


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Мирновская средняя школа имени Сергея Юрьевича Пядышева
(МБОУ Мирновская СШ)

«Рассмотрена»
на заседании ШМО
учителей начальных классов
Руководитель ШМО

Петрова Н.И.
Протокол № 1 от 28.08.2023

«Рассмотрена»
на заседании педагогического
совета
протокол № 9 от 29.08.2023

«Согласована»
Заместитель директора по учебной
работе

Лашманова Н.Н.
«29» 08 2023

«Утверждена»

Директор школы
Т.Н.Барашкова
Приказ № 157
От «29» августа 2023

Адаптированная рабочая программа по социально- бытовой ориентировке
для обучающегося 9 класса индивидуального обучения на дому
с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
2023-2024 учебный год


Рабочая программа составлена на основе:

- Адаптированной образовательной программы основного общего образования для детей с нарушением интеллекта МБОУ Мирновской СШ
- Учебного плана адаптированной основной образовательной программы для детей с нарушением интеллекта (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Мирновской СШ на 2023-2024 учебный год

Количество часов: 34 ч.

Учитель: Петрова Н.И.

Ознакомлен:


Французова А.В.
Ф.И.О. родителя (законного представителя)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Мирновская средняя школа имени Сергея Юрьевича Пядышева
(МБОУ Мирновская СШ)

«Рассмотрена»
на заседании ШМО
учителей начальных классов
Руководитель ШМО
_____ Петрова Н.И.
Протокол № 1 от 28.08.2023

«Рассмотрена»
на заседании педагогического
совета
протокол № 9 от 29.08.2023

«Согласована»
Заместитель директора по учебной
работе
Лашманова Н.Н.
«_____» _____ 2023

«Утверждена»
Директор школы
_____ Т.Н.Барашкова
Приказ № 157
От «29» августа 2023

Адаптированная рабочая программа по социально- бытовой ориентировке
для обучающегося 9 класса индивидуального обучения на дому
с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
2023-2024 учебный год

Рабочая программа составлена на основе:

- Адаптированной образовательной программы основного общего образования для детей с нарушением интеллекта МБОУ Мирновской СШ
- Учебного плана адаптированной основной образовательной программы для детей с нарушением интеллекта (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Мирновской СШ на 2023-2024 учебный год

Количество часов: 34 ч.

Ознакомлен:

Французова А.В.

Ф.И.О. родителя (законного представителя)

Учитель: Петрова Н.И.

2.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к адаптированной рабочей программе по социально- бытовой ориентировке
для обучающегося 9 класса индивидуального обучения на дому
с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
Андреева Евгения

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Мирновская СШ;
- Учебного плана адаптированной основной образовательной программы для детей с нарушением интеллекта (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Мирновской СШ на 2023-2024 учебный год.

Место предмета в учебном плане

Учебный план 9 класса специального (коррекционного) обучения 8 вида ориентирован на 34 учебные недели.

Для отслеживания результатов обучения используются следующие виды контроля: текущий, промежуточный (триместр, годовой.)

Цель курса социально – бытовой ориентировки: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи:

- ❖ формировать и совершенствовать необходимые навыки ориентировки в окружающем социуме.
- ❖ самообслуживания;
- ❖ ведения домашнего хозяйства,
- ❖ умений пользоваться услугами службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи,
- ❖ способствовать усвоению морально-этических норм поведения,
- ❖ выработке навыков общения с людьми,
- ❖ развитию художественного вкуса учеников.

Беседа на занятиях по социально-бытовой ориентировке является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ.

Значительное место в программе отводится **экскурсиям**.

Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть **вводные, текущие и итоговые**. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Основными методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений. Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий. Учащаяся, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки.

Межпредметные связи:

- СБО – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;
- СБО – математика /математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п./;
- СБО – география /знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий/;
- СБО – биология /знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления/;
- СБО – трудовое обучение /выполнение практических заданий по уходу за одеждой/.

