**Рабочая программа**

по учебному предмету

«**Основы социальной жизни**»

9 класс

Рабочую программу составила:

Мартиросян Лилия Михайловна,

учитель высшей категории

г. Усмань

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета « Социально-бытовая ориентировка» разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью ( вариант I) на 2017 – 2025 г.

Социально-бытовая ориентировка является важной составной частью образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Овладение знаниями и умениями в данной предметной области является необходимым условием успешной социализации обучающихся, формированием у них жизненных компетенций.

Основная цель курса социально–бытовой ориентировки: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

Данная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся с интеллектуальной недостаточностью.

Общая характеристика учебного предмета

 **Основными формами и методами обучения** являются практи­ческие работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов.
Занятия по СБО целесообразно проводить группами из 4—5 человек. Это позволит каждому ученику, независимо от его интеллекту­альных и физических возможностей,

овладеть основными способа­ми ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться со­ставлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

 **Беседа** на занятиях по СБО является одним из основных мето­дов обучения и применяется и сочетании с сюжетно-ролевыми иг­рами, различными практическими работами: записях в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями, другими ви­дами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения, исполь­зуемым на занятии.
 В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться **разные формы организации** **практических работ**, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполне­ние учеником всех операций под руководством учителя).
 На занятиях отводится время для изучения правил тех­ники безопасности, формирования умений пользоваться нагрева­тельными электрическими и механическими бытовыми прибора­ми и приспособлениями, колющими и режущими инструмента­ми, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Необходи­мо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиени­ческих требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.
 В ряде разделов, например «Личная гигиена», «Бюджет семьи» и др., предусмотрена система упражнений, которые каждый ученик выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у учащихся определенных умений и навыков на осно­ве знаний, полученных как на занятиях по СБО, так и на заняти­ях по другим предметам.
  **Сюжетно-ролевые игры** применяются как один из ведущих ме­тодов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др.

.
 Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирова­ния навыков общения.
 В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.
 **Экскурсии** в зависимости от их места в учебном процессе мо­гут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии пред­шествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами.

 Любая экскурсия не является самоцелью и используется в со­четании с другими организационными формами обучения по оп­ределенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практичес­кие работы.
 Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. Для повторения привлекается пройденный материал из других разде­лов, логично связанный с изучаемой темой.
 На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки загадки для развития устной, письменной речи, для практического при­менения знаний, умений и навыков, полученных на уроках род­ного языка.

 Особое внимание следует обратить на проведение практичес­ких работ с использованием бригадной формы организации уча­щихся.
 Бригадная форма работы может быть использована в выпол­нении детьми одинаковых заданий (штопка, чистка посуды и т.д.).
 В кабинете можно установить поочередное дежурство по бри­гадам. Дежурная бригада выполняет различные работы, связанные с подготовкой оборудования и материалов к занятию, и убирает кабинет после окончания занятий.
 Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, мате­матики, географии, труда, естествознания.

 СБО учащихся иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Только комплексная совместная деятельность учителя *и* воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

 Проводить занятия по СБО в 9 классе целесообразно на сдвоенных уроках.
 Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.п., изложенные доступным языком четко и лаконич­но.
 Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных слу­чаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателем или дома (например, место рабо­ты родителей, их должность и т.д.).

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет « Социально-бытовая ориентировка» входит в предметную область «Коррекционных технологий» и относится к обязательной части учебного плана.

В соответствии с Календарным учебным графиком ГБОУ «Специальная школа интернат г. Усмань» курс СБО в 9 классе рассчитан на 66 часов (33 учебные недели). Количество часов в неделю, отводимых на изучение СБО в 9 классе, определено Недельным учебным планом и составляет 2 часа в неделю

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

 Освоение обучающимися, воспитанниками в предметной области « Социально-бытовая ориентировка» предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных. В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования- введения обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом. Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально личностные качества и социальные(жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. Определённые рабочей программой для 6 класса планируемые личностные результаты учитывают типологические, возрастные особенности обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и возможности их личностного развития в процессе целенаправленной образовательной деятельности по изучению предмета.

Планируемые предметные результаты предусматривают овладение обучающимися знаниями и умениями по предмету, и представлены дифференцированно по двум уровням: минимальному и достаточному.

