

МОБУ «Средняя общеобразовательная школа п. Сурок» Республики Марий Эл

«Рассмотрено»
Заседание ШМО
Руководитель:

«Согласовано»
Зам.директора по УВР

«Утверждаю»
Директор школы

Пересыпка Е.В.
Протокол № 1
от «__» августа 2021 г.

Баженова О.С
«__» 2021 г.

Фирсова М.А.
Приказ № __ от
«__» 2021 г.

Адаптированная рабочая программа курса «Окружающий социальный мир»
для обучающейся 8 Б класса с ОВЗ (умеренная умственная отсталость)

Составила: учитель истории 1
квалификационной категории

Пересыпка Е.В.

Данная программа составлена на основе «Программы коррекционной общеобразовательной школы» под редакцией Воронковой и учебного пособия В.П.Субчевой . «Социально -бытовая ориентировка» 8 класс М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2013. -78 с. : ил.- (Коррекционная педагогика).

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с 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 обучающегося 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;

Место курса в базовом учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» изучается в 8 в объеме 2 часов в неделю, 68 часов в год.

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП

Личностными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;
- уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;
- сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;
- понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;
- умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Предметными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.

Обучающийся должен уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам.
- в меру пользоваться косметикой.

Одежда и обувь.

Обучающийся должен знать:

- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность глажения изделий;
- виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение;
- виды оказываемых ими услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

Обучающийся должен уметь:

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- гладить блузки, рубашки, платья.

Питание.

Обучающийся должен знать:

- виды теста;
- способы приготовления изделий из теста;
- способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.

Обучающийся должен уметь:

- приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье;
- шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;
- заготовить ягоды без тепловой обработки;
- записать рецепт соленья, варенья, консервирования.

Семья.

Обучающийся должен знать:

- правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания;
- правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;
- санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.

Обучающийся должен уметь:

- купать, одевать, пеленать куклу;
- кормить куклу из соски и с ложечки;
- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

Культура поведения.

Обучающийся должен знать:

- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей.

Обучающийся должен уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах, дома и т.д.;
- выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.

Жилище.

Обучающийся должен знать:

- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны;
- моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.

Обучающийся должен уметь:

- мыть кафельные стены, чистить раковины;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни санузла, ванны.

Транспорт.

Обучающийся должен знать:

- основные автобусные маршруты;
- основные маршруты водного транспорта;
- правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта

Обучающийся должен уметь:

- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- покупать билет;
- обращаться за справкой;
- выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;

Торговля.

Обучающийся должен знать:

- рынок, его виды;
- основные отличия его от магазина;
- правила поведения на рынке;
- права покупателя на рынке;
- цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары

Обучающийся должен уметь:

- выбрать месторасположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.),
- количества, цены.

Средства связи.

Обучающийся должен знать:

- виды телефонной связи;
- правила пользования ими, телефонным справочником;
- номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа;
- периодичность оплаты телефона;
- виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью;
- тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния;
- оплата за телефон;
- порядок заказа междугороднего разговора по адресу;
- правила культурного краткого разговора.

Обучающийся должен уметь:

- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- узнать время;
- получить по телефону справку;
- культурно разговаривать по телефону.

Медицинская помощь.

Обучающийся должен знать:

- меры по предупреждению несчастных случаев в быту;

-правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;

-приемы оказания помощи спасенному из водоема.

Обучающийся должен уметь:

- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;

-оказать первую помощь утопающему.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающийся должен знать:

- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;

-адрес местной префектуры;

-отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи.

Обучающийся должен уметь:

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.

Экономика домашнего хозяйства.

Обучающийся должен знать:

- составные части бюджета семьи и их размер;

-основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.;

-стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);

-правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);

-виды и цели сбережений:

Обучающийся должен уметь:

- подсчитать бюджет семьи;

-составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.;

-подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;

-снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции;

-планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;

-соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в Сбербанк.

8 КЛАСС

(68 ч, 2 часа в неделю)

1. Личная гигиена 3 часа

Значение косметики для девушки и юноши.

Правила и приемы ухода за кожей лица с помощью косметических средств.

Значение здоровья для жизни и деятельности человека.

2. Одежда 4 часа

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.

Утюжка блузок, рубашек, платьев.

Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг.

Прачечная самообслуживания.

Практические работы 2 часа

Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.

3. Питание 3

Приготовление изделий из теста.

Заготовка продуктов впрок: консервирование овощей, фруктов, ягод; замораживание овощей, фруктов, ягод; сушка зелени

Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.

Практические работы 2

Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнения в составлении меню.

