

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Архангельской области
 «Вельская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа - интернат»

Рассмотрено	Согласовано	Утверждено
на заседании МО учителей старших классов	заместитель директора по УР	Директор
председатель МО <i>Михайлова Е. Н.</i>	<i>Васильевская С.Е.</i>	<i>Виниченко С.А.</i>
Протокол № <u>1</u> от “ <u>29</u> ” <u>августа</u> <u>2023</u> г.	“ <u>31</u> ” <u>августа</u> <u>2023</u> г.	Приказ № <u>31</u> от <u>31</u> <u>августа</u> <u>2023</u> г.

Рабочая программа
 по предмету
 « Социально – бытовая ориентировка»
 для обучающихся 10 класса
 на 2023- 2024 учебный год

Составлено: Мироновой Ольгой Сергеевной
 (учитель)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Социально – бытовая ориентировка» для обучающихся 10 класса с интеллектуальными нарушениями (вариант 1) ГБОУ АО «Вельская СКОШИ» разработана на основе:

- Федерального Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012г.;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья». Базисный учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (1 вариант);

Локальных актов ГБОУ АО «Вельская СКОШИ»:

- Положения «О рабочей программе по учебному предмету» от 29 августа 2018 года;
- Положения «О формах, периодичности и порядке текущего контроля, успеваемости и о промежуточной аттестации обучающихся» от 29 августа 2018 года.

Социально – бытовая ориентировка, как коррекционный предмет, направлен 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. Рабочая программа по предмету «Социально – бытовая ориентировка» в 10 классе в соответствии с учебным планом рассчитана на 66 часов в год, т.е. 2 часа в неделю (33 учебных недели). Срок реализации настоящей программы рассчитан на 1 учебный год. Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока. На каждый изучаемый раздел отведено определённое количество часов, указанное в тематическом плане.

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

Основные задачи предмета:

- формировать знания и жизненные компетенции, необходимые для успешной социализации в современном обществе;
- развивать и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства;
- воспитывать положительное отношение к домашнему труду;
- развивать умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе;
- формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- формировать знания об охране жизни и здоровья;
- корректировать недостатки психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развивать коммуникативную функцию речи, как непременное условие социальной адаптации;
- обучать практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин.

В 10-ом классе взяты наиболее значимые для формирования жизненного опыта обучающихся разделы. Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенциях, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

В коррекционной школе особое внимание обращено на исправление имеющихся у обучающихся специфических нарушений.

При обучении используются следующие принципы:

- принцип коррекционной направленности,
- воспитывающий и развивающий принципы,
- принцип доступности обучения,
- принцип систематичности и последовательности,
- принцип наглядности в обучении,
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации обучающихся. При работе с обучающимися, имеющими ограниченные возможности здоровья, применяются особые коррекционно - развивающие педагогические технологии, позволяющие добиваться положительной динамики в обучении и воспитании. Грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий обеспечивает развитие у обучающихся познавательной активности, творческих способностей, школьной мотивации в учебно-воспитательном процессе.

На уроках « Социально – бытовой ориентировки» используются следующие методы урока:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций. В зависимости от задач урока и оснащения кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение обучающимися всех операций под руководством учителя).

Типы уроков:

- урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала);
- урок закрепления знаний, умений, владений (практический урок);
- урок обобщения и систематизации знаний (тестирование);
- комбинированный урок;
- нестандартные уроки (экскурсия, урок - ролевая игра и другие).

Задания для обучающихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого обучающегося. Оценка знаний, обучающихся осуществляется по результатам письменных работ, текущих и итоговых контрольных работ.

Программа по предмету «Социально – бытовая ориентировка» для 10 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения обучающимися во время уроков развития речи, чтения, русского языка, природоведения, математики.

Логические связи предмета «Социально-бытовая ориентировка» с остальными предметами (разделами) учебного плана

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, технологий, естествоведения.

- 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/.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО – БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

В результате освоения предмета «Социально – бытовая ориентировка» в 10 классе обучающиеся должны:

знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- о вреде алкоголя, курения, наркотических веществ;
- виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью; размер своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, виды и способы упаковок, сроки годности продуктов питания;
- основные виды связей, перечень предметов, посылаемых в посылке;
- виды сезонных заболеваний, способы распространения инфекционных заболеваний, меры по предупреждению заболеваний;

- виды магазинов и их назначение, цены на основные продукты питания и промышленные товары;
- основные виды семейных отношений, формы организации досуга, обязанности, связанные с заботой о детях;
- основные статьи расходов в семье, виды коммунальных платежей, виды и цели сбережений;
- культуру родного края;
- стоимость проезда, порядок приобретения и возврата билетов, безопасность во время полётов.

