

**Министерство образования Ставропольского края
государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа – интернат № 2»**

РАССМОТРЕНО:
на педагогическом Совете
ГКОУ «Специальная
(коррекционная)
общеобразовательная
школа – интернат № 2»
Протокол № 3
от «28» декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ::

Директор ГКОУ

«Специальная»

(коррекционная)

общеобразовательная

школа – интернат № 2»

А.А. Котова А.А. Котова

от «28» декабря 2022 г.



**Адаптированная основная общеобразовательная программа
по предмету «Социально-бытовая адаптация» для обучающихся с
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Срок обучения: 1 год (группа проф. обучения)

Количество учебных недель: 34

**станция Барсуковская
Кочубеевский муниципальный округ
Ставропольского края
2022 г.**

**Министерство образования Ставропольского края
государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа – интернат № 2»**

РАССМОТРЕНО:
на педагогическом Совете
ГКОУ «Специальная
(коррекционная)
общеобразовательная
школа – интернат № 2»
Протокол № 3
от «28» декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ::
Директор ГКОУ
«Специальная»
(коррекционная)
общеобразовательная
школа – интернат № 2»
_____ А.А. Котова
от «28» декабря 2022 г.

**Адаптированная основная общеобразовательная программа
по предмету «Социально-бытовая адаптация» для обучающихся с
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Срок обучения: 1 год (группа проф. обучения)

Количество учебных недель: 34

**станция Барсуковская
Кочубеевский муниципальный округ
Ставропольского края
2022 г.**

Пояснительная записка.

Адаптированная общеобразовательная программа по дисциплине **«Социально-бытовая адаптация»** разработана для обучения лиц с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей и является частью программы профессиональной подготовки по профессии 18104 «Садовод».

Программа разработана на основе требований Профессионального стандарта, утвержденного Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от «4» августа 2014г. №527н.

Нормативно-правовую основу разработки адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки рабочих по профессии 18104 Садовод составляют:

Конституция Российской Федерации;

Федеральный закон от 24.11.1995 г. № 181-ФЗ "О социальной защите инвалидов в РФ», с изменениями от 24.07.2009 г;

Федеральный закон от 3.05. 2012 года № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов»;

Государственная программа РФ "Доступная среда", утвержденная постановлением Правительства РФ от 21.11.2019 N 1480, от 28.12.2019N 1932;

Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минобрнауки РФ от 18 апреля 2013 г. № 292 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

Приказ Минобрнауки России от 02.07.2013 г. № 513 «Об утверждении перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 апреля 2013 года № 292 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 2 июля 2013 года № 513 «Об утверждении перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.04. 2015 г. № 06-443 «Методические рекомендации по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования»;

Письмо Минобрнауки РФ от 03.18.2014 г. № 06-281«Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса»;

«Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 13.06.2017г. № 486н «Об утверждении Порядка разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или реабилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации или реабилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, и их форм»;

Письмо Министерства образования и науки России от 18.03.2014 г. № 06281 – Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащённости образовательного процесса;

Приказ Росархива от 20.12.2019 N 236 "Об утверждении Перечня типовых управленческих архивных документов, образующихся в процессе деятельности государственных органов, органов местного самоуправления и организаций, с указанием сроков их хранения" (Зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2020 N 57449);

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 декабря 2017 года № 06-1793 «О методических рекомендациях по организации прохождения обучающимися профессионального обучения одновременно с получением среднего общего образования, в том числе, с использованием инфраструктуры профессиональных образовательных организаций».

Постановление Минтруда РФ от 10.11.1992 N 31 (ред. от 24.11.2008) «Об утверждении тарифно-квалификационных характеристик по общеотраслевым профессиям рабочих»;

Общероссийский классификатор профессий рабочих, должностей служащих и тарифных разрядов (ОКПДТР) ОК 016-94 (постановление Госстандарта РФ от 26 декабря 1994 г. № 367).

Устав государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 2».

Учебный план ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 2» на учебный год.

Овладение знаниями и умениями в данной предметной области является необходимым условием успешной социализации обучающихся, формированием у них жизненных компетенций.

Основная цель курса социально–бытовой адаптации: 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 обучающихся.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного подхода к обучающимся, делает акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Программа актуальна, т.к. интеграция лиц с нарушениями развития в общество нормально развивающихся сверстников и взрослых по праву является высшей ступенью социально-трудовой и профессиональной адаптации.

Цель предмета - практическая подготовка обучающихся с недостатками в умственном и физическом развитии к самостоятельной жизни (труду) и приспособление к жизни в условиях социальной среды, практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

Задачи предмета:

1.Обучающие:

- Овладение обучающимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками, достаточными для самообслуживания, помощи семье, ориентации в социуме и в быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

- Обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных предметов.

