

Приложение
к адаптированной основной
общеобразовательной программе
образования обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) (Вариант 1)
Муниципального общеобразовательного
учреждения «Тоншаевская средняя школа»

«РАССМОТРЕНА»
на заседании педагогического совета
от 30 августа 2023 г. №13

«УТВЕРЖДЕНА»
приказом МОУ Тоншаевская СОШ
от 31 августа 2023 г. №01-02/194

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Основы социальной жизни»

для 8 класса

Составители:

Еперова Г.А., учитель высшей квалификационной категории

Питилимова Н.А., учитель высшей квалификационной категории

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью данной программы является развитие социальной компетентности у обучающегося с интеллектуальными нарушениями и подготовка их к самостоятельной жизни.

Задачи курса:

- формировать умение правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног; использовать подручные средства дополнительно к кремам и лосьонам;
- формировать умение стирать, сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; гладить рубашки;
- формировать умение культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах (в кино, на танцах и т.д.), дома; выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности;
- формировать умение мыть кафельные стены, чистить раковины; пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
- формировать умение пользоваться расписанием; определять стоимость проезда; покупать билет; обращаться за справкой; выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;
- формировать умение ухаживать за грудным ребёнком; содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки;
- формировать умение выбирать месторасположения нужных товаров; выбирать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.), количеством, ценой; • формировать умения готовить изделия из пресного теста, записывать рецепты соленья, варенья, консервирования;
- формировать умения оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему;
- формировать умения кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, получить по телефону справку, культурного разговора по телефону;
- формировать умения обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений;
- формировать умения подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность на получение зарплаты, пенсии и др., снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции; соблюдать порядок помещения сбережений в Сбербанк.

Планируемые результаты:

Коррекционная направленность особо значима в специальной школе. На всех уроках проводится коррекция мышления, памяти и речи ребёнка, развитие фонематического слуха, крупной и мелкой моторики, цветовосприятия, пространственного восприятия. Уроки СБО активно содействуют формированию положительных качеств личности обучающегося, социально адаптируют. Коррекционная сторона урока имеет решающее значение в образовательном процессе: благодаря этой работе повышается работоспособность, увеличивается устойчивость внимания, понижаются трудности восприятия, улучшается пространственное восприятие, развивается и совершенствуется наблюдательность, память, воображение, речь, логическое мышление, умение анализировать, обобщать, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи и зависимости, делать выводы - все эти планируемые результаты придают еще и воспитывающую направленность учебной деятельности. К концу учебного года обучающийся должен получить достаточно прочные навыки самообслуживания, но с учётом своих потенциальных возможностей.

К концу учебного года обучающийся должен знать:

- правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность утюжки изделий;
- правила пользования прачечной, виды услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в стирку;
- правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома;
- требования к внешнему виду молодых людей;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла;
- моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни, санузла;
- основные автобусные маршруты;

- ассортимент товаров в различных специализированных магазинах;
- стоимость основных продовольственных и промышленных товаров;
- правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном;
- правила пользования телефонным справочником;
- номера телефонов срочного вызова (пожарной службы, аварийных служб, полиции и т.д.);
- правила пользования автоматической телефонной связью;

Обучающийся должен уметь:

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
 - утюжить блузки, рубашки, платья;
 - составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания;
 - культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;
 - выбирать косметические средства, украшения;
 - подбирать причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т.д.);
 - мыть кафельные стены, чистить раковины;
 - пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни, санузла;
 - определять стоимость проезда; покупать билет, обращаться за справкой;
 - выбирать покупку с учётом различных условий;
 - подсчитывать стоимость покупок;
 - культурно вести себя в магазине;
 - культурно разговаривать по телефону;
- планировать крупные покупки.

Содержание учебного материала

Личная гигиена. Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица. Значение здоровья для жизни и деятельности человека.

Одежда и обувь

Виды одежды (летняя, зимняя, демисезонная), Уход и хранение сезонной одежды. Сухая и влажная чистка одежды, ее стирка. Практические упражнения по уходу и хранению сезонной одежды в специально созданных педагогических условиях. Ручная стирка и сушка изделий из шерсти: шапочки, шарфы, варежки.

Культура поведения

Моделирование реальных ситуаций «Учимся разговаривать в различных видах деятельности, обращаться друг к другу с просьбами, взаимодействия мальчика и девочки и т. д.». Уход за внешним видом. Выбор одежды для посещения театра, утюжка одежды.