Личностные результаты

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

2.Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

3.Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

4.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

5.Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

6.Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Предметные результаты

Достаточный уровень

 Учащиеся должны знать**:**

Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.

* Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
* Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
* Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
* Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
* Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
* Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
* Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
* Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
* Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
* Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
* Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

* Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
* Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
* Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
* Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
* Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
* Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
* Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.
* Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
* Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
* Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

 Обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- рациональной организации труда и отдыха;

- безопасного обращения с веществами и материалами;

- ремонта изделий из различных материалов; создания изделий или получения продукта с использованием ручных инструментов, машин, оборудования и приспособлений;

- приготовления и повышения качества, сокращения временных и энергетических затрат при обработке пищевых продуктов; консервирования и заготовки пищевых продуктов в домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, включая блюда национальной кухни; выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий; сервировки стола и оформления приготовленных блюд;

- выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;

- построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

- соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

- пользования бытовыми приборами и инструментами;

- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Минимальный уровень

Учащиеся должны знать и уметь:

отличия цен на рынке и в магазинах; вежливо обращаться к продавцу;

выполнять хозяйственно-бытовые обязанности;

правила приёма гостей (правила поведения хозяев при встрече, расставании, во время визита); встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;

порядок приобретения и возврата билетов; получать необходимую информацию от прохожих, пассажиров транспорта;

меры по предупреждению кишечных инфекций; измерять температуру;

периодичность косметического ремонта; использовать жилые и нежилые помещения по назначению;

виды связи; обращаться к работнику почтового отделения;

о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека; о вреде курения;

средства для выведения пятен в домашних условиях; определять свой размер одежды и обуви;

способы приготовления блюд; готовить кашу;

учреждения и отделы по трудоустройству; писать заявление по образцу;

предприятия бытового обслуживания.

Содержание учебного предмета.

Личная гигиена

Вред алкоголя. Вред курения. Социальные последствия вредных привычек. Вред наркотиков.

Личная гигиена. Правила ухода за телом, кожей лица в подростковом возрасте.

Проблемная кожа. Использование косметических средств подростками. Экскурсия в косметический салон.

Одежда и обувь

Стиль одежды. Мода, обновление одежды.

Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от назначения и материальных возможностей.

Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Средства для выведения пятен. Правила выведения. Санитарно-гигиенические требования к одежде.

Питание

Питание детей ясельного возраста. Режим питания. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи для детей. Требования к составлению меню.

Роль питания в укреплении здоровья человека, в профилактике заболеваний. Лечебное питание. Основные лечебные диеты.

Приготовление национальных блюд. Особенности национальных блюд.

Особенности русской национальной кухни.

Меню праздничного стола. Требования к составлению меню. Сервировка праздничного стола.

Жилище

Интерьер жилища. Требования к интерьеру. Зональное распределение жилища. Функции каждой зоны. Рациональная расстановка мебели в квартире с учётом функционального назначения.

Варианты переустройства квартиры. Дополнительные детали убранства: ковры , паласы. Уход за ними.

Освещение квартиры. Окна-глаза дома Бытовые химические средства по уходу за стёклами, зеркалами. Рациональное освещение квартиры.

Виды мебели. Повседневный уход за мебелью в зависимости от покрытия. Обновление мебели. Защита от вредителей.

Сохранность жилища, имущества. Охранные меры. Сюжетно-ролевая игра «Непрошенные гости» . Как себя вести.

Правила проживания в многоквартирном доме. Ближайшие соседи. Отношения с ними.

Борьба с грызунами и насекомыми. Химические средства по борьбе с ядохимикатами.

Комнатные растения в квартире. Уход за ними. Предметы ухода за растениями.

Животные в квартире. Уход за ними. Правила безопасного содержания.

Правила пожарной безопасности. Действия при пожаре.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.

Уход за лежачим больным. Листок нетрудоспособности.

Семья

Условия создания семьи ( возраст, материальные предпосылки, наличие жилья). Готовность к браку.

Основа семейных отношений. Обязанности членов семьи в воспитании детей.

Бюджет

Учёт в домашнее бухгалтерии (кассовая книга)Обеспечение семьи продуктами питания. Роль рынка в обеспечении населения продуктами. Реализация с/х продукции. Хранение продуктов.