уметь:

- совершать утренний туалет;
- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезонам;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- подсчитывать бюджет семьи, планировать расходы;
- соблюдать правила дорожного движения;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила поведение в магазине, рационально выбирать товары, оплачивать покупку;
- поддерживать и укреплять семейные традиции;
- соблюдать правила беседы по телефону;
- соблюдать меры профилактики сезонных заболеваний (ОРЗ, ГРИПП, COVID-19).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО - БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

Личная гигиена	6 часов
Одежда и обувь	4 часа
Семья	6 часов
Бюджет семьи	4 часа
Культура поведения	6 часов
Питание	6 часов
Жилище	4 часа
Транспорт	4 часа
Связь	2 часа
Охрана здоровья	6 часов
Торговля	6 часов
Учреждения и организации	4 часа
Трудоустройство	8 часов
ИТОГО:	66 часов

Личная гигиена

1. Основные вопросы

Значение здоровья для жизни человека. Средства и способы сбережения здоровья. Личная гигиена юноши и девушки. Способы укрепления здоровья.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

3. Тематика практических работ

Уходовые процедуры для лица и тела.

Одежда и обувь

1. Основные вопросы

Базовый гардероб. Правила ухода за одеждой из меха и кожи.
Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью; определение размера обуви. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению по сезонно.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Чистка и сушка повседневной одежды, обуви. Определение своего размера одежды и обуви.

Семья

1. Основные вопросы

Что такое «семья»? Семейные традиции, обычаи, которые переходят в одной семье от одного поколения к другому. Права и обязанности детей и родителей.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточкам.

3. Тематика практических работ

Анализ различных семейных ситуаций.

Бюджет семьи

1. Основные вопросы

Вопросы планирования семейного бюджета, экономия в домашнем хозяйстве, сбережения, виды вкладов. Планирование расходов семьи.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточкам.

3. Тематика практических работ

Семейный бюджет. Виды вкладов. Изучение квитанций на оплату коммунальных платежей.

Культура поведения

1. Основные вопросы

Адекватность поведения в обществе. Приём гостей и правила хорошего тона с родными, друзьями, знакомыми. Речевой этикет и культура речи.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Хорошие манеры и знание правил этикета.

Питание

1. Национальные угощения Русского Севера. Традиционные угощения Архангельской области. Блюда и способы приготовления пищи североруссов.

Традиции и быт народов севера.

2. Самостоятельная работа

3. Тематика практических работ

Приготовление калиток. Приготовление козюль. Приготовление ватрушек с ягодами.

Жилище

1. Основные вопросы

Жилища народов мира. Интерьер дома и кухни. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

Правила написание почтового адреса.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Сухая и влажная уборка помещений.

Транспорт

1. Основные вопросы

Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

Междугородный транспорт. Авиатранспорт. Безопасность во время полётов.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Составление маршрута от дома до школы. Изучение билет на поезд, билет на самолёт. Тест « Авиатранспорт».

Связь

1. Основные вопросы

Основные виды средств связи. Правила беседы по телефону. Номера социальных служб. Услуги почтовых отделений. Оправление посылок.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Ведение телефонных переговоров. Заполнение бланков. Подписываем конверт.

Охрана здоровья

1. Основные вопросы

Распространенные сезонные простудные заболевания и меры их профилактики. Виды медицинских учреждений и способы обращений за помощью. Понятие «пандемия». Что такое «COVID-19»? Листок нетрудоспособности.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Экскурсия в медицинский кабинет школы. Наложение повязок и шин.

Учреждения и организации

1. Основные вопросы

Функции и виды учреждений и организаций города, правила подачи заявлений.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Тестирование.

3. Тематика практических работ.

Написание заявлений.

Торговля

1. Основные вопросы

Виды рынков. Различие рынка и магазина. Права потребителя. Порядок приобретения товаров. Магазин и его отделы. Реклама. Интернет – магазин.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Правила поведения в магазине. Выбор, рассматривание, выяснение назначения, стоимость, оплата товара в магазине.

Трудоустройство

1. Основные вопросы

Беседа о профессиях. Охрана интересов трудящихся в трудовом законодательстве. Приём на работу. Документы необходимые для приема на работу. Увольнение с работы. Выполнение правил трудового распорядка.

