

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Ревякинская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО

Данилова Л..Л.
Протокол №1
от «9» Сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель по УВР

Верхозина Т.С.
«12» сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ ИРМО
"Ревякинская СОШ"

Шилинскас Г.В.
№84 от «14» сентября
2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся с легкой умственной отсталостью
5-6 класс**

д. Ревякина
2023г

I. Пояснительная записка

Программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» предназначена для обучающихся 5-6 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ФГОС, МОУ ИРМО «Ревякинская СОШ»
- Учебный план МОУ ИРМО «Ревякинская СОШ» на 2020-2021 учебный год
- «Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида Воронковой В.В.. ВЛАДОС, 2012 год;

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 данной программы:

- формирование у них знаний и умений, способствующих социальной и психологической адаптации;
- повышение общего уровня развития учащихся;
- помощь учащимся в осознании того, что главная ценность жизни есть здоровье человека, за которое он отвечает сам;
- формирование у учащихся полового самосознания как основы культурного поведения;
- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения;
- помощь учащимся в осознанном выборе профессии;
- помощь учащимся в овладении нормами правильного поведения в природной среде.

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

II. Общая характеристика учебного предмета

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- * практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- * применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- * применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета СБО в школе обеспечивает работу:

- * коррекционно – обучающую;
- * коррекционно – развивающую;

* коррекционно – воспитательную;

воспитание положительных качеств личности;

развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения:

разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез. Занятия должны проводиться в кабинете СБО, который приспособлен и имеет всё необходимое оборудование для реализации данной программы.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

III. Описание места предмета в учебном плане

Учебный предмет « Социально-бытовая ориентировка» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю в 5 классе – 1 час, в 6 классе – 1 час, общее количество часов – 34 ч.

Программа «Социально-бытовая ориентировка» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

– личности.

IV. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения предмета «Социально-бытовая ориентировка» являются:

знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;

осознание своей национальности;

уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;

принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;

определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;

сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;

умение устанавливать личностный смысл;

понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;

умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;

уважительное отношение к чужому мнению.

Предметными результатами освоения предмета «Социально-бытовая ориентировка» являются:

знание и соблюдение правил личной гигиены;

соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;

соблюдение правил поведения в общественных местах;

соблюдение правил техники безопасности;

соблюдение правил дорожного движения;

знание видов и назначения одежды и обуви;

знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;

знание и соблюдение правил поведения в магазине;

знание назначения посуды и столовых приборов;

умение заваривания чая;

сервировка стола к завтраку.

В результате освоения предмета «Социально-бытовая ориентировка» в **5, 6 классе обучающихся должны:**

знать:

последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;

виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;

санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;

различные меню завтрака;

правила поведения за столом;

правила поведения при встрече и расставании;

почтовый адрес своего дома и школы-интерната;

наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;

виды магазинов и их назначение.

уметь:

совершать утренний туалет;

подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;

накрывать стол с учетом конкретного меню;

тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

обучающиеся должны уметь писать адреса на почтовых открытках;

соблюдать правила дорожного движения;

соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

соблюдать правила поведения в магазине;

оплачивать покупку;

выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню.

владеть:

совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;

соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач;

соблюдать правила поведения в общественных местах;

производить сухую и влажную уборку помещений;

строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;

распределять кухонные принадлежности по назначению;
использовать предметы для сервировки стола к завтраку;
правильно заваривать чай;
пользоваться нагревательными приборами;
правильно сидеть за столом;
пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
соблюдать правила поведения в транспорте и на улице (правила посадки, поведения в салоне и при выходе из транспорта);
культурно вести себя с работниками торговли;
соблюдать правила поведения в магазине;
приготавливать бутерброды;
приготавливать вторые блюда из вареных овощей;
различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
подбирать одежду и головные уборы по сезону, в зависимости от назначения;
сушить и чистить одежду и обувь;
подготавливать одежду и обувь к хранению.

