

*Приложение к АООП,
утвержденной приказом №54 от 20.07.2023 г.*

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа
№24»**

Адаптированная рабочая программа
учебного курса «Основы социальной жизни»
для обучающихся 8 класса

село Иевлево, Богородицкий район, Тульская область 2023

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по ОСЖ (Основы социальной жизни) для обучающихся 8 класса с интеллектуальными нарушениями составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», от 29.12.2012 г №273 – ФЗ;

- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5- 9 кл.: в 2 сб./ Под ред. В.В.Воронковой.-М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2010.- Сб.1

Цель: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи:

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

Общая характеристика предмета

Настоящая адаптированная рабочая программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

На реализацию программы предусмотрено 68 часов, т.е. 2 часа в неделю. При разработке рабочей программы по основам социальной жизни использован учебник: Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 8 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС.

2. Планируемые результаты.

Личностные результаты

- У обучающихся будут сформированы:

- положительная мотивация к учебе, работе на результат;
- умение оценивать свое отношение к учебе;
- стремление к осуществлению взаимопомощи и взаимоконтроля.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

- знать способы хранения и переработки продуктов питания;
 - составлять меню из предложенных продуктов питания;
 - самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;
 - самостоятельно совершать покупки различных видов товара;
 - соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
 - соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; иметь представление о морально-этических нормах поведения;
 - иметь навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
 - обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;
 - пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет-средствами;
- знать основные статьи семейного бюджета, уметь вести его расчет.

Метапредметные результаты

Регулятивные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- осознавать цели и задачи изучения курса, раздела, темы;
- соотносить свои действия с поставленной целью;
- осознанно действовать на основе разного вида инструкций для решения практических и учебных задач.

Познавательные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- уметь использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию) при выполнении заданий. (с помощью учителя);
- использовать в жизненно-бытовых ситуациях полученные знания и навыки.

Коммуникативные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- взаимодействовать с одноклассниками во время учебной и трудовой деятельности; владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решение;
- излагать свое мнение, точку зрения и аргументировать ее.

3. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни».

Личная гигиена

Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств. Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов».

Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.

Одежда и обувь

Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков. Химчистка.

Питание

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени. Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок.

Семья

Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании грудного ребенка.

Жилище

Уборка кухни, санузла и ванной комнаты. Моющие средства. Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины». Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.

Культура поведения

Культура общения юноши и девушки. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Внешний вид молодых людей.

Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп).

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Правила поведения в городском транспорте. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Торговля

Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Права покупателя на рынке. Отличия рынка от магазина.

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный и тепловой удар. Первая помощь. Меры по предупреждению несчастных случаев.

Предприятия, организации, учреждения

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих. Исполнительные органы государственной власти (города, района).

Муниципальные власти. Структура, назначение.

Экономика домашнего хозяйства

Бюджет семьи. Основные статьи расходов в семье. Необходимость учета всех статей доходов и расходов. Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Содержание жилища. Учет средств на содержание жилья. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Расходы. Виды основных статей расходов семейного бюджета. Развитие умения экономить семейный бюджет с учетом основных (обязательных) расходов. Расходы на питание. Некоторые текущие расходы. Расходы на удовлетворение культурных потребностей. Крупные покупки (одежда, мебель, бытовая техника). Планирование расходов на крупные покупки. Экономия бюджета. Основные правила экономии.

4. Календарно-тематическое планирование по основам социальной жизни. 8 класс

№	Раздел, темы урока	Контрольные практические лабораторные работы	Количество часов	Дата
	Личная гигиена		5ч.	
1	Личная гигиена подростка.		1	
2	Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья.		1	
3	Уход за кожей лица.		1	
4	Уход за волосами.		1	
5	Пагубное влияние табака на здоровье человека.		1	
	Одежда		6ч.	
6	Уход за одеждой. Как продлить срок службы одежды.		1	
7	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.		1	
8	Стирка изделий из шерсти, льна и шёлка вручную.		1	
9	Виды услуг прачечной. Правила пользования прачечной.		1	
10	Правила и приёмы глажения белья.		1	
11	Повторение темы «Одежда».		1	
	Питание		8ч.	
12	О рациональном питании.		1	
13	Виды питания. Пищевая ценность продуктов		1	
14	Консервирование фруктов и ягод.		1	

15	Значение первых и вторых блюд.		1	
16	Санитарно- гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд.		1	
17	Использование электрических приборов при приготовлении пищи. Правила безопасной работы при приготовлении пищи.		1	
18	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.		1	
19	Сервировка стола.		1	
	Семья		6ч.	
20	Правила ухода за грудным ребёнком. Особенности развития новорождённого.		1	
21	Правила и последовательность одевания грудного ребёнка.		1	
22	Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.		1	
23	Купание грудного ребёнка.		1	
24	Распределение обязанностей в семье.		1	
25	Бюджет семьи.		1	
	Культура поведения		4ч.	
26	Культура поведения юноши и девушки.		1	
27	Правила поведения в общественных местах, дома.		1	
28	Как вести себя на дискотеке.		1	
29	Повторение темы «Культура поведения».		1	
	Жилище		4ч.	
30	Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.		1	
31	Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления.		1	
32	Правила и периодичность уборки санузла, ванной комнаты.		1	
33	Правила мытья кафельных стен, раковин.		1	
	Транспорт		4ч.	
34	Междугородний автотранспорт.		1	
35	Автовокзал и его назначение.		1	
36	Маршруты. Расписание		1	
37	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.		1	
	Торговля		4ч.	
38	Специализированные магазины. Правила поведения в магазине.		1	
39	Ассортимент товаров, выбор покупки		1	
40	Правила возврата и обмена купленного товара.		1	
41	Расчёт стоимости.		1	
	Средства связи		8ч.	
42	Почта. Работа почтовой связи «Почта		1	

	России». Виды почтовых отправлений.			
43	Телефон. Виды телефонной связи.		1	
44	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона		1	
45	Культура разговора по телефону.		1	
46	Номера телефонов экстренной службы		1	
47	Телефонное хулиганство		1	
48	Интернет безопасность		1	
49	Культура СМС переписки		1	
	Медицинская помощь		4ч.	
50	Глистные заболевания и меры их предупреждения.		1	
51	Солнечный и тепловой удар. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.		1	
52	Ожоги, обморожения. Первая помощь при термических ожогах. Профилактика обморожений.		1	
53	Повторение темы «Медицинская помощь».	тест	1	
	Предприятия, организации		2ч.	
54	Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Название предприятий. вид их деятельности. Основные виды выпускаемой продукции.		1	
55	Департамент, муниципалитет. Их назначение.		1	
	Экономика домашнего хозяйства		10ч.	
56	Бюджет. Основные статьи расходов.		1	
57	Правила учёта расходов.		1	
58	Сбережения.		1	
59	Виды хранения сбережений.		1	
60	Содержание жилища.		1	
61	Расчёт стоимости израсходованной электроэнергии.		1	
62	Расходы на питание.		1	
63	Планирование расходов на месяц.		1	
64	Обязательные расходы.		1	
65	Повторение темы «Экономика домашнего хозяйства».		1	
	Итоговое повторение		3ч.	
66	Итоговое повторение. Темы: «Личная гигиена», «Одежда», «Питание».	тест	1	
67	Итоговое повторение. Темы: «Семья», «Культура поведения», «Жилище».	тест	1	
68	Итоговое повторение. Основные термины и понятия курса.		1	
	Итого: 68ч.			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 24", Давыдов Николай Васильевич, Директор

29.09.23 14:20 (MSK)

Сертификат 457DCACD6325623BD9011BD1B5E0CBF1