2.Развивающие:

- Развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации.

- Развитие логического мышления, памяти, словарного запаса, умения слушать, наблюдать, обобщать, делать выводы.

3.Воспитывающие:

- Воспитание положительного отношения к трудовой деятельности

- Воспитание волевых качеств, высших нравственных чувств, веры в свои силы и возможности.
- Формирование социально принятых норм поведения.
- 4.Коррекционные:
 - Коррекция недостатков психофизического развития (памяти, внимания, мышления, поведения, познавательной деятельности).

Общая характеристика учебного предмета.

Уроки социально-бытовой адаптации создают богатейшие возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы обучающихся, т.к. организация практических занятий, экскурсий демонстрируют образцы поведения человека в труде, учат навыкам общения.

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

Целью данной программы является развитие социальной компетенции у детей с особыми образовательными потребностями в условиях школы - интерната. Данная цель достигается посредством организации аудиторной и самостоятельной работы обучающихся, а также посредством осуществления практических работ и экскурсий. Задачи курса: формирование у воспитанников коррекционной школы – интерната навыков самостоятельной жизни; освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков; развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности. В результате обучения предложенной программе у обучающихся будут сформированы следующие компетенции: социальная, бытовая и коммуникативная. Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на интерактивных формах усвоения учебного содержания, а также использование примеров и ситуаций из опыта знакомых детям героев литературных произведений, учителей и воспитателей, и самостоятельной работы, ориентированной на включение освоенного теоретического материала в реальную практику для решения конкретных проблем в повседневной жизни. Процесс усвоения программы фиксируется в процессе проведения сюжетно – ролевых игр, экскурсий, обучающих уроков, практических работ.

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).

обучающиеся должны знать:

правила ухода за кожей лица, шеи, ног, волосами;
санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными

принадлежностями;
санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями;

способы ухода за меховой одеждой;
способы ухода за замшевой обувью;
правила подбора одежды и обуви;
порядок сдачи и получения вещей в ателье и в химчистке;
стоимость услуг;
санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни;
правила техники безопасности при работе с электроприборами;
средства и способы борьбы с вредными насекомыми;
понятие «косметический ремонт»;
рецепты и способы приготовления вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующего гарнира к ним;
рецепты и способы выпекания булочек, печенья, вафель;
правила консервирования фруктов;
правила приема гостей и поведение в гостях;
состав семьи;
обязанности детей по отношению к родителям;
статьи Закона о семье;
льготы молодым семьям;
оказание помощи государства в случае потери кормильца
источники семейного бюджета;
необходимые ежемесячные платежи;
назначение сбережений;
виды вкладов, их преимущества и недостатки;
порядок оформления вкладов в Сбербанке.
отделы рынка;
выбор продуктов;
отличие рыночной торговли от магазинной (торг);
способ определения правильности отпуска товара и подсчет стоимости
причины возникновения инфекционных заболеваний;
значение прививок;
метод санобработки;
порядок получения заказа наложенным платежом;
порядок оформления заказа на покупку товара по почте;
пункты продажи сим - карт;
порядок приобретения билета на автовокзале;
правила ведения разговора с работодателем;
права и обязанности работника в соответствии с ТК РФ;
перечень документов;
правила соблюдения трудовой дисциплины.

обучающиеся должны уметь:

ухаживать за кожей лица, шеи, ног, волосами;
ухаживать за ногтями;
бриться;
ухаживать за меховой и кожаной одеждой;
чистить замшевую обувь;
выбирать одежду и обувь при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба;
сдавать вещи в химчистку
пользоваться электроприборами;

производить уборку кухни;
правила техники безопасности при работе с электроприборами;
подбирать материал для косметического ремонта;
готовить вторые блюда;
выпекать булочки, печенье, вафли;
консервировать фрукты;
выполнять правила приема гостей и поведения в гостях;
планировать семейный бюджет;
выбирать продукты;
следить за правильностью отпуска товара и подсчет его стоимости;
культурно обращаться с работниками торговли;
получать информацию о кредите, скидках.
ухаживать за больным в домашних условиях; производить санобработку помещений;
заполнять необходимые бланки;
пользоваться мобильным телефоном;
оплачивать услуги;
ориентироваться в расписании автобусов;
производить покупку билетов;
писать заявления о приеме на работу, увольнения с работы;
пользоваться ТК РФ;
обращаться в кадровую службу;
подбирать одежду и прическу в зависимости от ситуации;
отстаивать свои права.