Баланс в семейной экономике. Экономия семейного бюджета. Культура потребления. Организация рационального питания. Экономия продуктов питания.

Резервы экономии в быту. Вторая жизнь старых вещей. Рациональный расход продуктов питания. Экономный расход электроэнергии, своевременный ремонт одежды и обуви.

Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в банке. Виды вкладов. Кредиты.

Культура поведения

Праздник в доме. Гостеприимство. Приглашение в гости ( причины, формы приглашения). Подготовка к приёму гостей.

Этикетные правила приёма гостей(внешний вид, речь, подарки, общение с горстями).

Трудоустройство

Трудоустройство. Временная и постоянная занятость. Охрана труда несовершеннолетних. Трудовой договор. Деловые бумаги: заявление, анкета, автобиография. Правила их составления.

Кодекс законов о труде. Государственная служба занятости

Тематическое планирование

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание учебного материала | Кол-вочасов | Виды деятельности |
| 123456789101112131415161718192021222324252627282930313233 | Вводный урок по правилам т/б.Правила поведения на уроках СБОЛичная гигиенаВред алкоголя. Вред курения. Социальные последствия вредных привычек. Вред наркотиков.Личная гигиена. Правила ухода за телом, кожей лица в подростковом возрасте.Проблемная кожа. Использование косметических средств подростками. Экскурсия в косметический салон.Одежда и обувьСтиль одежды. Мода, обновление одежды.Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от назначения и материальных возможностей.Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Средства для выведения пятен. Правила выведения. Санитарно-гигиенические требования к одежде.ПитаниеПитание детей ясельного возраста. Режим питания. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи для детей. Требования к составлению меню.Роль питания в укреплении здоровья человека, в профилактике заболеваний. Лечебное питание. Основные лечебные диеты.Приготовление национальных блюд. Особенности национальных блюд.Особенности русской национальной кухни.Меню праздничного стола. Требования к составлению меню. Сервировка праздничного стола.ЖилищеИнтерьер жилища. Требования к интерьеру. Зональное распределение жилища. Функции каждой зоны. Рациональная расстановка мебели в квартире с учётом функционального назначения.Варианты переустройства квартиры. Дополнительные детали убранства: ковры , паласы. Уход за ними.Освещение квартиры. Окна-глаза дома Бытовые химические средства по уходу за стёклами, зеркалами. Рациональное освещение квартиры.Виды мебели. Повседневный уход за мебелью в зависимости от покрытия. Обновление мебели. Защита от вредителей.Сохранность жилища, имущества. Охранные меры. Сюжетно-ролевая игра «Непрошенные гости» . Как себя вести.Правила проживания в многоквартирном доме. Ближайшие соседи. Отношения с ними. Борьба с грызунами и насекомыми. Химические средства по борьбе с ядохимикатами.Комнатные растения в квартире. Уход за ними. Предметы ухода за растениями.Животные в квартире. Уход за ними. Правила безопасного содержания.Правила пожарной безопасности. Действия при пожаре.Медицинская помощьИнфекционные заболевания и меры по их предупреждению.Уход за лежачим больным. Листок нетрудоспособности.СемьяУсловия создания семьи ( возраст, материальные предпосылки, наличие жилья). Готовность к браку.Основа семейных отношений. Обязанности членов семьи в воспитании детей.БюджетУчёт в домашнее бухгалтерии (кассовая книга)Обеспечение семьи продуктами питания. Роль рынка в обеспечении населения продуктами. Реализация с/х продукции. Хранение продуктов.Баланс в семейной экономике. Экономия семейного бюджета. Культура потребления. Организация рационального питания. Экономия продуктов питания.Резервы экономии в быту. Вторая жизнь старых вещей. Рациональный расход продуктов питания. Экономный расход электроэнергии, своевременный ремонт одежды и обуви.Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в банке. Виды вкладов. Кредиты.Культура поведенияПраздник в доме. Гостеприимство. Приглашение в гости ( причины, формы приглашения). Подготовка к приёму гостей.Этикетные правила приёма гостей(внешний вид, речь, подарки, общение с горстями).ТрудоустройствоТрудоустройство. Временная и постоянная занятость. Охрана труда несовершеннолетних. Трудовой договор. Деловые бумаги: заявление, анкета, автобиография. Правила их составления.Кодекс законов о труде. Государственная служба занятости.   | 262226222102222218222222222242242282222422422 | Работа с инструкциямиПросмотр в/фПр.работаЭкскурсияРабота с журналамиПр. работаПр. работаПр.работаПр.работаПр. работаПр.работаПр.работаРабота с журналамиПр.работаРабота с инструкциямиПр.работаРечевые упр-яСоздание реальных ситуацийПр. работаПр.работаРабота с буклетамиРабота с инструктажамиРабота с доп.-ной литературойПр.работаБеседа, обсуждение статейСоздание реальных ситуацийПр. работаПр. работаПр.работаЭкскурсияПр.работаРечевые упр-яНаписание деловых бумагРабота с ЗакономТестирование |

