

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Кормиловского муниципального района
«Алексеевская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено
На заседании МС

Согласовано
Зам. директора по УВР

Утверждаю
Директор школы

Протокол № 6
от «30» 08 2024 г

Адамова М.В

Адамов В.И
Приказ №
от 31.08. 2024 г

Адаптированная общеобразовательная программа по социально-бытовой ориентировке
для детей ОВЗ (легкая умственная отсталость) - 5 класс
Инклюзивное обучение (на дому)

Предмет (курс) – социально-бытовая ориентировка(Коррекционно-развивающая область)
(реализуется в 5 классе)

Количество часов – 1 час в неделю (на дому)

Составлена в соответствии с Примерной рабочей программой. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 21.09. 2021 г

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 – 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» В.И. Романина, Н.П. Павлова). М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2010 год;

- базисного учебного плана специальных классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VI вида (для имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата и умственную отсталость) утвержденных приказов Министерства образования РФ: №29 /2065-п от 10.04.2002г.

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.

Рабочая программа для 5 класса рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю). Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется 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 у детей.

Реализуя разделы курса СБО в учебном процессе, решаются следующие **задачи** воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

Развитие психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На занятиях по СБО уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

Социально-бытовая ориентировка учащихся имеет свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Только комплексная совместная работа учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов. Связь учителя и воспитателя осуществляется на проведении совместных отдельных экскурсий, некоторых итоговых практических занятий, которые могут входить во внеклассные мероприятия. Учитель принимает активное участие в тех внеклассных мероприятиях, которые позволяют закрепить усвоенное на практике, проверить, что и как восприняли ученики на занятиях СБО. Взаимодействие учебной и внеклассной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.

Результативность занятий по СБО обеспечивается при условии – тесной связи учителя и воспитателя с родителями, которые должны оказывать помощь в проведении экскурсий, практических работ.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО ЦИКЛА

Программа раскрывает следующие основные разделы курса СБО:

1. Личная гигиена
2. Одежда и обувь
3. Питание
4. Я и моя будущая семья
5. Культура поведения
6. Жилище
7. Транспорт
8. Торговля

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контроля	Элементы дополнительного содержания

1 четверть- 8 часов

ВВЕДЕНИЕ

1	Цель, содержание и значение предмета СБО.	1		-предмет СБО; -правила поведения на уроках СБО.			
	Соблюдение правил техники безопасности. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.						

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

2	Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.	1		- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека.	<i>Учащиеся должны знать:</i> -последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, -периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, -правила освещения помещения.	Контрольные вопросы: Что такое личная гигиена? Почему необходимо содержать кожу в чистоте? Что такое личные вещи? Зачем надо беречь зрение? Как уберечь свои глаза?	Словарные слова: алкоголь, гигиена зрения, деградация, личные вещи, личная гигиена, моделирование, парикмахер, прическа, токсичность.
3	Уход за волосами (мытье, прическа) Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце и др. Гигиена зрения и слуха. Гигиена	1		Практические работы: -выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос; -выполнение вечернего туалета, чистка ушей. Наглядные материалы и оборудование: плакаты на тему «Личная гигиена», набор расчесок, зеркало, маникюрные ножницы, детский крем, носовой	<i>Учащиеся должны уметь:</i> -совершать утренний и вечерний туалет, — выбирать прическу и причесывать волосы; — стричь ногти на руках, ногах; — стирать индивидуальные		

4.	чтения. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих.	1		платок и т.п.	личные вещи и содержать их в чистоте; — беречь зрение; — корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя.		
----	--	---	--	---------------	---	--	--

