



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Чекаловская основная общеобразовательная школа


РАССМОТРЕНО

Руководитель МО
 Исупова М.И.
Протокол № 1 от 30.08.2022г

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
МБОУ «Чекаловская ООШ»
 Солопова А.А.
30.08.2022г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Чекаловская ООШ»
 Гнутова Н.В.
Приказ № 108 от 31.08.2022



**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
для основного общего образования
Срок освоения программы: 1 год (7 класс)**

Составитель: Исупова М.И.,
учитель



2022 год

Содержание.

Раздел I Пояснительная записка

Раздел II Содержание учебного предмета

Раздел III Планируемые результаты

Раздел IV Тематическое планирование

Раздел I Пояснительная записка

Пояснительная записка

Адаптированная образовательная программа составлена на основании «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида», под редакцией В.В. Воронковой// Сборник № 1, 5-9 классы. В.В. Воронкова (авторы: С.А.Козакова, В.В.Воронкова), Москва: «Владос», 2014 г., которая является допущенной МО РФ.

Программа составлена на 68 часов, 2 часа в неделю в соответствии с учебным планом школы и рассчитана на один год обучения.

Предлагаемый курс не противоречит общим задачам школы и направлен на решение следующих задач:

- формировать знания, умения, навыки, сопутствующие социальной адаптации обучающихся, повышать уровень общего развития воспитанников и их всестороннюю подготовку к будущей самостоятельной жизни;
- корректировать недостатки психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развивать коммуникативные функции речи как непременное условие социальной адаптации.

Данный курс преследует цель практической подготовки обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, навыков и умений, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Курс предусматривает изучение следующих разделов:

1. Личная гигиена.
2. Одежда.
3. Питание.
4. Семья.
5. Культура поведения.
6. Жилище.
7. Транспорт.
8. Торговля.
9. Средства связи.
13. Медицинская помощь.

14. Учреждения, организации и предприятия.

Основными формами и методами обучения являются беседы, практические работы, экскурсии.

При приобретении практических навыков и повышения уровня знаний на уроках социально-бытовой ориентировке значительное внимание отводится:

- Практическими работами по разделам «Одежда», «Питание», «Семья», «Культура поведения», «Жилище», «Торговля», «Средства связи», «Медицинская помощь», «Экономика домашнего хозяйства».
- Экскурсиям по разделам «Одежда», «Транспорт», «Торговля», «Учреждения, организации и предприятия».

Изучая разделы курса по социально-бытовой ориентировке, обучающиеся знакомятся:

«Личная гигиена» - с правилами личной гигиены подростка; санитарно-гигиеническими правилами пользования индивидуальными предметами гигиены; с правилами сохранения чистоты и здоровья тела; с гигиеной одежды, нательного и постельного белья.

«Одежда» - с особенностями стирки цветного и белого белья; с правилами пользования моющими средствами; с устройством стиральной машины и правилами пользования ею; с санитарно-гигиеническими требованиями и правилами техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины; с последовательностью и особенностью утюжки одежды из различных тканей.

«Питание» - со способами обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; с последовательностью приготовления блюд; с возможностями использования электробытовых приборов при приготовлении пищи; с санитарно-гигиеническими требованиями и правилами техники безопасности при приготовлении пищи; с правилами пользования столовыми приборами.

«Семья» - с правилами ухода за младшими детьми.

«Культура поведения» - с правилами поведения при встрече и расставании; с правилами поведения в гостях; с правилами вручения и приема подарков.

«Жилище» - с последовательностью проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; со способами и периодичностью ухода за окнами; с видами моющих средств, используемых при уборке и мытье окон; с правилами ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия; с правилами соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме; с правилами содержания в доме собаки, кошки, попугая.

«Транспорт» - с назначением вокзалов и основных служб вокзалов; с порядком приобретения железнодорожных билетов; с порядком сдачи и получения багажа в камере хранения.

«Торговля» - с ассортиментом некоторых отделов магазинов; со стоимостью отдельных товаров.

«Средства связи» - с перечнем предметов, посылаемых бандеролью; с максимальным весом и стоимостью посылаемых предметов; с видами и способами упаковки бандеролей.

«Медицинская помощь» - с составом домашней аптечки; с правилами применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки; с правилами обработки раны и наложения повязки; с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжениях и вывихах.

«Учреждения, организации и предприятия» - с местонахождением ближайших промышленных предприятий; с названием цехов и отделов, имеющих на предприятиях; с видами выпускаемой продукции; с названиями рабочих специальностей.

«Экономика домашнего хозяйства» - с бюджетом семьи.

Изучение этих разделов позволяет практически познакомить обучающихся с окружающим их в социумом, формировать у них навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких.

Особое внимание уделяется изучению правил техники безопасности, формирование умений пользоваться электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком.

