

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Ардатовская средняя школа №1»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АСШ №1

С.В. Староверова

**Рабочая программа по учебному
предмету «Основы социальной
жизни» 10-11 класс**

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» для 10 класса разработана в соответствии с адаптированной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 10 -

11 классов МБОУ АСШ №1, утвержденной приказом №248/1 от 29.08.2023 года.

Общая характеристика изучаемого предмета.

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. 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 практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Цели:

Изучение социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе направлено на достижение следующих целей:

- практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду;
- формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социальной адаптации в обществе;
- повышение общего уровня развития обучающихся, расширение их кругозора; - воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости.

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета СБО являются:

- индивидуальная, групповая, коллективная деятельность обучающихся;
- изучение и соблюдение правил техники безопасности;
- составление плана работы и его реализация, осуществление самоконтроля;
- библиографические умения и навыки: умение пользоваться словарями, каталогами библиотек, оглавлениями; - измерять величины (время, масса, объём);
- написание текста на заданную тему.

МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Коррекционный курс "Социально-бытовая ориентировка " входит в общеобразовательную область «Коррекционная подготовка» и относится к

обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Учебным планом на изучение коррекционного курса "Социально-бытовая ориентировка" в 10 классе предусмотрено по 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА

В результате изучения курса социально-бытовой ориентировки обучающийся должен **знать:**

- способы ухода за ногтями, санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями, бритвенными принадлежностями.
- способы ухода за меховой и кожаной одеждой, правила чистки замшевой обуви, правила подбора одежды и обуви.
- правила приёма гостей и поведения в гостях
- рецепты и способы приготовления вторых блюд, правила консервирования фруктов, правила засолки грибов, рецепт и способ выпекания булочек.
- состав семьи, обязанности детей по отношению к родителям.
- санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни, средства и способы борьбы с вредными насекомыми.
- порядок приобретения билета на автовокзале.
- отделы рынка, отличие рыночной торговли от магазинной, способы определения правильности отпуска товара и подсчёта его стоимости.
- порядок оформления заказа на покупку товара по почте, порядок оформления подписки на газеты и журналы.
- причины возникновения инфекционных заболеваний, значение прививок, методы санобработки в квартире.
- порядок сдачи и получения вещей в ателье, стоимость услуг.
- источники семейного бюджета, необходимые ежемесячные платежи, назначение сбережений, виды вкладов, порядок оформления вклада в Сбербанке.
- варианты поиска работы, порядок обращения в службу занятости, условия признания гражданина безработным.

Уметь:

- ухаживать за ногтями, бриться.
- ухаживать за меховой и кожаной одеждой, чистить замшевую обувь.
- выполнять правила приёма гостей и поведения в гостях
- готовить вторые блюда, выпекать булочки, консервировать фрукты, засаливать грибы.

- пользоваться бытовыми электроприборами, производить уборку кухни.
- ориентироваться в расписании отправления рейсов автобусов, производить покупку билета на междугородний автобус.
- выбирать продукты, следить за правильностью отпуска товара и подсчёта его стоимости.
- заполнять необходимые бланки.
- ухаживать за больным в домашних условиях, производить санобработку помещения.
- сдавать вещи в ателье по ремонту одежды.
- планировать расходы на месяц.
- обращаться в территориальную службу занятости, заполнять карту персонального учёта безработного гражданина.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Личная гигиена (2 часа)

Повторение материала: уход за кожей лица, тела, ног, волосами, ногтями. Маникюр. Принадлежности для маникюра. Санитарно- гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями. Бритьё. Принадлежности для бритья. Санитарно- гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.

Практические работы: выполнение ухода за ногтями; выполнение бритья.

Одежда и обувь (2 часа)

Одежда из меха и кожи. Уход за одеждой из меха и кожи. Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью. Мода, стиль, назначение одежды.

Коррекция фигуры с помощью одежды. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от имеющегося гардероба.

