****

**Пояснительная записка**

**Основы социальной жизни 8 класс.**

Рабочая программа по основам социальной жизни для основной школы составлена на основе:

1. Устава МБОУ «ШИ с. Омолон»
2. Адаптированной образовательной программы обучающихся с ОВЗ умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на 2020-2021 учебный год
3. Учебным планом обучающихся с ОВЗ умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «ШИ с. Омолон» на 2020 - 2021 учебный год

Данная рабочая программа разработана с учетом психофизических особенностей ученика, учитывает особенности его познавательной деятельности, уровень речевого развития и адаптирована применительно к его способностям и возможностям. Программа направлены на всестороннее развитие личности учащегося, способствует его умственному развитию.

**Цели:**

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 обучающихся 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;

―усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);

―развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности;

― коррекция и развитие познавательных психических процессов (восприятия, памяти, воображения, мышления, речи);

― коррекция и развитие умственной деятельности (анализ, синтез, сравнение, классификация, обобщение);

― коррекция и развитие сенсомоторных процессов в процессе формирование практических умений;

― развитие регулятивной функции деятельности (включающей целеполагание, планирование, контроль и оценку действий и результатов деятельности в соответствии с поставленной целью);

― формирование информационной грамотности, умения работать с различными источниками информации;

― формирование коммуникативной культуры, развитие активности, целенаправленности, инициативности.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Согласно учебному плану на курс изучения основ социальной жизни в 8 классе отводится 68 учебных часов основной школы соответственно из расчета по 2 учебного часа в неделю.

**Требования к результатам освоения содержания курса «Основы социальной жизни»**

*Минимальный уровень:*

представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

*Достаточный уровень:*

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

**Содержание курса 8 класс**

 **Питание***. Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

*Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

*Рынки.* Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

*Изделия из теста.* Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста.

*Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

**Транспорт***. Городской транспорт*. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу*.* Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

*Пригородный транспорт.* Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

*Междугородний железнодорожный транспорт.* Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

*Междугородний автотранспорт.* Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы*.*

**Учебно-тематический план-8 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| Название темы | Количество часов |
| Вводный урок «Питание» | 1 |
| Организация питания семьи | 4 |
| Приготовление пищи | 2 |
| Виды продуктов питания | 26  |
| Магазины по продаже продуктов питания | 6 |
| Рынки | 2 |
| Приём пищи | 9 |
| Изделие из теста | 3 |
| Домашние заготовки | 4 |
| Транспорт | 13 |
| Итого  | 68 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Содержание. Темы уроков. | Часы по разд. |
| 1 | **Вводный урок** **«Питание»** | 1 ч. |
|  | **Организация питания семьи** | 4 ч. |
| 2 | Значение питания в жизни и деятельности людей |  |
| 3 | Влияние правильного питания на здоровье человека |  |
| 4 | Режим питания |  |
| 5 | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания |  |
|  | **Приготовление пищи** | 2 ч. |
| 6 | Место для приготовления пищи и его оборудование |  |
| 7 | Гигиена приготовления пищи |  |
|  | **Виды продуктов питания** | 26 ч. |
| 8 | Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения |  |
| 9 | Значение кипячения молока |  |
| 10 | Виды блюд, приготовляемых на основе молока |  |
| 11 | Хлеб и хлебобулочные изделия |  |
| 12 | Виды хлебной продукции |  |
| 13 | Правила хранения хлебобулочных изделий |  |
| 14 | Вторичное использование черствого хлеба |  |
| 15 | Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе. |  |
| 16 | Мясо и мясопродукты |  |
| 17 | Глубокая заморозка мяса |  |
| 18 | Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. |  |
| 19 | Яйцо, жиры |  |
| 20 | Виды жиров растительного и животного происхождения |  |
| 21 | Виды растительного масла. Правила хранения |  |
| 22 | Место для хранения жиров и яиц. |  |
| 23 | Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. |  |
| 24 | Первичная обработка свежих и замороженных продуктов |  |
| 25 | Мука и крупы. Виды, сорт муки и круп. |  |
| 26 | Правила хранения муки и круп |  |
| 27 | Вредители круп и муки |  |
| 28 | Просеивание муки |  |
| 29 | Соль, сахар, пряности и приправы |  |
| 30 | Соль и её значение для питания |  |
| 31 | Сахар: его польза и вред |  |
| 32 | Виды пряностей и приправ. Хранение. |  |
| 33 | Чай и кофе. Польза и негативные последствия |  |
|  | **Магазины по продаже продуктов питания** | 4 ч. |
| 34 | Основные отделы в продуктовых магазинах |  |
| 35 | Универсамы и супермаркеты. Магазины в сельской местности |  |
| 36 | Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив |  |
| 37 | Срок годности продуктов питания.  |  |
|  | **Рынки** | 2 ч. |
| 38 | Виды продовольственных рынков |  |
| 39 | Основное отличие рынка от магазина |  |
|  | **Прием пищи** | 9 ч. |
| 40 | Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение |  |
| 41 | Завтрак. Блюда для завтрака. Меню. |  |
| 42 | Приготовление некоторых блюд для завтрака |  |
| 43 | Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. |  |
| 44 | Овощные салаты: виды, способы приготовления. |  |
| 45 | Супы. Гарниры. Напитки. |  |
| 46 | Правила этикета за столом |  |
| 47 | Ужин. Блюда для ужина. |  |
| 48 | Приготовление несложных салатов и холодных закусок |  |
|  | **Изделие из теста** | 3 ч. |
| 49 | Виды теста |  |
| 50 | Виды изделий из теста. Приготовления изделий |  |
| 51 | Составление и запись рецептов |  |
|  | **Домашние заготовки** | 4 ч. |
| 52 | Виды домашних заготовок |  |
| 53 | Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов |  |
| 54 | Правила первой помощи при отравлении |  |
| 55 | Варенье из ягод и фруктов |  |
|  | **Транспорт** | 13 ч. |
| 56 | Виды городского транспорта |  |
| 57 | Правила поведения в транспорте  |  |
| 58 | Пригородный транспорт. Виды: автобусы, электрички |  |
| 59 | Международный железнодорожный транспорт |  |
| 60 | Платформа, перрон, путь |  |
| 61 | Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.  |  |
| 62 | Автовокзал, его назначение. |  |
| 63 | Основные автобусные маршруты |  |
| 64 | Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда |  |
| 65 | Водный транспорт. |  |
| 66 | Значение водного транспорта. Пристань. Порт. |  |
| 67 | Авиационный транспорт. Аэропорты-аэровокзалы. |  |
| 68 | Повторительно-обобщающий урок |  |