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

5	Виды одежды и головных уборов.	1		- сушка и чистка, школьной формы, домашней и верхней одежды, обуви.	<i>Учащиеся должны знать:</i>	Практическая работа.	Словарные слова:
6	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.	1		- сюжетно-ролевые игры и упражнения. Наглядные материалы и оборудование: картинки с разными видами одежды и головных уборов, плакаты по уходу за одеждой и обувью, набор щеток для одежды, вешалки, щетки для обуви, полиэтиленовый пакет, средства от моли.	- виды одежды, обуви и их назначение; - правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных) - правила использования различных чистящих средств по уходу за обувью согласно инструкции ,типу кожи. - сезоны носки.	Контрольные вопросы: для чего нужна одежда? Как ее можно сохранить? Какая бывает обувь? Что надо делать, чтобы она долго носилась?	демисезонная одежда, трикотаж, валяная, замшевая, кожаная, текстильная обувь, полиэтиленовый пакет, средства от моли.
7	Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью	1		- сюжетно-ролевые игры и упражнения. Наглядные материалы и оборудование: картинки с разными видами одежды и головных уборов, плакаты по уходу за одеждой и обувью, набор щеток для одежды, вешалки, щетки для обуви, полиэтиленовый пакет, средства от моли.	<i>Учащиеся должны уметь:</i>		
					- подбирать одежду, головные уборы, обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;		

8	Основные средства по уходу за обувью. Виды кремов, использование их в соответствии с инструкцией и типом кожи Условные - знаковые обозначения принятые в средствах по уходу за обувью.	1			- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; - сушить и чистить одежду; - подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению; - подбирать крем и чистить кожаную обувь; - читать условные обозначения на чистящих средствах; - определять основные фирмы, выпускающие, чистящие и другие средства по уходу за обувью; - подобрать щетки для чистки обуви.		
---	--	---	--	--	--	--	--

2 четверть – 8 ч

ПИТАНИЕ

1	Продукты питания. Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Что такое кулинария. Понятие о пище.	1		-значение продуктов питания для здоровья человека; -о витаминах, содержащихся в основных продуктах питания. Практические работы: - приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы; - сервировка стола к завтраку; - чистка и мытье посуды, кухонных принадлежностей. Наглядные материалы и оборудование:	<i>Учащиеся должны знать:</i> - виды бутербродов; -различные меню завтрака; - санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи; - правила сервировки стола к завтраку -правила заваривания чая; -назначение кухонных принадлежностей и посуды; - правила пользования ножом, плитой, чайником; -санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой. <i>Учащиеся должны уметь:</i>	Контрольные вопросы: Какое значение для человека имеет питание? Что такое рацион питания? Стоимость основных продуктов питания? Какие бывают виды бутербродов? Какие блюда готовят из яиц? Для чего сервируют столы?	Словарные слова: рациональное питание, режим питания, аппетит, витамины, расфасовка, стоимость, кулинария, бутерброд, комбинированный салат, винегрет, морс, окрошка, меню, кухонный инвентарь, эмалированный, алюминиевый, средства для мытья посуды,
2.	Пищевые вещества. Продукты животного и растительного происхождения. Место и условия приготовления	1					

3	пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила безопасности труда и санитарно-гигиенические требования при выполнении работ. Организация рабочего места. Оборудование кухни. Правила пользования и уход за посудой.	1		Таблицы: «Растительные продукты питания», «Животные продукты питания», «Содержание витаминов в продуктах питания», «Сервировка стола», «приготовление бутербродов», посуда, продукты, моющие средства и приспособления для мытья посуды.	- резать ножом продукты; -отваривать яйца, жарить яичницу, омлет; -нарезать вареные овощи кубиками и соломкой; -накрывать на стол с учетом конкретного меню; -мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду; - пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.		сервировка, рецепт.
4	Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.	1					
5.	Яйца отварные, яичница, омлет.						
6.	Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая.	1					
7	Сервировка стола к завтраку.	1					
Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ							
8	Что такое "семья"	3		- значение семьи для	Учащиеся должны знать:	Контрольные	Словарные

