

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
«ЧЕРНЯХОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАЛИНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

«Рассмотрена»
На заседании МО
Протокол № 9
« 3 » 06. 2022г.

«Согласована»
Заместитель директора
по УВР Г.А.Борисенко./
« 6 » 06/2022г.



Адаптированная рабочая программа

на 2022 – 2023 учебный год

по предмету Основы социальной жизни

класс 7

Количество часов по плану 68

Преподаватель Коваленко Любовь Валерьевна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.....	3
2. Содержание учебного предмета, курса.....	6
3. Тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	8

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания 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;
- формирование готовности к самостоятельной жизни

Предметные результаты:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личная гигиена	
<p>Рассказывать о правилах личной гигиены. Называть санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом. Рассказывать о правилах смены одежды, нательного и постельного белья. Различать индивидуальные предметы гигиены.</p>	<p>Соблюдать и выполнять правила личной гигиены подростка. Характеризовать индивидуальные предметы гигиены. Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом. Соблюдать правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p>
Одежда	
<p>Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя. Знать особенности стирки цветного и белого белья. Рассказывать правила пользования моющими средствами. Рассказывать о последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей. Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p>	<p>Ремонтировать разорванные места одежды. Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины. Гладить одежду и белье. Называть правила пользования моющими средствами. Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с</p>

	<p>помощью стиральной машины.</p> <p>Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Рассказывать о правилах подготовке вещей к сдаче в чистку.</p>
Питание	
<p>Рассказывать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Готовить обед, оформлять готовые блюда, сервировать стол под руководством учителя.</p>	<p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Характеризовать последовательность приготовления блюд.</p> <p>Готовить обед</p> <p>Оформлять готовые блюда.</p> <p>Сервировать стол к обеду.</p>
Семья	
<p>Одевать малышей на прогулку.</p> <p>Помогать малышам при уборке игрушек.</p> <p>Разучивать тихие и подвижные игры.</p>	<p>Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.</p> <p>Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры.</p>
Культура поведения	
<p>Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>	<p>Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.</p>
Жилище	
<p>Выполнять элементарную уборку помещения.</p> <p>Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон.</p> <p>Рассказывать о правилах ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Ухаживать за животными.</p>	<p>Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения.</p> <p>Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.</p> <p>Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.</p> <p>Рассказывать о правилах содержания в доме собаки, кошки и попугая.</p>
Транспорт	
<p>Называть функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения.</p>	<p>Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов.</p> <p>Ориентироваться в расписании.</p> <p>Приобретать билеты в железнодорожной кассе.</p> <p>Обращаться за справкой в справочное бюро</p>

	вокзала, центральную железнодорожную справочную по телефону.
Торговля	
<p>Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов, их отделы.</p> <p>Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>	<p>Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов.</p> <p>Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине.</p> <p>Подсчитывать стоимость покупок.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>
Средства связи	
<p>Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли.</p> <p>Заполнять бланки для отправки бандероли с помощью учителя.</p>	<p>Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью.</p> <p>Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей.</p> <p>Заполнять бланки на отправку бандеролей.</p> <p>Составлять опись посылаемых предметов.</p> <p>Упаковывать бандероль.</p>
Медицинская помощь	
<p>Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки.</p> <p>Называть местные лекарственные растения.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога.</p>	<p>Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Распознавать местные лекарственные растения.</p> <p>Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.</p> <p>Пользоваться термометром.</p> <p>Готовить отвары и настои из лекарственных растений.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p>
Учреждения, организации и предприятия	
<p>Называть промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>	<p>Классифицировать промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>
Экономика домашнего хозяйства	
<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи под руководством педагога.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы под руководством педагога.</p>	<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы.</p>

2. Содержание учебного предмета, курса

1. Личная гигиена - 4 ч.
Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
2. Одежда - 8 ч.
Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку.
3. Питание - 12 ч.
Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.
4. Семья - 4 ч.
Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.
5. Культура поведения - 4 ч.
Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира. Пр.р.
6. Жилище- 8 ч.
Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Пр.р. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.
7. Транспорт - 4 ч.
Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.
8. Торговля - 4 ч.
Универсальные и специализированные протоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в протоварный магазин. Приобретение товаров в протоварном магазине. Пр.р.
9. Средства связи - 4 ч.
Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.

Экскурсия на почту.
10. Медицинская помощь - 6 ч.
Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Пр.р. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.
11. Учреждения, организации и предприятия - 4 ч.
Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.
12. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.
Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Пр.р. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.

3. Тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Место учебного предмета «Основы социальной жизни» 7 класс в учебном плане

В соответствии с Адаптированной программой школы, рабочая программа рассчитана на 68 часов в год, 2 часа в неделю.

№ п/п	Тема раздела	Количество часов
1.	Личная гигиена	4
2.	Одежда	8
3.	Питание	12
4.	Семья	4
5.	Культура поведения	4
6.	Жилище	8
7.	Транспорт	4
8.	Торговля	4
9.	Средства связи	4
10.	Медицинская помощь	6
11.	Учреждения, организации и предприятия	4
12.	Экономика домашнего хозяйства	6
Всего 68 ч.		

№ урока	Тема урока	Кол. час.
	І четверть- 18 ч.	
	Личная гигиена – 4 ч.	
1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	1
2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	1
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	1
4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1
	Одежда – 8 ч.	1
5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1
6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	1
7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1
8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	1
9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
10	Утюжка белья, брюк. Пр.р.	1
11	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
12	Экскурсия в химчистку.	1
	Питание – 6 ч.	
13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда.	1
14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1
15	Приготовление закусок.	1
16	Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	1
17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
18	Приготовление шей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	
	ІІ четверть- 14 ч.	
	Питание – 6 ч.	
19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1

20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р.	1
21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	1
22	Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р.	1
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
24	Сервировка стола к обеду.	1
	Семья– 4 ч.	
25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1
26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	1
27	Разучивание тихих и подвижных игр.	1
28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.	1
	Культура поведения– 4 ч.	1
29	Поведение в гостях.	1
30	Правила поведения при встрече и расставании.	1
31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	1
32	Изготовление сувенира. Пр.р.	1
	III четверть- 20 ч.	
	Жилище –8 ч.	
33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	1
34	Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р.	1
35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
36	Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р.	1
37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	1
38	Чистка мягкой мебели. Пр.р.	1
39	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	1
	Транспорт- 4 ч.	
41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1
42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	1
43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	1
44	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	1
	Торговля – 4 ч.	
45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1
46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1
47	Экскурсия в промтоварный магазин.	1
48	Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.	1
	Средства связи – 4 ч.	
49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	1
50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	1
51	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.	1
52	Экскурсия на почту.	1
	IV четверть- 16 ч.	
	Медицинская помощь – 6 ч.	
53	Домашняя аптечка. Термометр.	1
54	Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	1
55	Лекарственные растения.	1
56	Заваривание травяного настоя. Пр.р.	1
57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1

58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	1
	Учреждения, организации, предприятия - 4 ч.	
59	Промышленные предприятия, заводы нашего города.	1
60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	1
61	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	1
62	Экскурсия на промышленное предприятие.	1
	Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.	
63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	1
64	Бюджет семьи. Источник дохода.	1
65	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
66	Определение дохода семьи. Пр.р.	1
67	Мелкие расходы.	1
68	Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.	1