание помощи при несчастном случае.

### **Учреждения, организации и предприятия**

Департамент, муниципалитет, префектура, полиция, их назначение.

### **Экономика домашнего хозяйства**

Бюджет семьи. Виды источников дохода. Условия и порядок их получения.

Основные статьи расходов(оплата жилья, питание, проезд).

Оздоровление организма. Содержание домашней аптечки. Предметы личной гигиены. Покупка одежды и обуви.

Создание уюта и сбережение сил, времени, денег (мебель, посуда, бытовые приборы, постельное белье).

Повышение уровня культуры (покупка книг, посещение театров и т.д.).

Помощь родственникам.

Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.

Практическая работа

Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год.

№ п/п	Тема	Количество учебных часов (в рабочей программе)
1	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	2

2	ОДЕЖДА	12
3	ПИТАНИЕ	12
4	СЕМЬЯ	4
5	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	4
6	ЖИЛИЩЕ	8
7	ТРАНСПОРТ	4
8	ТОРГОВЛЯ	4
9	СРЕДСТВА СВЯЗИ	6
10	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ	6
11	УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ	2
12	ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА	6
Итого		70 часов

### 3. Формы организации образовательного процесса.

#### Основные формы:

- урок,
- практическая работа,
- самостоятельная работа,
- фронтальная работа

#### Основные технологии:

- личностно-ориентированное,
- деятельностный подход,
- уровневая дифференциация,
- информационно-коммуникативные,
- здоровьесберегающие,
- игровые.

#### Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:

- беседа (диалог),

- практическая деятельность,
- самостоятельная работа,
- работа по карточкам,
- работа по плакатам,
- составление плана работ.

**Методы обучения:**

- практические работы,
- сюжетно-ролевые игры,
- беседа (словесные, наглядные, практические),
- демонстрация натуральных продуктов,
- ИКТ,
- дефференцированное, разноуровневое обучение,
- наглядные пособия, раздаточный материал,
- создание увлекательной ситуации,
- занимательные упражнения,
- участие в конкурсах.

На реализацию программы «Основы социальной жизни» в федеральном базисном учебном плане предусмотрено 70 часов (2 часа в неделю).

По учебно-календарному графику:

Класс	Учебный предмет	Кол-во часов в неделю	I Четверть (ч)	II Четверть (ч)	III Четверть (ч)	IV Четверть (ч)	Кол-во часов в год
7	Основы социальной жизни	2	18	16	20	16	70

### Календарно-тематическое планирование по социально-бытовой ориентировке в 7 А классе

№	ДАТА	Фактическая дата проведения урока	Тема урока	Домашнее задание
<b>1 четверть – 18 часов</b>				
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА</b>				
1.			Личная гигиена подростка	Выполнить задание в тетради
2.			Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	Выполнить рисунок
<b>ОДЕЖДА</b>				
3.			Ремонт и штопка одежды.	Подготовить рассказ
4.			Штопка одежды: заплатка нашивная.	Выполнить рисунок
5.			Штопка одежды: заплатка декоративная.	Подготовить рассказ
6.			Практическая работа: ремонт и штопка одежды.	Выполнить задание в тетради
7.			Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	Выполнить задание в тетради
8.			Практическая работа: стирка хлопчатобумажного белья вручную.	
9.			Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	Выполнить рисунок
10.			Практическая работа: глажение белья.	
11.			Практическая работа: глажение брюк.	
12.			Практическая работа: глажение спортивной одежды.	
13.			Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	Выполнить рисунок
14.			Экскурсия в химчистку.	Выполнить рисунок