Обучающиеся должны знать и уметь:

правила ухода за кожей лица, шеи, ног, волосами;
способы ухода за одеждой;
способы ухода за обувью;
правила техники безопасности при работе с электроприборами;
производить уборку кухни;
выполнять правила приема гостей и поведения в гостях;
ухаживать за больным в домашних условиях;
производить санобработку помещений.;
производить покупку билетов;
знать состав семьи.

Содержание учебного материала

Личная гигиена

Уход за кожей лица, шеи, ног, волосами.

Уход за ногтями. Маникюр Принадлежности для маникюра. Санитарно-гигиенические требования к выполнению маникюра.

Бритье. Принадлежности для бритья. Санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.

Одежда и обувь

Мода. Стиль. Назначение одежды. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от имеющегося гардероба. Индивидуальность в одежде.

Виды меховой одежды. Уход за одеждой из меха и кожи. Ее хранение.

Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью. Покупка постельного белья, колготок, перчаток.

Служба быта

Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. Порядок сдачи и получения вещей. Химчистка. Вещи, подлежащие химчистке. Порядок сдачи и получения вещей в химчистке. Стоимость услуг.

Жилище

Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни. Средства для уборки кухни. Кухонные электроприборы (миксер, комбайн, электроплита, электрочайник, тостер). Их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при их использовании. Косметический ремонт в квартире.

Борьба с вредными насекомыми. Средства для борьбы с вредными насекомыми. Меры безопасности при их использовании.

Питание

Вторые блюда. Их разнообразие. Калорийность 2-х блюд. Гарнир ко вторым блюдам. Приготовление котлет и гарнира к ним.

Приготовление жаркого. Блюда из рыбы. Подготовка рыбы к использованию. Разнообразие рыбных блюд.

Выпечка. Значение мучных изделий. Дрожжевое тесто. Выпечка булочек.

Песочное тесто. Выпечка песочного печенья. Оформление изделий. Правила консервирования фруктов.

Культура общения

Прием гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приему гостей: угощение, развлекательная программа, танцы, игры. Встреча гостей. Правила приема. Проводы гостей. Уборка квартиры.

Ты идешь в гости. Подготовка: выбор праздничной одежды, приобретение сувенира, цветов. Выбор и покупка подарка на день рождения, свадьбу, Новый год, новоселье. Правила поведения в гостях.

Семья

Состав семьи. Отношения между членами семьи. Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи. Закон о семье. Льготы молодым семьям. Трудовое законодательство для родителей. Одинокие матери. Потеря кормильцев. Опекунство над несовершеннолетними.

Бюджет

Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи расходов на месяц. Тетрадь прихода и расходования средств.

Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в банке. Виды вкладов, их преимущества и недостатки.

Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами. Выбор продуктов. Подсчет стоимости покупки. Рынки сельскохозяйственной продукции. Отделы рынка. Отличие рыночной торговли от магазинной (торг). Определение правильности отпуска товара. Покупка в кредит.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания (грипп, ветряная оспа, корь, желудочные инфекции). Причины возникновения. Профилактические меры. Значение прививок. Понятие об иммунитете.

Уход за больным дома. Меры предосторожности. Значение дезинфекции. Методы санобработки в квартире. Аптека. Ее назначение. Покупка лекарств.

Средства связи

Оформление заказа на покупку товара на почте. Получение заказа наложенным платежом. Мобильная связь (сотовая).

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Культура общения пассажиров.

Трудоустройство

Трудовой кодекс Российской Федерации (ТКРФ). Работодатель и соискатель. Права и обязанности сторон. Автобиография. Прием и увольнение. Трудовая дисциплина. Закон занятости населения в РФ. Имидж. Одежда и прическа соискателя рабочего места. Молодежный и деловой стиль в одежде.

Используемый интернет - ресурс:

1. Социально-бытовая адаптация (<https://rcbutovo.mos.ru/legislation/rehabilitation-and-habilitation/social-adaptation/>)

2. Социально-бытовая адаптация к самостоятельной жизни через реализацию направления "Моя семья" (<https://uchitelya.com/pedagogika/162534-socialno-bytovaya-adaptaciya-k-samostoyatelnoy-zhizni-cherez.html>)

3. Методические рекомендации по технологии социально-бытовой адаптации на модели жилого помещения (https://aupam.ru/pages/sozial/metodicheskie_rekomendacii_po_tekhnologii_socialnobitovoyj_aptacii_invalidov/oglavlenie.html)

4. Учебное пособие по предмету "Социально-бытовая ориентировка" для 10 класса (<https://intolimp.org/publication/uchebnoie-posobiie-po-priedmietu-sotsial-no-bytovaia-orientirovka-dlia-10-klas.html>)

5. Рабочая программа учебного предмета «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ АДАПТАЦИЯ» (адаптированная для обучающихся с умственной отсталостью) http://acschool37.ucoz.ru/files/2016/desat/sbo_10-11_klass.pdf