Практические работы: работы по уходу, мелкому ремонту меховой и кожаной одежды ; чистка замшевой обуви.

Культура общения (2 часа)

Приём гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приёму гостей. Правила приёма гостей. Проводы гостей, уборка квартиры после приёма.

Ты идёшь в гости Подготовка. Правила поведения в гостях.

Практические работы: ролевые игры.

Питание (8 часов)

Продукты длительного и непродолжительного сроков хранения. Правила безопасной работы на кухне. Приготовление первого блюда из полуфабрикатов. Вторые блюда и соответствующий гарнир к ним. Выпечка. Приспособления для закатывания консервов. Правила консервирования фруктов. Засолка грибов.

Практические работы: Чтение и запись рецептов; приготовление блюда из картофеля; приготовление пельменей; приготовление второго блюда(котлеты) и гарнира; приготовление булочек из кислого теста; консервирование фруктов; запись рецептов засолки грибов.

Семья (1 час)

Состав семьи. Отношения между членами семьи. Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи.

Жилище (3 часа)

Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни. Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при работе с электроприборами. Косметический ремонт квартиры. Виды работ при косметическом ремонте. Последовательность выполнения ремонта.

Практическая работа: уборка кухни.

Транспорт (2 часа)

Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билета. Стоимость проезда. Багажное отделение в автобусе. Культура общения пассажиров.

Практическая работа: экскурсия на автовокзал.

Торговля (2 часа)

Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами. Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы. Отделы рынка. Выбор продуктов. Отличие рыночной торговли от магазинной. Определение правильности отпуска товара и подсчёта его стоимости.

Медицинская помощь (2 часа)

Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры. Значение прививок. Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности. Методы санобработки в квартире.

Практическая работа: Выполнение процедур по уходу за больным дома.

Бюджет (2 часа)

Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи. Планирование расходов на месяц. Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов, их преимущества и недостатки. Оформление вкладов в сбербанке.

Практическая работа: экскурсия в сбербанк.

Трудоустройство (6 часов)

Знакомство с вариантами поиска работы. Знакомство с содержанием объявлений о вакансиях в газетах и на информационных стендах. Профессия. Квалификация. Должность. Подходящая работа, неподходящая работа. Заработная плата. Условия труда. ТК РФ. Общие положения. Приём на работу и увольнение. Трудовая книжка. Рекомендательное письмо. Служба занятости: структура, функции, режим работы.. Общий порядок обращения в территориальное отделение службы занятости.. Условия признания гражданина безработным.

Практическая работа: экскурсия в территориальное отделение службы занятости.

Служба быта (2 часа)

Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. Заполнение бланков для сдачи вещей в ателье по ремонту одежды. Порядок сдачи и получения вещей в ателье. Стоимость услуг в ателье. Химчистка. Вещи, которые следует сдавать в химчистку. Заполнение бланков для сдачи вещей в химчистку. Порядок сдачи и получения вещей в химчистке. Химчистка — самообслуживания. Стоимость услуг в химчистке.

Средства связи(1 час)

Оформление заказа на покупку товара по почте. Получение заказа наложенным платежом. Оформление подписки на газеты и журнал.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Разделы	10 класс Всего/пр.
Личная гигиена	2/2
Одежда и обувь	2/2
Питание	8/8
Семья	1/0
Культура общения	2/1
Жилище	3/1
Транспорт	2/1
Торговля	2/1
Средства связи	1/1
Медицинская помощь	2/1
Бюджет	2/1
Трудоустройство	5/2
Служба быта	2/1
ИТОГО:	

№ урока п/п	Тема урока	Кол-во час
1	Маникюр. Принадлежности для маникюра. Санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями. Практическая работа: «Выполнение ухода за ногтями».	1 час