			<b>ПИТАНИЕ</b>	
15.			Приготовление пищи: обед. Виды питания.	Подготовить рассказ
16.			Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Значение первых блюд.	Выполнить задание в тетради
17.			Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Значение блюд из овощей, рыбы, мяса. Салат.	Выполнить рисунок
18.			Питание. Практическая работа.	
<b>2 четверть – 16 часов</b>				
19.			Приготовление первого блюда. Практическая работа.	
20.			Приготовление второго блюда. Практическая работа.	
21.			Третьи блюда. Кисель, компот.	Выполнить рисунок
22.			Питание. Практическая работа.	
23.			Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	Подготовить рассказ
24.			Сервировка стола к обеду.	Выполнить задание в тетради
25.			Питание. Практическая работа.	Выполнить задание в тетради
26.			Питание. Практическая работа.	
<b>СЕМЬЯ</b>				
27.			Помощь родителям по уходу за младшими детьми.	Подготовить рассказ
28.			Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Разучивание «тихих» игр.	Выполнить задание в тетради
29.			Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Сказки, песенки.	Выполнить задание в тетради
30.			Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Подвижные игры.	Выполнить рисунок

			<b>КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ</b>	
31.			Поведение в гостях. Правила приёма приглашения в гости.	Выполнить рисунок
32.			Поведение в гостях. Подготовка к поездке в гости.	Подготовить рассказ
33.			Подарки.	Выполнить задание в тетради
34.			Культура поведения в гостях.	Подготовить рассказ
<b>3 четверть -20 часов</b>				
			<b>ЖИЛИЩЕ</b>	
35.			Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, к лету.	Подготовить рассказ
36.			Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, к лету.	Выполнить задание в тетради
37.			Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	Выполнить рисунок
38.			Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	Подготовить рассказ
39.			Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и другие).	Выполнить задание в тетради
40.			Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и другие).	Подготовить рассказ
41.			Животные в доме (кошка, собака, попугай).	Выполнить задание в тетради
42.			Жилище.	Подготовить рассказ
			<b>ТРАНСПОРТ</b>	
43.			Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.	Подготовить рассказ
44.			Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.	Выполнить задание в тетради
45.			Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных	Выполнить рисунок

			билетов (покупка в кассе, заказ по телефону, интернету). Камера хранения багажа.	
46.	24.02.2022		Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону, интернету). Камера хранения багажа.	Подготовить рассказ
			<b>ТОРГОВЛЯ</b>	
47.			Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	Выполнить задание в тетради
48.			Отделы магазинов.	Подготовить рассказ
49.			Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товара.	Выполнить рисунок
50.			Торговля. Экскурсия в промтоварный магазин.	Подготовить рассказ
			<b>СРЕДСТВА СВЯЗИ</b>	
51.			Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).	Выполнить рисунок
52.			Упаковка. Порядок их отправления.	Подготовить рассказ
53.			Упаковка.	Выполнить рисунок
54.			Стоимость пересылки.	Подготовить рассказ
<b>4 четверть – 16 часов</b>				
55.			Заполнение бланков.	Выполнить задание в тетради
56.			Средства связи. Экскурсия на почту.	Подготовить рассказ
			<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ</b>	
57.			Домашняя аптечка. Термометр.	Выполнить задание в тетради
58.			Лекарственные растения.	Подготовить рассказ
59.			Практическая работа: приготовление витаминного чая.	Выполнить рисунок
60.			Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах,	Подготовить рассказ

			вывихах, переломах.	
61.			Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	Подготовить рассказ
62.			Медицинская помощь. Экскурсия в травмпункт.	Выполнить рисунок
			<b>УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ</b>	
63.			Промышленные предприятия Георгиевского района. Названия цехов, отделов. Названия рабочих специальностей. Виды выпускаемой продукции.	Подготовить рассказ
64.			Промышленные предприятия Георгиевского района. Названия цехов, отделов. Названия рабочих специальностей. Виды выпускаемой продукции.	Выполнить рисунок
			<b>ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА</b>	
65.			Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.	Выполнить задание в тетради
66.			Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.	Подготовить рассказ
67.			Итоговое тестирование	Выполнить рисунок
68.			Определение доходов семьи, составление доверенности на получение зарплаты.	Подготовить рассказ
69.			Мелкие расходы.	Подготовить рассказ
70.			Повторительно-обобщающий урок по изученным темам.	