

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВЕЛИЖАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
626032, Тюменская область, Нижнетуринский район, село Искра, улица Береговая, 1
тел: (34533) 46-1-24, 46-2-56
факс 46-256 E-mail: vsosh08@mail.ru

Рассмотрено:
на заседании ЦМО

протокол № 4 от «30» 08 2022г.

Руководитель ЦМО

Согласовано:
Заместитель директора по
УВР МАОУ «Велижанская
СОШ

« 11 » 08 2022г.

Утверждено:
Директор
МАОУ «Велижанская
СОШ»
И.В. Ватанова
« 11 » 08 2022г.



Адаптированная рабочая программа
по социально – бытовой ориентировке
9 класса,
для учащихся с умственной отсталостью
филиала МАОУ «Велижанская СОШ» - «СОШ п. Чугунново»
на 2022 – 2023 учебный год

Учитель: Бахтеева М.Ш.,
первая квалификационная категория

п.Чугунново 2022г

Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе

Личная гигиена.

Учащиеся должны иметь представление о

- необходимости поддержания физического здоровья;
- современных спортивных увлечениях: фитнесе, шейпинге и др.
- вреде курения для курящих и окружающих о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки.

Обучающиеся должны знать:

- о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.

Обучающиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам, в меру пользоваться косметикой.

Одежда и обувь.

Учащиеся должны иметь представление о

- стиле одежды и моде
- средства выражения индивидуальности
- воздействию средств для выведения пятен на различных видах тканей.

Обучающиеся должны знать:

- размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы обновления одежды с помощью мелких деталей, средства для выведения пятен в домашних условиях.

Обучающиеся должны уметь:

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером, определять стиль одежды, пользоваться журналом мод, выводить пятна различными способами и средствами.

Питание.

Учащиеся должны иметь представление о

- диетическом питании

Обучающиеся должны знать:

- способы приготовления национальных блюд, виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени, правила сервировки стола, меню ребёнка ясельного возраста.

Обучающиеся должны уметь:

- приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье, нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп, заготовит ягоды без тепловой обработки, записать рецепт соления, варенья, консервирования, готовить отдельные диетические блюда.

Семья.

Учащиеся должны иметь представление о

- порядок и условия заключения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье.
- морально-этических нормах взаимоотношений в семье, обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях

Обучающиеся должны знать:

- порядок заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и семейного отдыха.

Обучающиеся должны уметь

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей, нормы и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по квартире, правила приёма гостей.

Обучающиеся должны уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома, выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев, встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма гостей, соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.

Жилище.

Обучающиеся должны знать:

- правила расстановки мебели в квартире, правила сохранения жилищного фонда.

Обучающиеся должны уметь:

- расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.

Транспорт.

Обучающиеся должны знать:

- основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолёт.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой, выполнять правила безопасности при полёте на самолёте.

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- 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

Обучающиеся должны уметь:

- выбрать месторасположения нужных товаров, выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.), количества, цены.

Средства связи.

Обучающиеся должны знать:

- современные виды связи
- виды денежных переводов, их стоимость.

Обучающиеся должны уметь:

- заполнять бланки почтового и телеграфного переводов;
- оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг

Медицинская помощь.

Учащиеся должны иметь представление о

- кишечных инфекционных заболеваний, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций.

Обучающиеся должны знать:

- меры по предупреждению инфекционных заболеваний, правила ухода за больными, условия освобождения от работы.

Обучающиеся должны уметь:

-одевать, умывать, кормить больного, измерять температуру, ставить горчичники, перестилать постель лежачего больного.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся должны знать:

- 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, правила пользования слугами предприятий бытового обслуживания.

Обучающиеся должны уметь:

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам бытового обслуживания., бытового обслуживания.

Экономика домашнего хозяйства.

Обучающиеся должны знать:

- 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:

Обучающиеся должны уметь:

- подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.; подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели 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.

Профориентация и трудоустройство

Обучающиеся должны знать:

- отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии, учреждения и отделы по трудоустройству, местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе, виды документов, необходимых для поступления на работу, правила перехода на другую работу, перечень основных деловых бумаг и требованиям к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

- соотносить выбранную профессию со своими возможностями, заполнять анкету, писать анкету, автобиографию, составлять заявки на материалы, инструменты, писать расписку, докладную записку обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.

Содержание программы

1. Личная гигиена 1ч

Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека.

2. Одежда и обувь 3ч

Стиль одежды, мода, обновление одежды. Внешний вид молодого человека средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Техника безопасности при использовании средствами для выведения пятен.

Практическая работа №1 «Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви.

Практическая работа №2 «Выведение пятен»

3. Питание. 4ч

Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.

Практическая работа №3 «Приготовление национальных блюд»

Практическая работа №4 « Составление меню праздничного стола»

Практическая работа №5 «Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд»

4. Семья. 1ч

Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье.

5. Культура поведения. 2ч

Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Приём гостей.

6. Жилище. 3ч

Рациональная обстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.

Практическая работа №6 «Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера»

7. Транспорт. 2ч

Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.

8. Торговля. 2ч

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Комиссионные магазины, торговля уценёнными товарами, скупка вещей у населения. Ярмарки. Их виды, время и место проведения.

9. Средства связи. 3ч

Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет. Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные) Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.

Практическая работа №7 «Заполнение бланков денежных переводов»

Практическая работа №8 «Заполнение квитанции по оплате телефонных услуг»

10. Медицинская помощь. 4ч

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больными.

Листок нетрудоспособности.

Практическая работа №9 «Уход за больными :переодеть, умыть, накормить больного (взрослого ребёнка), измерять температуру, наложить горчичники(на куклу), сменить постель лежачего больного.»

Практическая работа №10 « Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций(лист вкладыш) к лекарствам»

11. Учреждения, организации, предприятия. 1ч

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно – бытовые мастерские, пункты и т.п)

12. Экономика домашнего хозяйства. 4ч

Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды). Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.

Практическая работа №11 «Упражнения в подсчёте расходов на удовлетворение культурных потребностей, упражнения в расчётах рационального ведения домашнего хозяйства»

Экскурсия в сберкасса

13. Профориентация и трудоустройство. 4ч

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги(заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.

Практическая работа №12 «Составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки, заполнение анкеты»

Практическая работа №13 «Определение качества личности необходимых для выбранной профессии»

Экскурсия в учреждении е и отделы по трудоустройству.

Учебно – тематический план

Количество часов по учебно – тематическому плану – 34 часа

Количество контрольных работ – 4

Количество практических работ – 13

№	Наименование раздела	Количество часов	Контрольные работы	Практические работы
1	Личная гигиена	1		
2	Одежда и обувь	3		№1,2
3	Питание	4	1	№3,4,5
4	Семья	1		
5	Культура поведения	2		
6	Жилище	3	1	№6
7	Транспорт	2		
8	Торговля	2		
9	Средства связи	3		№7,8
10	Медицинская помощь	4	1	№9,10
11	Учреждения, организации, предприятия	1		
12	Экономика домашнего хозяйства	4		№11
13	Профориентация и трудоустройство	4	1	№12,13
	Итого	34	4	13

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890877

Владелец Ваганова Надежда Васильевна

Действителен с 08.05.2024 по 08.05.2025