Минимальный уровень:

представления о разных группах продуктов питания;
знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
понимание их значения для здорового образа жизни человека;
приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;
составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.

V. Содержание учебного предмета

Вводное занятие (1 ч.)

Беседа о цели, содержании и значении предмета социально- бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом и правилами поведения в нём. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

Личная гигиена (6 ч.)

Тематика

1. Личная гигиена
2. уход за волосами (мытьё, причёска).
3. Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

Практические работы.

Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос

Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей.

Учащиеся должны иметь представление о: о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- периодичность и правила чистки зубов;
- периодичность и правила чистки ушей ;
- периодичность мытьё головы;
- правила освещения помещения
- правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять утренний туалет;
- совершать вечерний туалет в определенной последовательности
- причёсывать волосы и выбирать причёску

Одежда и обувь (10 ч.)

Тематика

1. Виды одежды и головных уборов.
2. Уход за одеждой.
3. обувь, уход за обувью

Практические работы

Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Учащиеся должны иметь представление

- почему они должны содержать в чистоте одежду и обувь.
- Как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды одежды и обуви
- правила ухода за одеждой и обувью

Учащиеся должны уметь:

- подбирать одежду, головные уборы и обувь по сезону;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная)
- сушить мокрую одежду;
- чистить одежду;
- подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- чистить замшевую и текстильную обувь;
- сушить мокрую обувь;
- подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;

Питание (16 ч.)

Тематика

1. продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т.д.) значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека.
2. место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой.
3. приготовления завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.

4. яйца отварные, яичница и омлет.
5. приготовление салата, винегрета.
6. заваривание чая.
7. сервировка стола к завтраку.

Практические работы

Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, отваривание яиц, заваривание чая. Чистка и мытьё кухонных принадлежностей. Сервировка стола к завтраку.

Учащиеся должны иметь представление о

- значении продуктов питания для здоровья человека;
- витаминах, содержащихся в основных продуктах питания

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды бутербродов;
- различные меню завтрака;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- правила сервировки стола к завтраку;
- правила заваривания чая;
- названия кухонных принадлежностей и посуды;
- правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником
- санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой

Учащиеся должны уметь:

- резать ножом продукты для бутербродов;
- отваривать яйца, жарить яичницу и омлет;
- нарезать варёные овощи кубиками и соломкой;
- накрывать на стол с учётом конкретного меню;
- мыть и чистить нужные кухонные принадлежности и посуду;
- пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

Культура поведения (4 ч.)

Тематика

1. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.
2. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.
3. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.
4. Разговор со старшими и сверстниками.
5. Правила поведения за столом.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя
- правила поведения при встрече и расставании
- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения за столом;

Учащиеся должны уметь:

- следить за своей осанкой;
- принимать правильную позу в положении сидя и стоя
- следить за своей походкой и жестикуляцией
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками
- правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу)

Жилище (10 ч.)

Тематика

1. Виды жилых помещений в городе и деревне.

2. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления.

3. Почтовый адрес дома и школы-интерната.

Практические работы.

Заполнение почтового адреса на открытках.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды жилых помещений в городе и деревне, их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната

Учащиеся должны уметь:

- писать адрес на почтовых открытках.

Транспорт (4 ч.)

Тематика

1. Наземный городской транспорт.
2. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта)
3. Поведение в транспорте, поведение на улице.
4. Правила дорожного движения.
5. Знаки дорожного движения.

ЭКСКУРСИИ. Коллективные поездки в транспорте.

Практическая работа:

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- варианты проезда до школы различными видами транспорта: количество времени, затрачиваемого на поездку, пересадки, пешеходный маршрут;
- правила передвижения на велосипеде;

Учащиеся должны уметь:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе, на улице);
- соблюдать правила дорожного движения;

Торговля (4 ч.)

Тематика

1. Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, универмаги, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение.

2. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

Экскурсии. Экскурсия в продовольственный магазин.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные виды магазинов, их назначение;
- виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;
- стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню
- оплачивать покупку;
- соблюдать правила поведения в магазине.