**Тематический план и содержание учебной дисциплины
«Социально-бытовая адаптация»**

№ п/п	Содержание материала	Кол-во часов	Виды деятельности	Дата
1	Вводный урок по правилам т/б	1	Работа с инструкциями	
Личная гигиена				
2	Уход за кожей лица, шеи, ног, волосами.	1	Работа с инструкциями	
3	Уход за ногтями. Маникюр Принадлежности для маникюра. Санитарно-гигиенические требования к выполнению маникюра.	1	Практическая работа	
4	Бритье. Принадлежности для бритья. Санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.	1	Практическая работа	
Одежда и обувь				
5	Мода. Стилль. Назначение одежды. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от имеющегося гардероба. Индивидуальность в одежде.	1	Работа с журналами мод	
6	Виды меховой одежды. Уход за одеждой из меха и кожи. Ее хранение.	1	Практическая работа	
7	Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. Порядок сдачи и получения вещей. Химчистка. Вещи, подлежащие химчистке. Порядок сдачи и получения вещей в химчистке. Стоимость услуг	1	Работа с инструкциями	
8	Покупка постельного белья, колготок, перчаток	1	Работа с инструкциями	
9	Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью.	1	Практическая работа	
Жилище				
10	Мебель, оборудование, интерьер кухни.	1	Практическая работа	
11	Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни.	1	Практическая работа	
12	Уборка кухни. Средства для	1	Практическая работа	

	уборки кухни.			
13	Кухонные электроприборы (миксер, комбайн, электроплита, электрочайник, тостер).	1	Работа с инструкциями	
14	Их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при их использовании.	1	Работа с инструкциями	
15	Косметический ремонт в квартире.	1	Практическая работа	
16	Борьба с вредными насекомыми. Средства для борьбы с вредными насекомыми. Меры безопасности при их использовании	1	Практическая работа	
Питание				
17	Вторые блюда. Их разнообразие. Калорийность 2-х блюд. Гарнир ко вторым блюдам. Приготовление котлет и гарнира. Приготовление жаркого.	1	Практическая работа	
18	Блюда из рыбы. Подготовка рыбы к использованию. Разнообразие рыбных блюд.	1	Практическая работа	
19	Выпечка. Значение мучных изделий. Виды теста. Песочное тесто. Выпечка бисквита. Оформление изделий.	1	Практическая работа	
20	Правила консервирования фруктов	1	Практическая работа	
Культура поведения				
21	Прием гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приему гостей: угощение, развлекательная программа, танцы, игры.	1	Практическая работа	
22	Встреча гостей. Правила приема. Проводы гостей. Уборка квартиры.	1	Практическая работа	
23	Ты идешь в гости. Подготовка: выбор праздничной одежды, приобретение сувенира, цветов.	1	Практическая работа	

24	Выбор и покупка подарка на день рождения, свадьбу, Новый год, новоселье. Правила поведения в гостях	1	Практическая работа	
Семья				
25	Состав семьи. Отношения между членами семьи.	1		
26	Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи.	1	Практическая работа	
27	Закон о семье. Льготы молодым семьям. Трудовое законодательство для родителей. Одинокие матери. Потеря кормильцев. Опека над несовершеннолетними.	1	Практическая работа	
Бюджет				
28	Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи расходов на месяц. Тетрадь прихода и расходования средств. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в банке. Виды вкладов, их преимущества и недостатки.	1	Работа с инструкциями	
Медицинская помощь				
29	Инфекционные заболевания (грипп, ветряная оспа, корь, желудочные инфекции). Причины возникновения. Профилактические меры. Аптека. Ее назначение. Покупка лекарств.	1	Практическая работа	
30	Средства связи. Оформление заказа на покупку товара на почте. Получение заказа наложенным платежом. Мобильная связь (сотовая).	1	Работа с инструкциями	
Транспорт				

31	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Культура общения пассажиров.	1	Работа с инструкциями Практическая работа	
Учреждения и организации.				
32	Налоговая инспекция, ЖКХ, их функции, местонахождение, порядок обращения.	1	Практическая работа	
Трудоустройство				
33	Трудовой кодекс Российской Федерации (ТКРФ). Работодатель и соискатель. Права и обязанности сторон. Автобиография. Прием и увольнение. Трудовая дисциплина. Закон занятости населения в РФ.	1	Работа с инструкциями Практическая работа	
34	Имидж. Одежда и прическа соискателя рабочего места. Молодежный и деловой стиль в одежде.	1	Практическая работа	

Согласовано:
Удовенко С.В.

Зам. директора по УВР: _____
« » _____ 20__ г.