

государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области
«Верхнесалдинская школа, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

СОГЛАСОВАНО:

Зам. Директора по УВР
И.С.Бессонова



от

2023г.



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора школы
И.С.Бессонова



2023г.

**Рабочая программа по предмету:
«Основы социальной жизни»
9 класс**

Составитель:
Колмакова Е. А.
Учитель

Программа рассмотрена на заседании
школьного методобъединения

Протокол от _____ № ____.

Руководитель ШМО _____ / _____.

Оглавление

стр.

1. Пояснительная записка.....	3-4стр.
2. Общая характеристика.....	5-7стр .
3. Описание ценностных ориентиров содержания программы коррекционно-развивающих занятий.....	7-8стр.
4.Содержание программы.....	8-12стр.
5.Тематическое планирование.....	12стр.
6.Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.....	17стр
7. Литература	18стр.
8. Вариативные конспекты занятий.....	21стр.

Пояснительная записка

Настоящая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» составлена для 9 класса на основе «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида», под редакцией В.В. Воронковой// Сборник № 1, 5-9 классы. 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;
- корригировать недостатки психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развивать коммуникативные функции речи как неперенное 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. Жилище.
3. Одежда и обувь.
4. Питание.
5. Семья.
6. Культура поведения.
7. Транспорт.
8. Торговля.
9. Средства связи.
10. Медицинская помощь.
11. Экономика домашнего хозяйства.
12. Учреждения, организации, предприятия.
13. Профориентация и трудоустройство.

Основными формами и методами обучения являются беседы, практические работы, сюжетно-ролевые игры, экскурсии.

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

- практическими работами по разделам «Жилище», «Одежда и обувь», «Питание», «Средства связи», «Медицинская помощь», «Экономика домашнего хозяйства», «Профориентация и трудоустройство»;
- сюжетно-ролевым играм по разделу «Культура поведения»;
- экскурсии по разделам «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», «Экономика домашнего хозяйства», «Профориентация и трудоустройство».

Изучая разделы курса по социально-бытовой ориентировке, обучающиеся знакомятся: «Личная гигиена» - о вреде курения для курящих и окружающих; о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки; с необходимостью поддержания физического здоровья; с современными спортивными увлечениями.

«Одежда и обувь» - с размерами одежды и обуви, с гарантийными сроками носки, правилами возврата; со способами обновления одежды с помощью мелких деталей; со средствами и правилами для выведения пятен в домашних условиях; с санитарно-гигиеническими требованиями и правилами техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

«Питание» - со способами приготовления национальных блюд; с правилами сервировки праздничного стола; с меню ребенка ясельного возраста.

«Семья» - с условиями создания семьи; с морально-этическими нормами взаимоотношений в семье; с обязанностями членов семьи, связанных с заботой о детях; с распределением хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

«Культура поведения» - с культурой поведения, нормами морали и этики в современном обществе, с нормами поведения с соседями; правилами приема гостей.

«Жилище» - с правилами расстановки мебели в квартире; с требованиями к подбору деталей интерьера; с правилами сохранения жилищного фонда.

«Транспорт» - с основными маршрутами самолетов; со службами аэровокзала; с порядком приобретения и возврата билетов; с правилами посадки в самолет.

«Средства связи» - с современными видами связи; с видами денежных переводов, их стоимостью.

«Медицинская помощь» - с мерами по предупреждению инфекционных заболеваний; с правилами ухода за больным; с условиями освобождения от работы.

«Учреждения, организации, предприятия» - с предприятиями бытового обслуживания, видами оказываемых услуг; с правилами пользования услугами бытового обслуживания; с профессиями работников бытового обслуживания.

«Экономика домашнего хозяйства» - с правилами экономии; с видами и целями сбережений; с порядком помещения денег в банк; с видами кредита, порядком его оформления; с видами страхования.

«Профориентация и трудоустройство» - с учреждением по трудоустройству; с видами документов, необходимых для поступления на работу; с правилами перехода на другую работу; с перечнем основных деловых бумаг.

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 ориентировки применяются знания по чтению и письму. Это запись рецептов приготовления блюд, составление памяток. Без математики невозможно отмерить необходимое количество жидкости, сосчитать стоимость покупки, приготовить блюдо по рецепту. 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.

Особенностью организации учебного процесса по данному курсу является то, что программа позволяет получить теоретические и практические знания и умения с учётом возрастных и психофизических особенностей развития, уровня знаний и умений обучающихся 9 класса специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

При организации занятий используются разнообразные формы и методы обучения: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, сюжетно-ролевые игры, экскурсии.