Питание

Виды салатов, простейшие рецепты салатов. Каши. Виды круп (овсяная, гречневая, рисовая), простейшие рецепты каш. Приготовление гречневой, рисовой каши. Упражнения в сервировке стола к завтраку, ужину (с помощью педагога).

Транспорт

Междугородний автотранспорт, автовокзал. Маршруты, расписание. Практическая работа «Выбор пункта назначения. Определение времени и места отправления». Значение водного транспорта (речного, морского). Порт, пристань.

Семья

Грудной ребенок в семье. Правила ухода за грудным ребёнком. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.

Жилище

Интерьер помещений. Виды мебели. Уход за мебелью. Средства и способы ухода за мебелью. Практическое занятие по уборке гостиной. Помещения жилища: ванная и туалетная комнаты. Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов сантехники. Средства для мытья ванны, унитаза, раковины, инвентарь для уборки туалетных комнат.

Торговля

Специализированные магазины «Мебель». Виды мебели. Дидактические игры и упражнения «Выбираем мебель для жилых помещений» (с помощью педагога). Экскурсия в овощной магазин, на продуктовый рынок, в мебельный магазин.

Средства связи

Почта. Назначение почтового отделения. Виды почтовых отправлений (письмо, телеграмма). Ролевая игра «Почта» Экскурсия на почту, телеграф.

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастном случае (ожог, обмороживание, отравление, солнечный удар). Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Учреждения, организации, предприятия

Департамент, муниципалитет, полиция, их назначение. Способы обращения в государственные учреждения.

Экономика домашнего хозяйства

Бюджет семьи: виды источников дохода. Виды государственных страхований, их значение и необходимость. Расходы на питание; оплата проезда. Виды приобретения. Оздоровление организма членов семьи. Содержание домашней аптечки

Тематическое планирование.

№	Раздел программы.	Количество часов
1	Личная гигиена	1
2	Одежда и обувь	1
3	Культура поведения	1
4	Питание	2
5	Транспорт	1
6	Семья	1
7	Жилище	1
8	Торговля	1
9	Средства связи	1
10	Медицинская помощь	2
11	Учреждения, организации, предприятия	1,5
12	Экономика домашнего хозяйства	3
13	Промежуточная аттестация	0,5
Итого:		17

Тематическое планирование (17 часов)

№	Тема курса	Содержание курса	Всего часов	Содержание воспитания
1	Личная гигиена.	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица.	0,5	Трудовое воспитание. Приобретение навыков овладения технологическими приемами ручной обработки материалов. Социально-коммуникативное направление. Получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека
2		Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	0,5	
3	Одежда и обувь	Виды одежды (летняя, зимняя, демисезонная), Уход и хранение сезонной одежды.	0,5	
4		Сухая и влажная чистка одежды, ее стирка. Ручная стирка и сушка изделий из шерсти	0,5	
5	Культура поведения	Культура общения юноши и девушки. Уход за внешним видом.	0,5	
6		Выбор одежды для посещения театра, утюжка одежды.	0,5	
7	Питание	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	0,5	
8		Виды салатов, простейшие рецепты салатов. Сервировка стола	0,5	
9		Каши. Виды круп (овсяная, гречневая, рисовая), простейшие рецепты каш.	0,5	

10		Приготовление гречневой, рисовой каши.	0,5	и общества.
11	Транспорт	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Маршруты, расписание. Практическая работа «Выбор пункта назначения».	0,5	Трудовое воспитание. Приобретение первоначальных знаний о правилах создания
12		Определение времени и места отправления». Значение водного транспорта (речного, морского). Порт, пристань.	0,5	предметной и информационной среды и умений применять их для выполнения учебно-
13	Семья	Грудной ребенок в семье. Правила ухода за грудным ребёнком.	0,5	познавательных и проектных художественно-
14		Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	0,5	конструкторских задач.
15	Жилище	Интерьер помещений. Виды мебели. Уход за мебелью. Средства и способы ухода за мебелью.	0,5	Интеллектуальное воспитание. Овладение знаниями о видах
16		Ванная и туалетная комнаты. Средства для мытья ванны, унитаза, раковины, инвентарь для уборки туалетных комнат.	0,5	транспорта.
17	Торговля	Специализированные магазины «Мебель». Виды мебели.	0,5	Социально-коммуникативное воспитание.
18		Дидактические игры и упражнения «Выбираем мебель для жилых помещений»	0,5	Приобретение навыков овладения
19	Средства связи	Почта. Назначение почтового отделения.	0,5	правил общения в семье.
20		Виды почтовых отправлений (письмо, телеграмма)	0,5	Эстетическое воспитание.
21	Медицинская помощь	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обмороживание, отравление, солнечный удар).	0,5	Усвоение первоначальных представлений о
22		Первая помощь при несчастном случае (ожог, обмороживание, отравление, солнечный удар).	0,5	культуре как предметно-преобразующей
23		Первая помощь утопающему.	0,5	деятельности человека.
24		Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	0,5	
25	Учреждения, организации, предприятия	Департамент, муниципалитет, полиция, их назначение	0,5	Социально-коммуникативное воспитание.
26		Способы обращения в государственные учреждения.	0,5	Приобретение навыков овладения
27		Способы обращения в государственные	0,5	