2. Самостоятельная работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Заполнение документов при приеме на работу и увольнении с работы.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока
	план	факт			
Личная гигиена – 6 часов					
1			Здоровый образ жизни, как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности	1	Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье. Беседа о вреде алкоголя, табака, наркотических веществ.
2			Спорт в жизни людей	1	Спорт, как альтернатива вредным привычкам. Современные виды спорта. Выдающиеся паралимпийцы России
3			Правила личной гигиены	1	Уход за кожей лица, тела, ног.
4			Уход за лицом	1	Уходовые процедуры для лица. П.Р.: «Подбор косметических средств, в зависимости от типа кожи». Пластическая хирургия: за и против.
5			Уход за волосами	1	Подбор прически, стрижки в зависимости от типа лица. Подбор косметических средств в зависимости от типа волос.
6			Уход за ногтями.	1	Принадлежности для маникюра. П.Р.: «Выполнение ухода за ногтями»
Одежда и обувь-4 часа					
7			Мода, стиль, назначение одежды.	1	Как показать достоинства и скрыть недостатки фигуры. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба. Возврат товара надлежащего и ненадлежащего качества
8			Одежда из меха и кожи.	1	Уход за одеждой из меха и кожи. Определение размера одежды. Прокат одежды.
9			Ремонт одежды	1	П.Р.: «Пришивание пуговиц, вешалок». Декоративные заплатки.
10			Обувь.	1	Уход за обувью. Мастерские по ремонту обуви. Определение размера обуви.
Семья – 6 часов					
11-12			Основы семейных взаимоотношений. Брак.	2	Что такое семья - как она возникает, зачем нужна. Анализ различных семейных ситуаций.
13			Обязанности членов семьи	1	Права и обязанности детей и родителей. Варианты спокойного отдыха всей семьей (как интересно отдохнуть дома).
14			Малыш в семье	1	Образ жизни будущей мамы. Подготовка необходимых вещей для ребенка.
15			Уход за грудным ребенком	1	Меню младенца. П.Р.: «Пеленание, переодевание грудного ребенка»
16			Типы семей	1	Семья, как опора и поддержка ребенка
Бюджет семьи – 4 часа					
17			Доход семьи.	1	Из чего складывается доход семьи. Виды вкладов, сбережения.
18			Основные статьи расходов	1	Оплата коммунальных платежей по квитанции, через Сбербанк. Планирование расходов. Кредит.

		семьи		
19		Переменные расходы	1	Циклические, сезонные и непредвиденные расходы
20		Таблица семейного бюджета	1	П. Р.: « заполнение таблицы семейного бюджета»
		Культура поведения 6 часов		
21		Что такое этикет	1	История возникновения и развития этикета
22		Культура общения.	1	Хорошие манеры и знание правил этикета.
23		Культура речи.	1	Речевой этикет и культура речи
24		Культура общения юноши и девушки.	1	Формы представления, формы приветствия, форма общения.
25		Профессиональная этика	1	Взаимоотношения в коллективе между коллегами, специалистами разных уровней по должности
26		Нормы поведения в общественных местах	1	Этикет в общественных местах
		Питание – 6 часов		
27		Национальные угощения	1	Восемь национальных угощений Русского Севера. Чем угошают в Архангельской области.
28		Изделия из ржаной муки	1	П.Р.: «Приготовление калиток с картошкой»
29		Традиции и быт народов Севера	1	Блюда и способы приготовления пищи северорусов. Традиции и быт народов севера.
30		Козюля -расписной Архангельский пряник	1	П.Р.: « Приготовление и роспись северных козюль»
31		Традиционные лакомства поморов	1	Соусы из северных ягод для борьбы с цингой. Ватрушки, пироги с ягодами и грибами, кулебяки и рыбники-лакомства народов Русского Севера
32		Ватрушки с брусникой	1	П. Р.: « Приготовление ватрушек с брусникой. Приготовление компота из северных ягод»
		Жилище – 4 часа		
33		Интерьер дома.	1	Жилища народов мира. Интерьер дома и кухни. Подбор деталей интерьера.
34		Виды уборки квартиры.	1	Санитарно - гигиенические требования к уборке кухни.
35		Правила сохранения жилого фонда.	1	Последовательность ремонта в квартире. Правила наклеивания обоев. Откуда начинать клеить обои, проклейка углов, совмещение рисунка.
36		Коммунальные услуги	1	Оплата коммунальных платежей через приложение Сбербанк. П.Р.: «Снятие показаний счетчиков электроэнергии, Оплата электроэнергии за текущий месяц»
		Транспорт – 4 часа		
37		Основные транспортные средства.	1	Городской, пригородный, междугородний транспорт. Преимущества автотранспорта.
38		Междугородний транспорт	1	Виды междугородного транспорта. Знакомство с ж/д вокзалом. Приобретение и возврат билетов в междугородний транспорт.
39		Практическая работа	1	П.Р.: «Расчёт времени на путь следования», « Расчет стоимости билетов в пункт назначения и обратно»
40		Авиатранспорт.	1	Знакомство с аэропортом. Приобретение и возврат билетов. Посадка в самолёт. Безопасность во время перелётов.
		Связь – 2 часа		
41		Средства связи.	1	Современные средства связи. Какие бывают письма. Культура разговора по телефону.
42		Почта.	1	Почтовые переводы, индекс города. Отправление посылок. Что можно положить в посылку. Товары по почте.
		Охрана здоровья – 6 часов		
43		Инфекционные заболевания	1	Понятие об иммунитете. Значение прививок.
44		Инфекционные заболевания	1	Причины возникновения инфекционных заболеваний. Понятие « пандемия» на примере COVID-19.