Контроль и учёт теоретических знаний обучающихся осуществляется учителем путём бесед, устного и письменного опросов, тестирования.

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

Календарно- тематическое планирование

№ урока	Дата	Тема урока	Примечания
		І четверть- 18 ч.	
		Личная гигиена – 6 ч.	
1		Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека.	
2		Вред курения, алкоголя и наркотиков.	
3		Значение физических упражнений: в здоровом теле - здоровый дух.	
4		Современные спортивные увлечения.	
		Жилище – 4 ч.	
5		Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	
6		Сохранение жилищного фонда.	
7		Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р.	
8		Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.	
		Одежда и обувь – 6 ч.	
9		Стиль одежды, мода. Обновление одежды. (замена мелких деталей).	
10		Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности.	
11		Выбор одежды и обуви при покупке.	
12		Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р.	
13		Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях.	
14		Выведение пятен. Пр.р.	
		Питание– 4 ч.	
15		Приготовление национальных блюд.	
16		Приготовление национального блюда. Пр.р.	
17		Меню праздничного стола.	
18		Составление меню праздничного стола. Пр.р.	
		ІІ четверть- 14 ч.	

		Питание– 6 ч.	
19		Сервировка праздничного стола.	
20		Сервировка праздничного стола. Пр.р.	
21		Питание детей	
22		Приготовление блюда для детей	
23		Диетическое питание.	
24		Приготовление диетического блюда. Пр.р.	
		Семья – 4 ч.	
25		Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).	
26		Закон Российской Федерации о браке и семье.	
27		Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.	
28		Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.	
		Культура поведения – 4 ч.	
29		Традиции культуры поведения в современном обществе.	
30		Как правильно вести себя в различных общественных местах.	
31		Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.	
32		Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».	
		III четверть- 20 ч.	
		Транспорт- 4 ч.	
33		Автотранспорт. Автовокзал. Маршруты.	
34		Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	
35		Экскурсия в кассу Автовокзала.	
36		Сюжетно-ролевая игра «Собираемся на каникулы».	
		Торговля- 6 ч.	
37		Супермаркет. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы магазина	
38		Экскурсия в супермаркет.	
39		Составление списка продуктов	
40		Критерии отбора товаров (по сроку, цене, весу)	
41		Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	
42		Экскурсия на ярмарку.	
		Средства связи- 4 ч.	
43		Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).	
44		Правила пользования основными средствами связи. Пр.р.	
45		Денежные переводы. Виды переводов.	
46		Работа с мобильным банком	
		Медицинская помощь – 4 ч.	
47		Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	

48		Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности.	
49		Уход за больным.	
50		Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.	
		Экономика домашнего хозяйства – 2 ч.	
51		Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	
52		Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р.	
		IV четверть- 16 ч.	
		Экономика домашнего хозяйства – 4 ч.	
53		Экономия в домашнем хозяйстве.	
54		Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р.	
55		Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. МФЦ	
56		Экскурсия в МФЦ	
		Учреждения и организации- 2 ч.	
57		Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.	
58		Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания в личных кабинетах и на сайтах компаний.	
		Профориентация и трудоустройство- 8 ч.	
59		Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.	
60		Учреждения и отделы по трудоустройству.	
61		Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.	
62		Деловые бумаги, правила их составления.	
63		Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р.	
64		Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р.	
65		Экскурсия в Центр занятости населения.	
66		Экскурсия в Центр занятости населения.	

Тематический план

№ п/п	Название раздела	Общее количество часов
1	Личная гигиена	6
2	Жилище	4
3	Одежда и обувь	6
4	Питание	10
5	Семья	4
6	Культура поведения	4
7	Транспорт	4
8	Торговля	6
9	Средства связи	4
10	Медицинская помощь	4
11	Экономика домашнего хозяйства	6
12	Учреждения, организации, предприятия	2
13	Профориентация и трудоустройство	8
	Всего:	68

Требования к результатам обучения

Обучающиеся должны знать:

1. О вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.
2. Размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата.
3. Способы обновления одежды с помощью мелких деталей.
4. Средства для выведения пятен в домашних условиях.
5. Общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга.
6. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.
7. Способы приготовления национальных блюд.
8. Правила сервировки праздничного стола.
9. Меню ребенка ясельного возраста.
10. Культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями.
11. Правила приема гостей.
12. Правила расстановки мебели в квартире.
13. Требования к подбору интерьера.
14. Правила сохранения жилищного фонда.
15. Основные маршруты самолетов.
16. Службы аэровокзала.
17. Порядок приобретения и возврата билетов.
18. Правила посадки в самолет.
19. Отделы рынка.
20. Цены на отдельные товары.
21. Отличия цен на ярмарке, рынке, и в магазинах.
22. Составление списка покупок
23. Правила получения денег за проданные вещи.
24. Современные виды связи.
25. Виды денежных переводов, их стоимость.
26. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.
27. Правила ухода за больным.
28. Условия освобождения от работы (от болезни, для ухода за больным).
29. Местонахождение предприятий бытового обслуживания.
30. Виды оказываемых ими услуг.
31. Правила пользования услугами предприятия бытового обслуживания.
32. Профессии работников предприятия.
33. Правила экономии.
34. Виды и цели сбережения.
35. Порядок помещения денег в банк.
36. Виды кредита, порядок его оформления.
37. Виды страхования.
38. Отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии.
39. Учреждения и отделы по трудоустройству.
40. Местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе.
41. Виды документов, необходимых для поступления на работу.
42. Правила перехода на другую работу.
43. Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

1. Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером.
2. Определять стиль одежды.
3. Пользоваться журналами мод.
4. Рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности.
5. Выводить пятна различными способами и средствами.
6. Готовить национальные блюда.
7. Сервировать праздничный стол.
8. Готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста.
9. Готовить отдельные диетические блюда.
10. Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей.
11. Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.
12. Соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.
13. Расставлять мебель в квартире (на макете).
14. Подбирать детали интерьера.
15. Ориентироваться в расписании.
16. Определять маршрут и выбирать транспортные средства.
17. Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями.
18. Вежливо обращаться к продавцу.
19. Подсчитывать стоимость покупки.
20. Заполнять бланки почтового перевода.
21. Одевать, умыть, кормить больного (взрослого, ребенка).
22. Измерять температуру.
23. Ставить горчичники (на куклу).
24. Перестилать постель лежачего больного.
25. Обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.
26. Планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности.
27. Соблюдать правила экономии.
28. Соотносить выбранную профессию со своими возможностями.
29. Заполнять анкету.
30. Писать заявление, автобиографию, расписку, докладную записку.
31. Обращаться в отделы кадров учреждения для устройства на работу.

Содержание курса

I. Личная гигиена (6 часов)

Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух. Современные спортивные увлечения.

II. Жилище (4 часа)

Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда. Рациональная расстановка мебели, подбор деталей интерьера. Пр.р. Косметический ремонт. Подсчет расходов на косметический ремонт.

III. Одежда и обувь (6 часов)

Стиль одежды, мода. Обновление одежды. (замена мелких деталей). Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке. Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Выведение пятен. Пр.р.

IV. Питание (10 часов)

Приготовление национальных блюд. Приготовление национального блюда. Пр.р. Меню праздничного стола. Составление меню праздничного стола. Пр.р. Сервировка праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Пр.р. Питание детей ясельного возраста. Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р. Диетическое питание. Приготовление диетического блюда. Пр.р.

V. Семья (4 часа)

Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье. Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.

VI. Культура поведения (4 часа)

Традиции культуры поведения в современном обществе. Как правильно вести себя в различных общественных местах. Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми. Сюжетно-ролевые игры «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения».

VII. Транспорт (4 часа)

Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Экскурсия в кассу Аэрофлота. Сюжетно-ролевая игра «На каникулы летим самолетом».

VIII. Торговля (6 часов)

Рынок. Роль в обеспечении населения продуктами питания. Отделы. Экскурсия на рынок. Ярмарки. Их виды, время и место проведения. Экскурсия на ярмарку.

IX. Средства связи (4 часа)

Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет). Правила пользования основными средствами связи. Пр.р. Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов. Экскурсия к мультикассе.

X. Медицинская помощь (4 часа)

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности. Уход за больным. Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья. Пр.р.

XI. Экономика домашнего хозяйства (6 часов)

Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы. Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Пр.р. Экономия в домашнем хозяйстве. Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Пр.р. Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование. Экскурсия в банк.

XII. Учреждения и организации (2 часа)

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг. Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.

XIII. Профориентация и трудоустройство (8 часов)

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги, правила их составления. Написание заявления о приеме на работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р. Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р. Экскурсия в Центр занятости населения.

Список литературы.

Для учителя:

1. Воронкова В.В. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
2. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 9 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
3. Дерябина С.П. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: варианты текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: – Издательство Учитель, 2020.
4. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014.
5. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017.
6. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014.
7. Львова С.А. Справочник выпускника / С.А.Львова – М.: ВЛАДОС, 2009.
8. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя / С.А.Львова – М.: ВЛАДОС, 2018.
9. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В.Воронкова, С.А.Казакова – М.: ВЛАДОС, 2020.

Для обучающихся:

1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 9 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.