На уроках социально-бытовой ориентировке применяются знания по чтению и письму. Это запись рецептов приготовления блюд, составление памяток. Без математики невозможно отмерить необходимое количество жидкости, сосчитать стоимость покупки, сосчитать бюджет семьи, приготовить блюдо по рецепту, измерить температуру тела. Тесная связь с уроками трудового обучения состоит в обучении планирования любого вида деятельности, будь то стирка или деловой телефонный разговор, т.е. в определении последовательности действий, подбора рациональных приемов выполнения задания, инструментов, приспособлений, инвентаря.

Контроль и учёт теоретических знаний обучающихся осуществляется учителем путём устного и письменного опросов, тестирования. Проводится отслеживание и контроль за формированием практических умений и навыков.

Изучение курса по социально-бытовой ориентировке способствует подготовке обучающихся к самостоятельной жизни и труду в условиях современного общества.

Раздел II Содержание курса

I. Личная гигиена (4 часа)

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.

II. Одежда (8 часов)

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.

III. Питание (12 часов)

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.

IV. Семья (4 часа)

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.

V. Культура поведения (4 часа)

Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира. Пр.р.

VI. Жилище (8 часов)

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.

VII. Транспорт (4 часа)

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.

VIII. Торговля (4 часа)

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.

IX. Средства связи (4 часа)

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. Экскурсия на почту.

X. Медицинская помощь (6 часов)

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.

XI. Учреждения, организации, предприятия (4 часа)

Промышленные предприятия, заводы нашего города. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.

XII. Экономика домашнего хозяйства Учреждения и организации (6 часов)

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.

Раздел III Планируемые результаты

Обучающиеся должны знать:

1. Правила соблюдения личной гигиены подростка.
2. Правила смены одежды, нательного и постельного белья.
3. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.
4. Особенности стирки цветного и белого белья.
5. Правила пользования моющими средствами.
6. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирки вручную и с помощью стиральной машины.
7. Последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а так же постельного белья, полотенец, скатертей.
8. Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов.
9. Последовательность приготовления блюд.
10. Возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими.
11. санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.
12. Правила пользования столовыми приборами.
13. Различные тихие и подвижные игры.
14. Правила поведения при встрече и расставании.

15. Правила поведения в гостях.
16. Правила вручения и приема подарков.
17. Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения.
18. Способы и периодичность ухода за окнами.
19. Виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.
20. Правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.
21. Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.
22. Правила содержания в доме собаки, кошки, попугая.
23. Функции железнодорожного транспорта.
24. Виды пассажирских вагонов.
25. Примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния.
26. Виды справочных служб.
27. Виды камер хранения; сроки и стоимость хранения багажа.
28. Ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов.
29. Стоимость отдельных товаров.
30. Перечень предметов, посылаемых бандеролью.
31. Максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.
32. Виды и способы упаковки бандеролей.
33. Состав домашней аптечки.
34. Правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.
35. Местные лекарственные растения.
36. Правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.
37. Правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжениях и вывихах.
38. Местонахождение ближайших промышленных предприятий.

39. Назначения цехов и отделов, имеющих на предприятиях.
40. Виды выпускаемой продукции.
41. Названия рабочих специальностей.
42. Говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома.
43. Составные части бюджета семьи.
44. Заработную плату членов семьи.

Обучающиеся должны уметь:

1. Пользоваться зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.
2. Ремонттировать разорванные места одежды, штопать.
3. Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.
4. Гладить одежду и белье.
5. Готовить обед, третьи блюда.
6. Сервировать стол к обеду.
7. Одевать малышей на прогулку.
8. Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать при уборке игрушек.
9. Выбрать подходящую одежду для визита в гости.
10. Культурно вести себя в гостях .
11. Выбирать подарки.
12. Изготавливать простые сувениры.
13. Вручать и принимать подарки.
14. Убирать жилые помещения.

15. Чистить мебель.
16. Мыть зеркала и стекла.
17. Ориентироваться в расписании.
18. Приобретать билеты в железнодорожной кассе.
19. Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.
20. Приобретать некоторые товары в промтоварном магазине.
21. Подсчитывать стоимость покупок.
22. Правильно вести себя в магазине.
23. Заполнять бланки на отправку бандеролей.
24. Составлять опись посылаемых предметов.
25. Упаковывать бандероль.
26. Пользоваться термометром.
27. Готовить отвары и настои из лекарственных растений.
28. Обрабатывать раны и накладывать повязки.
29. Накладывать временные шины.
30. Обращаться с вопросами по темам экскурсии к работникам предприятий.
31. Подсчитывать бюджет семьи.
32. Составлять доверенность на получение заработной платы.

Раздел IV. Тематический план

№ п/п	Название раздела	Общее 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, предприятия	4
12	Экономика домашнего хозяйства	6
	Всего:	68