2	Бритьё. Принадлежности для бритья. Санитарногигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями. Практическая работа: «Выполнение бритья». Проверочный тест.	1 час
Одежда и обувь		
3	Одежда из меха и кожи. Уход за одеждой их меха и	1 час
	кожи. Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью. Практическая работа: «Работы по уходу, мелкому ремонту меховой и кожаной одежды».	
4	Мода, стиль, назначение одежды. Коррекция фигуры с помощью одежды. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от имеющегося гардероба. Практическая работа: «Чистка замшевой обуви» Проверочный тест.	1 час
5	Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. Заполнение бланков для сдачи вещей в ателье по ремонту одежды. Порядок сдачи и получения вещей в ателье. Стоимость услуг в ателье.	1 час
6	Химчистка. Вещи, которые следует сдавать в химчистку. Заполнение бланков для сдачи вещей в химчистку. Порядок сдачи и получения вещей в химчистке. Химчистка — самообслуживания. Стоимость услуг в химчистке. Практическая работа «Заполнение бланков для сдачи вещей в химчистку».	1 час
7	Правила безопасной работы на кухне. Практическая работа: «Приготовление блюда из картофеля».	1 час
8	Продукты длительного и непродолжительного сроков хранения. Приготовление первых блюд из полуфабрикатов. Практическая работа: «Приготовление пельменей».	1 час
9	Приготовление первых блюд из полуфабрикатов. Практическая работа «Приготовление супа с фрикадельками»	1 час
10	Вторые блюда и соответствующий гарнир к ним. Практическая работа: «Приготовление котлет с гарниром».	1 час
Питание		
11	Выпечка: булочки Практическая работа: «Приготовление булочек».	1 час
12	Приспособления для закатывания консервов. Правила консервирования фруктов. Практическая работа: «Консервирование фруктов».	1 час
13	Засолка грибов. Запись рецептов приготовления грибов.	1 час

14	Чтение и запись рецептов. Проверочный тест	1 час
Культура общения		
15	Приём гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приёму гостей. Правила приёма гостей. Проводы гостей, уборка квартиры после приёма.	1 час
16	Ты идёшь в гости. Подготовка .Правила поведения в гостях. Проверочный тест	1 час
Семья		
17	Состав семьи. Отношения между членами семьи. Обязанности детей по отношению к родителям.	1 час
III четверть 9 часов		
18	Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарногигиенические требования к состоянию кухни. Практическая работа: «Уборка кухни».	1 час
19	Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при работе с электроприборами	1 час
20	Косметический ремонт квартиры. Виды работ при косметическом ремонте. Проверочный тест	1 час

21	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билета. Экскурсия на автовокзал.	1 час
22	Стоимость проезда. Багажное отделение в автобусе. Культура общения пассажиров. Проверочный тест	1 час
23	Оптовая и розничная торговля продовольственными- ми и промышленными товарами.	1 час
24	Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы. Отделы рынка. Экскурсия на рынок. Проверочный тест	1 час
25	Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры. Значение прививок. Проверочный тест.	1 час
26	Практическая работа: «Выполнение процедур по уходу за больным дома».	1 час
Бюджет		

27	Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи. Планирование расходов на месяц. Сбережения. Виды вкладов. Проверочный тест.	1 час
28	Экскурсия в сбербанк.	1 час
Средства связи		
29	Оформление заказа на покупку товара по почте. Получение заказа наложенным платежом. Оформление подписки на газеты и журналы.	1 час
	Практическая работа: «Заполнение бланков для оформления заказа на покупку товара по почте».	
Трудоустройство		
30	Знакомство с вариантами поиска работы. Знакомство с содержанием объявлений о вакансиях в газетах и на информационных стендах	1 час
31	Профессия. Квалификация. Должность. Подходящая работа, неподходящая работа. Зарботная плата. Условия труда. ТК РФ.	1 час
32	Служба занятости. Общий порядок обращения в территориальное отделение службы занятости.	1 час
33	Практическая работа: «Составление заявления о приёме на работу и об увольнении». Промежуточная аттестация. Проверочная работа.	1 час
34	Ролевые игры. Проверочный тест	1 час
Итого: 34 часа		