VI. Тематическое планирование

5 класс

№	Тема	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	«Введение»	1	Слушание объяснений учителя. Слушание и анализ

			<p>выступлений своих товарищей. Самостоятельная работа с текстом. Работа с научно-популярной литературой. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Просмотр учебных фильмов. Анализ графиков, таблиц, схем. Объяснение наблюдаемых явлений. Изучение устройства приборов. Анализ проблемных ситуаций. Работа с раздаточным материалом. Сбор и классификация коллекционного материала. Постановка опытов для демонстрации классу. Выполнение работ практикума. Формулировка цели работы с книгой, текстом. Мотивация работы. Определение форм, приемов работы, наиболее соответствующих поставленной цели и мотиву деятельности. Прогнозирование в той или иной степени результатов выполненной работы. Выделение в тексте основных положений, идей. Изучение материала в соответствии с планом. Анализ получаемых результатов и хода деятельности. Оформление результатов работы. Практические работы Лабораторные работы</p>
2	«Личная гигиена»	3	
3	«Одежда и обувь»	3	
4	«Питание»	12	
5	«Культура поведения»	4	
6	«Жилище»	3	
7	«Транспорт»	5	
8	«Торговля»	4	

6 класс

№	Тема	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	«Введение»	1	<p>Слушание объяснений учителя. Слушание и анализ выступлений своих товарищей. Самостоятельная работа с текстом. Работа с научно-популярной литературой. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Просмотр учебных фильмов. Анализ графиков, таблиц, схем. Объяснение наблюдаемых явлений. Изучение устройства приборов. Анализ проблемных ситуаций. Работа с раздаточным материалом. Сбор и классификация коллекционного материала. Постановка опытов для демонстрации классу. Выполнение работ практикума. Формулировка цели работы с книгой, текстом. Мотивация работы. Определение форм, приемов работы, наиболее соответствующих поставленной цели и мотиву деятельности. Прогнозирование в той или иной степени результатов выполненной работы. Выделение в тексте основных положений, идей. Изучение</p>
2	«Личная гигиена»	6	
3	«Одежда и обувь»	10	
4	«Питание»	16	
5	«Культура поведения»	4	
6	«Жилище»	10	
7	«Транспорт»	4	
8	«Торговля»	4	
9	«Семья»	2	

10	«Медицинская помощь»	6	материала в соответствии с планом. Анализ получаемых результатов и хода деятельности.
11	«Средства связи»	4	Оформление результатов работы. Практические работы
12	«Учреждения и организации»	4	Лабораторные работы

VII. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Учебные пособия для обучающихся:

1. Карточки-задания
2. Тесты
3. Перфокарты.
4. Кроссворды

Литература

Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе /Под ред. В. В. Воронковой. – М.: Школа-Пресс, 1994. – С. 182-197.

1. Словарь психолога-практика / Сост. С.Ю. Головин. – Минск, 2000. – С.462.
2. В.В.Воронкова, С.А.Казакова «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2011г.
4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. – 192 с. – (Коррекционная школа).
5. 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).
6. Лихачева Л.С. Уроки этикета: в рассказах, картинках и задачках/ Рисунки Бартова А. – Екатеринбург: СреднеУральское книжное издательство; Уральское издательство, 2000. – 320с.: ил.

Печатные пособия

Таблицы в соответствии с программой обучения. Плакаты по основным темам. Иллюстрированные материалы (альбомы, комплекты).

Компьютерные и информационно-коммуникативные средства

Технические средства обучения

Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц.

Магнитная доска. Мультимедийный проектор.

Экранно-звуковые пособия

Видеофрагменты и другие информационные объекты, отражающие темы уроков.

Видеофильмы соответствующего содержания.

Слайды соответствующего содержания.

Мультимедийные образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

Оборудование класса

Ученические столы двухместные с комплектом стульев.

Стол учительский с тумбой

Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий.

Настенные доски.

Подставки для книг, держатели схем и таблиц