Виды и формы организации учебного процесса

Формы работы: урок, индивидуальная работа.

Технологии обучения: игровые, здоровье сберегающие; информационно-коммуникационные; проблемно-поисковые; личностно-ориентированные; технологии разноуровневого и дифференцированного обучения, ИКТ.

Формы контроля:
практические работы;
- тесты

Содержание программы

Личная гигиена (3 часов)

Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств. Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов».

Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.

Культура поведения (2 часа) Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Внешний вид молодых людей. Виды галстуков и способы их завязывания.

Семья (2 часа)

Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании грудного ребенка.

Жилище (2 часа)

Уборка кухни, санузла и ванной комнаты. Моющие средства. Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины». Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.

Одежда и обувь (3 часов)

Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий в домашних условиях. Практическая работа «Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей». Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков. Химчистка.

Средства связи (3 часов)

Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Экстренные аварийные службы. Сюжетно-ролевая игра «У меня зазвонил телефон». Междугородняя телефонная связь. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Экскурсия на телеграф. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.

Питание (3 часов)

Виды теста. Запись рецептов приготовления теста. Практическая работа: «Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов». Практическая работа: «Приготовление пресного теста и выпечка из него печенья». Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени. Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок. Практическая работа «Приготовление овощного салата».

Транспорт (2 часа)

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Водный транспорт.

Торговля (2 часов)

Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Права покупателя на рынке. Отличия рынка от магазина.

Медицинская помощь (2 часа)

Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный и тепловой удар. Первая помощь. Меры по предупреждению несчастных случаев.

Учреждения, организации и предприятия (1 часа)

Департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, полиция, их назначение.

Экономика домашнего хозяйства (9 часов)

Бюджет семьи. Источники доходов. Помощь подростков родителям. Государственные дотации, условия и порядок их получения. Основные статьи расходов.

Обязательные платежи. Налоги. Коммунальные платежи, как основная статья расходов. Расходы на предметы одежды и личной гигиены. Основные статьи расходов – создание домашнего уюта. Незапланированные расходы – повышение уровня культуры. Еще одна статья незапланированных расходов – помощь родственникам.

Сбережения. Способы сохранения расходов, экономии. Экскурсия в Сбербанк. Виды вкладов в Сбербанке. Бюджет семьи – доход и расход.

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 9 классе учащиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица, приемы нанесения косметических средств на лицо, шею;
- 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;
- виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов в прок из овощей, фруктов, ягод, зелени;

- правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки, купания, правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка, санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек;
- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей;
- 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;
- основные автобусные маршруты, основные маршруты водного транспорта, правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта;
- 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;
- 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;
- 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;
- 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;
- 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.

Учащиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам, в меру пользоваться косметикой;
- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить блузки, рубашки, платья;
- приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье, нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп, заготовить ягоды без тепловой обработки, записать рецепт соления, варенья, консервирования;
- купать, одевать, пеленать куклу, кормить куклу из соски и с ложки, содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах (в кино, на танцах и т. д.), дома, выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев;
- мыть кафельные стены, чистить раковины, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
- пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой, выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;

- выбрать месторасположения нужных товаров, выбрать продукцию в соответствии с ее качеством (внешний вид, вкус и др.), количества, цены;
- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, узнать время, получить по телефону справку, культурно разговаривать по телефону;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений;
- подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др., подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показания 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.

**Календарно-тематическое планирование
индивидуального обучения по социально-бытовой ориентировке
для обучающегося 9 класса с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

№	Тема урока.	дата		Кол-во часов	Методы и формы работы с обучающимися	Практическая деятельность	Виды коррекции на уроке.
		по плану	фактически				
1.	Личная гигиена -3ч			1	Словесные. Практические. Наглядные.	<u>Практические работы:</u> <ul style="list-style-type: none"> • выбор мыла для гигиенических процедур. • выбор полотенца (банное, для рук, для ног). • стрижка ногтей на руках. • мытье рук. 	Развитие и формирование у обучающегося определённых представлений о близких и конкретных фактах общественной жизни, труда и быта людей. Формирование положительного отношения и развитие интереса к
	Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств.						
2.	Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов».			1	Словесные. Практические. Наглядные.		
3.	Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.			1			