				человека; - ролевая игра – ситуативные диалоги;	- членов семьи; - обычаи и традиции семьи; - значение для человека.	вопросы: Зачем человеку семья? Состав семьи? Обычаи и традиции семьи?	слова: Семья, родители, бабушка, дедушка.
3 четверть – 10 ч							
КУЛЬТУРА ПРВЕДЕНИЯ							
1.	Этикет как отражение морали общества. Что такое этикет? Основные требования этикета. Виды этикета.	1		Практические работы: - выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки; - ролевая игра – ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом;	<i>Учащиеся должны знать:</i> -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. <i>Учащиеся должны уметь:</i> - следить за своей осанкой; -принимать правильную позу в положении сидя и стоя; - следить за своей походкой, жестикуляцией; - правильно вести себя при встречи 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 сидеть за столом во время приема пищи	Контрольные вопросы: Зачем надо следить за осанкой? Почему надо соблюдать культуру поведения?	Словарные слова: Осанка, приветствие, вежливые слова, этикет.
2	Характер. Его особенности.	1		- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;			
3	Вредные и полезные привычки	1		- правила поведения при встрече и расставании;			
4.	Речь. Речевое общение. Основные правила. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1		- формы обращения с просьбой, вопросом; - правила поведения за столом.			
5.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и	1					

6	расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.	1			(пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).		
ЖИЛИЩЕ							
7 8,	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции — комнаты отдельные, смежные; по назначению — спальня, гостиная, кухня, ванная и др.	1 1		Практическая работа, упражнения, игры: - Заполнение почтового адреса на открытках. Наглядные материалы и оборудование: Плакаты с видами городских и сельских домов.	<i>Учащийся должен знать:</i> - виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; - почтовый адрес своего дома и школы; - основные формы жилой собственности. <i>Учащийся должен уметь:</i> - писать адрес на почтовых открытках, на почтовом конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе; - соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении. - заполнять основную документацию по оплате коммунальных услуг	Контрольные вопросы: Какие виды жилых помещений вы знаете? Зачем пишут адрес и индекс на почтовых отправлениях	Словарные слова: жилой дом, интернат, общежитие, коммунальная квартира, смежные комнаты, адрес, индекс, почтовое отделение связи, письмо.

9	Виды отопления в городе и селе.						
10	Почтовый адрес дома, школы-интерната.						
	Приватизированное жилье.						

4 четверть – 8 ч

ТРАНСПОРТ

1	Виды транспортных средств.	1		Практическая работа, упражнения, игры: - Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе. Наглядные материалы и оборудование: Плакаты с видами городского транспорта, дорожных знаков; образцы с видами проездных билетов.	<i>Учащийся должен знать:</i> - Основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; -наиболее рациональный маршрут проезда до школы; -варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; -правила передвижения на велосипеде. <i>Учащийся должен уметь:</i> -соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу); -соблюдать правила дорожного	Контрольные вопросы: Какой общественный транспорт есть в городе? Для чего нужны дорожные знаки? Как вы едете от дома до школы?	Словарные слова: городской общественный транспорт, маршрут, правила дорожного движения,, троллейбус, автобус, метро, салон, билет, кондуктор, пешеход, пассажир, мостовая.
2	Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта).	1					
3	Поведение в транспорте и на улице.						
	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	1					
4.	Наземный городской транспорт.	1					

					движения; - различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы школы-интерната и обратно.		
ТОРГОВЛЯ							
5	Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных.	1		Практическая работа, упражнения, игры: - Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимостью. - Сюжетно-ролевая игра «Магазин». Наглядные материалы и оборудование: Плакаты отделов продовольственных магазинов, картинки с видами отделов магазинов, витрин, карточки с видами продуктов, реквизит для игры «Магазин».	<i>Учащийся должен знать:</i> -основные виды магазинов, их назначение; -виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них; -стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака; - правила поведения в магазине; -правила покупки товаров; стоимость хлебных, молочных продуктов, 2— 3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов. <i>Учащийся должен уметь:</i> -выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню; -оплачивать покупку; -соблюдать правила поведения в магазине; - культурно вести себя с работниками торговли.		Словарные слова: Бакалея, кассир, кондитерская, кулинария, продавец, продовольственный магазин, срок годности, срок хранения, фасовка, чек.
6	Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Виды товаров фасованные и в развес и	1					

7	розлив.						
	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание)	1					
8	Срок годности, стоимость. Хранение товаров Срок годности, стоимость.	1					
	Контрольная работа.						

ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ

- Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 5 класс. Для специальных (коррекционных) школ VIII вида. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2013
- Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида: пособие для учителя, под редакцией В.В.Воронковой, Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2006, (Коррекционная педагогика).