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | УМС | Список |
| 1 | Учебно-методическое обеспечеНиеРабочаяТетрадьУчебникУчебно-практическое оборудование | Основная.Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. – 192 с. – (Коррекционная школа).Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А.Львова. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. – 304 с.: ил. – (Коррекционная педагогика)Миронюк З.И., Ивершина Н.А., Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь, 8 класс, Гуманитарный издательский центр Владос, Москва, 2014. – 40 с.Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. 8 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида / Гуманитарный издательский центр Владос, Москва, 2013. – 72 с.Дополнительная.Золотая книга этикета/ В.Ф. Андреев. – 2-е издание исправленное и дополненное. – М.: ВЕЧЕ, 2004.- 400с.: ил.Лихачева Л.С. Уроки этикета: в рассказах, картинках и задачках/ Рисунки Бартова А. – Екатеринбург: Среднеральское книжное издательство; Уральское издательство, 2000. – 320с.: ил.Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. - М.: АРКТИ, 2002. – 79 с. (Методическая библиотека).Новейшие и классические рецепты красоты/ автор-составитель С.В. Петров. – Минск: Современная школа, 2006. – 432с.Новейшие и классические рецепты красоты/ автор-составитель С.В. Петров. – Минск: Современная школа, 2006. – 432с.Основы кулинарии: Учебник для 10-11 классов общеобразовательных учреждений/ В.И. Ермакова. – М.: Просвещение, 2002. – 224 с., ил.Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: Учебное пособие для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений/ В.И.Ермакова. – М.: Просвещение, 2002. – 79 с.: ил.Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. – М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 2001. – 576с.: ил.Популярный медицинский справочник. Под ред. Проф. В.А. Василенко, - М.: Вече, 2007. – 400с.Технология: Учебник для учащихся 5 классов общеобразовательных учреждений (вариант для девочек). – 2-е издание, переработ./ Под ред. В.Д.Симоненко.- М.: ВЕНТАНА ГРАФ, 2005. – 192 с.: илл.Технология: Учебник для учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений (вариант для девочек). – 2-е издание, переработ./ Под ред. В.Д.Симоненко.- М.: ВЕНТАНА ГРАФ, 2004. – 208 с.: илл. Технология: Учебник для учащихся 7 классов общеобразовательных учреждений (вариант для девочек)/ Под ред. В.Д.Симоненко.- М.: ВЕНТАНА ГРАФ, 2004. – 240.Таблицы - схемы по теме ,,Питание".Личная гигиена.Расчёски, зубные щётки, массажные щётки для волос;кремы, лосьоны, мыло, шампуни;мочалки, губки, полотенца;средства по уходу за кожей рук.Одежда и обувь.приспособления для ремонта одежды;ножницы;нитки;наборы швейных игл; пуговицы разных размеров;щётки одёжные, для чистки обуви; кремы для обуви;тазы для стирки;электроутюги;гладильные доски;стиральная машинка ,,Малютка".Питание.кухонная мебель;холодильник;электроплита ,.Гефест"электроплита настольная;кухонная посуда;микроволновая печь;электрическая духовка;хлебница;набор кухонных ножей;разделочные доски.Жилище.диван; кресла, журнальный столик;вёдра, веник;пылесос;ковры.Синтетические моющие средства;чистящие средства.Транспорт.образцы билетовиллюстрации.торговля.весы бытовыеСемьяпредметы ухода за новорождённымсредства связителефонные аппараты;справочник;бланки почтовых отправленийМедицинская помощьаптечка с медикаментами;комплект постельного белья;иллюстрации. |