						Нанесение крема на руки.	бытовому труду, выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности, привитие навыков культуры поведения, воспитание уважения к труду взрослых.
4.	Культура поведения 2ч Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Внешний вид молодых людей. Виды галстуков и способы их завязывания.			2	Словесные. Практические. Наглядные. Словесные. Практические. Наглядные.	Беседа с использованием наглядных пособий. Просмотр иллюстраций, плакатов. Наглядный показ. Показ действия с комментированием его выполнения. <u>Практические работы:</u> <ul style="list-style-type: none"> • полив растений. • опрыскивание растений. • удаление пыли с гладких листьев растений. • мытьё поддонов. • обрезка сухих и 	Сервировка стола (к завтраку, обеду) Заваривание чая. Активизация словаря. <ul style="list-style-type: none"> • правила ухода за комнатными растениями. • инвентарь для ухода за растениями. • обрезка сухих и поврежденных листьев. • общее представление о потребностях комнатного растения в питательной среде, свете, тепле, определенной влажности почвы и воздуха. • признаки необходимости перевалки растений.
	Семья 2 ч						
5.	Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании грудного ребенка.			2			

	Жилище 2ч				Словесные. Практические. Наглядные.	поврежденных листьев. Подкормка растений.	<ul style="list-style-type: none"> • приемы ухода за комнатными растениями. • определение влажности почвы в горшках (на ощупь). • правила содержания кошки и собаки; • виды работ по уходу за кошкой и собакой; • ответственность человека за домашнее животное; <p>Правила безопасности, санитарии и гигиены при содержании кошки и собаки.</p>
6.	Уборка кухни, санузла и ванной комнаты. Моющие средства. Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины». Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.			2		Беседа Наглядный показ. Работа с плакатами. Работа с раздаточным материалом.	
	Одежда и обувь 3ч					Работа с раздаточным материалом.	
7.	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий в домашних условиях. Практическая работа «Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей». Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков. Химчистка.			3		Беседа с использованием наглядных пособий. Просмотр иллюстраций, плакатов.	
	Средства связи 3ч						

8.	<p>Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Экстренные аварийные службы. Сюжетно-ролевая игра «У меня зазвонил телефон».</p> <p>Междугородняя телефонная связь. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Экскурсия на телеграф. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.</p>			3			
	Питание 3ч						
9.	<p>Виды теста. Запись рецептов приготовления теста. Практическая работа: «Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов».</p> <p>Практическая работа: «Приготовление пресного теста и выпечка из него печенья». Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени.».</p>			2			

10.	Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок. Практическая работа «Приготовление овощного салата			1			
11.				2			
	Транспорт 2ч						
	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Водный транспорт.						
	Торговля 2ч						
12.	Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Права покупателя на рынке. Отличия рынка от магазина.			2			
	Медицинская помощь (2 часа)						

13.	Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный и тепловой удар. Первая помощь. Меры по предупреждению несчастных случаев.			2			
	Учреждения, организации и предприятия (1 час)						
14.	Департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, полиция, их назначение.			1			
15.	Экономика домашнего хозяйства 9ч			3			
	Бюджет семьи. Источники доходов. Помощь подростков родителям. Государственные дотации, условия и порядок их получения. Основные статьи расходов						
16.	Обязательные платежи. Налоги. Коммунальные платежи, как основная статья расходов. Расходы на предметы одежды и личной гигиены. Основные статьи расходов – создание домашнего уюта. Незапланированные расходы – повышение уровня культуры. Еще одна статья незапланированных			3			

	расходов – помощь родственникам.						
17.	Сбережения. Способы сохранения расходов, экономии. Экскурсия в Сбербанк. Виды вкладов в Сбербанке. Бюджет семьи – доход и расход.			3			