45-			Сезонные простудные заболевания	2	Уход за больными. Методы санобработки в квартире. Профилактика простудных заболеваний с помощью народных средств.
46					
47			Первая медицинская помощь.	1	Листок нетрудоспособности. Первая помощь при переломах, вывихах, кровотечениях.
48			Первая помощь при переломах	1	П.Р.: «Наложение повязок и шин».
			Торговля – 6 часов		
49			Виды магазинов	1	Виды магазинов и отделы продуктового магазина, специализированный магазин. Оптовая и розничная торговля.
50			Практическая работа	1	П.Р.: « Расчет стоимости покупки продуктов для приготовления завтрака»
51			Понятие « рынок» и «базар»	1	Виды рынков: крытые и открытые. По направленности : « птичий рынок», « авторынок», « строительный рынок», « вещевой». Отличие рынка от магазина.
52			Реклама	1	Реклама, как способ распространения информации в интересах бизнеса. Нужно ли покупать всё, что рекламируют.
53			Интернет - магазины	1	Интернет – магазины: виды, специфика, преимущества.
54			Выгодные покупки	1	Скидки, акции, карты лояльности – как это работает. Торговля в кредит.
			Учреждения и организации – 4 часа		
55			Учреждения и организации города	1	Центр социальной защиты населения. Функции, порядок обращения, место нахождения. Льготы для разных категорий граждан. Районные Управы. Функции, место нахождения, отделы, режим приема населения.
56			Учреждения и организации города	1	Правоохранительные органы. МЧС.
57			Жилищно - ремонтно-эксплуатационные организации.	1	РЭУ. Адрес, телефон, аварийная служба. Обращения, подача заявлений, культура речи. Предприятия бытового обслуживания
58			Детские учреждения	1	Детские учреждения города, их назначение (детский сад, ДДТ...)
			Трудоустройство – 8 часов		
59			Государственная служба занятости населения	1	Варианты поиска работы по банку данных службы занятости. Основные виды работ и профессий, запрещенных для подростков. Временная и постоянная занятость.
60			Охрана труда. Оформление на работу.	1	Возраст при приеме на работу. Продолжительность рабочего дня. Трудовой договор. Трудовой стаж.
61			Список документов для оформления на работу.	1	Документы для трудоустройства. Заполнение заявления о приеме на работу.
62			Трудовая книжка	1	П.Р.: «Трудовая книжка. Изучаем документ»
63			Стиль в одежде	1	Деловой стиль одежды. В чем пойти на собеседование. Характеристика цвета одежды для собеседования
64			Мой выбор после 10 класса	1	Адаптационные тренинги. Профессии в сфере обслуживания.
65			Трудовые споры	1	Конфликтные ситуации, возникающие между сотрудником и работодателем. Причины трудовых споров
66			Анализ различных ситуаций	1	П.Р.: «Решение трудовых ситуаций»

Список литературы

1. Программно-методическое обеспечение для 10-12 классов с углубленной трудовой подготовкой в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. Пособие для учителя. Под редакцией А.М. Щербаковой, Н.М. Платоновой. – Москва, 2015.
2. Подготовка младшего обслуживающего персонала: Учебник для 8 класса Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Пособие для учителей/ Под. ред.А.М. Щербаковой. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003.

3. Социально - бытовая ориентировка. Учебное пособие. 9 класс. Для специальной (коррекционной) школы VIII вида-М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. – 78с.: ил.- (Коррекционная педагогика). Субчева В.П.
4. Уют и комфорт вашего дома. / Сост. Лонтковская Р.А. Харьков «Фолио». 2004 г.
5. Соловьёв С.С. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека: Учебно-методическое пособие для 5-11 классов М., «Дрофа» 2005
6. Энциклопедия для девушек и юношей. М., «Олма - пресс». 2000
7. Этикет. – М: Рольф, Айрис – пресс, 1999. – 272 с., с ил. – (Энциклопедии).
8. Монастырская кухня / Максим Сырников, Олег Робинов. ЭКСМО, 2021