4. Семья 2 часа

Уход за грудным ребенком (кормление из соски и ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек).

Практические работы 2 часа

Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы.

Мытье детской посуды, игрушек.

5. Культура поведения

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей

6. Жилище 3

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.

Практические работы 2 часа

Мытье кафельных стен, чистка раковин.

7. Транспорт 6 час

Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание

движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

8. Торговля 5

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.

Практические работы 1 час

Упражнения в подсчете стоимости покупок.

9. Экскурсия 1 час

Экскурсия в магазин.

10. Средства связи 5 ч

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени.

Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.

11-12. Медицинская помощь 6 часов

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).

Первая помощь утопающему.

Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Глистные заболевания и меры их предупреждения.

Практические работы 2 часа

Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении.

Упражнения в оказании первой помощи утопающему.

13. Экскурсия 1 час

Экскурсия в аптеку.

14. Учреждения , организации , предприятия 6 часов

Государственные учреждения: департамент, муниципалитет, их назначение.

15-16. Экономика домашнего хозяйства 10 часов

Бюджет семьи. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи.

Расходы на питание. Правила экономии Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.)

Планирование расходов на день, две недели (на конкретных примерах).

Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Планирование крупных покупок (на конкретных примерах), оказание материальной помощи родственникам.

Календарно-тематическое планирование курса «Основы социальной жизни»

8 класс. 2 часа в неделю

№ урока	Раздел	Тема урока
1-3	Личная гигиена	
	3 часа	Уход за кожей Уход за волосами Уход за ногтями Уход за кожей лица Рецепты умывания без мыла Как избавиться от неприятного запаха
4-7	Одежда и обувь	Уход за одеждой
	4 часа	Хлопок Шерсть Лен Шелк Трикотаж
8-12	Питание	Правила глаженья белья Консервирование фруктов и ягод Яблоки и груши Абрикосы. Персики

13-16	<p>3 часа +2 часа практич.за нятия</p> <p>Я и моя будущая семья</p> <p>2 часа + 2 часапрати ческие занятия</p>	<p>Сливы</p> <p>Вишня и черешня</p> <p>Клубника. Земляника.малина</p> <p>Смородина.крыжовник</p> <p>Черника. Брусника.</p> <p>Варенье</p> <p>Уход за грудным ребенком</p> <p>Особенности развития новорожденных</p> <p>Предметы ухода за ребенком</p> <p>Измерение температуры у грудного ребенка</p> <p>Купание грудного ребенка</p> <p>Одевание ребенка</p> <p>Прогулка</p> <p>Игрушки</p> <p>Распределение обязанностей в семье</p> <p>Бюджет семьи</p>
17-22	<p>Культура поведения 6 часов</p>	<p>Внешний вид юноши</p> <p>Как вести себя на дискотеке</p>
23-27	<p>Жилище</p> <p>3 часа + 2 часа прак.занят ия</p>	<p>Кухня</p> <p>Мытье кафельной плитки</p> <p>Ванны. Раковины. Унитазы</p> <p>Бытовая химия в вашем доме</p>
28-33	<p>Транспорт</p> <p>6 часов</p>	<p>Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание.</p>

34-39	Торговля 5 часов + 1 экскурсия	<p>Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>Специализированные магазины</p> <p>Правила поведения в магазине</p>
40-44	Средства связи 5 часов	<p>Общение по телефону</p> <p>Телефон.</p> <p>Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном.</p> <p>Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону.</p> <p>Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа,</p> <p>поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону.</p> <p>Служба точного времени.</p> <p>Междугородная телефонная связь.</p> <p>Порядок пользования автоматической телефонной связью.</p> <p>Заказ междугородного телефонного разговора.</p> <p>Тарифы на телефонные разговоры.</p>
45-51	Медицинская помощь 6 часов + 2 практических занятия + 1 экскурсия	<p>Глистные заболевания и меры их предупреждения</p> <p>Первая помощь при несчастных случаях</p> <p>Солнечный удар</p> <p>Тепловой удар</p> <p>Помощь при солнечном и тепловом ударе</p> <p>ожоги</p> <p>термические ожоги</p> <p>первая помощь при термических ожогах</p> <p>отморожение</p> <p>первая доврачебная помощь при отравлениях</p>
52- 57	Учреждения, предприятия, Организации	<p>Государственные учреждения</p> <p>департамент,</p> <p>муниципалитет, их назначение</p>

58- 68	<p>6 часов</p> <p>Экономика домашнего хозяйства 10 часов</p>	<p>Бюджет семьи. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Правила экономии Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.) Снятие показателей счетчика. Расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций</p>
--------	--	--