		учреждения.		правил общения.
28	Экономика домашнего хозяйства	Бюджет семьи: виды источников дохода.	0,5	Интеллектуальное воспитание.
29		Виды государственных страхований, их значение и необходимость.	0,5	Овладение знаниями о различных средствах связи.
30		Расходы на питание; оплата проезда..	0,5	Интеллектуальное воспитание.
31		Виды приобретения (наличными и в кредит) их значение и необходимость.	0,5	Овладение знаниями по оказанию
32		Оздоровление организма членов семьи.	0,5	медицинской помощи.
33		Содержание домашней аптечки	0,5	Экологическое воспитание.
34		Промежуточная аттестация	0,5	Ознакомление с названиями ручных инструментов, приспособлениями и правил работы с ними. Интеллектуальное воспитание. Овладение навыками ведения домашнего хозяйства.

**Контрольно-измерительный материал по социально-бытовой ориентировке
(итоговый тест)
8 класс**

- 1. Угри, расширенные поры, сальность, воспаления на коже, – это признаки**
- а) сухой;
 - б) жирной;
 - в) нормальной.

2. Вставь пропущенные слова в предложениях:

- 1) Отмерь количество стирального _____.
- 2) Налей теплой _____.
- 3) Приготовь моющий _____.
- 4) На 15 минут _____ вещи в моющий раствор.
- 5) Постирать грязное _____.
- 6) Тщательно _____ белье.
- 7) _____ белье сушиться.

Слова для справок (замочить, прополоскать, порошок, вешать, бельё, раствор, вода).

3. К санитарно-гигиеническим требованиям относятся утверждения:

- а) мойте руки с мылом;
- б) перед включением электроприбора проверьте исправность шнура;
- в) наденьте косынку, фартук;
- г) включайте и выключайте приборы сухими руками;
- д) рукава одежды закатывайте.

4. Как называется процесс специальной заготовки овощей и фруктов впрок?

- а) консервирование;
- б) хранение;
- в) варка;
- г) складирование

5. Как называется процесс сильного охлаждения продуктов для длительного хранения?

- а) заквашивание;
- б) консервирование;
- в) соление;
- г) замораживание.

6. Игрушки для грудного ребенка лучше покупать:

- а) пластмассовые и мягкие;
- б) пластмассовые и резиновые;
- в) резиновые и мягкие.

7. Выбери, в чем ты пойдешь на день рождения.

- а) в спортивном костюме;
- б) нарядном платье, костюме;
- в) школьной форме.

8. Для чего необходимо читать инструкцию к моющему средству?

- а). Это интересно
- б). Потом можно пересказать
- в). Чтобы правильно использовать средство

9. Выберите, правильное утверждение, в городском транспорте:

- а) жди транспорт в установленном месте;
- б) не мешай входу и выходу пассажиров;
- в) толкайся, когда войдешь в салон транспорта;
- г) оплати проезд;
- д) не уступай место пожилым и маленьким детям;
- е) готовься к выходу заранее.

10. Выбери правильное утверждение правила поведения в магазине:

- а) пропусти выходящих из магазина;
- б) пройди в отдел нужной покупки;

- в) грубо обратиться к продавцу;
- г) передвигаясь по магазину толкаться и кричи;
- д) не облакачивайся на витрину.

11. Перечислите основные средства связи.

12. Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?

- а) обморожение;
- б) ожог;
- в) отравление.

13. Назначение полиции?

14. Что относится к обязательным платежам?

- а) оплата проезда;
- в) ремонт одежды;
- б) коммунальные услуги;
- г) покупка продуктов.

15. Как называется бережливость при расходовании чего-нибудь?

- а) жадность;
- б) скупость;
- г) бережливость.

16. Как называется накопленная сумма денег?

- а) сбережения;
- б) доход;
- в) бюджет;
- г) расходы.

17. Что относится к коммунальным платежам?

- а) оплата проезда;
- б) расходы на питание
- в) оплата за воду;
- г) покупка одежды

