

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МИШЕЛЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №19»
УСОЛЬСКОГО РАЙОНА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО учителей
коррекционно-развивающего
обучения
Руководитель _____/Середа Н.В./
Протокол № 5 от 10.06. 2021г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
_____/Леонтьева О.А./
20.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____/Вишнякова Г.Д./
Приказ № 116 от 10.08.2021г.

Рабочая программа
по социально бытовому ориентированию
по адаптированной общеобразовательной программе
для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью
для 5 специального (коррекционного) класса

Разработана: Каньшиной Е.А., учителем
специального (коррекционного) класса
первой квалификационной категории

2021 - 2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по СБО составлена на основании: Примерной программы «Социально-бытовая ориентировка» (авторы С.А.Казакова, В.В.Воронкова), опубликованной в сборнике № 1 «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 5-9 классы» под редакцией В.В. Воронковой; Москва, гуманитарный изд. центр ВЛАДОС», 2011 г.

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку учащихся 5-9 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т.д.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

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.

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.

Основными формами и методами обучения на уроках социально-бытовой ориентировки являются практические работы, деловые игры, экскурсии, рейды, беседы, опыты, практикумы ролевого общения и др.

Закрепление изученного на уроках материала можно проводить, организуя коррекционные игры на развитие внимания, смысловой памяти: «Полезно - вредно»,

«Найди правильный ответ», «Угадайка», «Продолжи (закончи) рассказ (сказку)». «Можно - нельзя» и др.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Проводя уроки по теме «Питание», следует обращать внимание учащихся на то, что приготовление ими пищи - искусство, и что от настроения готовящего пищу зависит её вкус, здоровье и настроение человека.

В работе по темам «Личная гигиена», коррекционные занятия должны быть направлены не только на усвоение учащимися знаний, умений, но и на становление их мотивационной сферы, гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в реальном поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье. На данных уроках должна прослеживаться взаимосвязь поведения, характера, мировоззрения, образа жизни и здоровья человека.

Курс социально-бытовой ориентировки интегративный, т.к. содержит сведения целого ряда наук, областей жизни человека и поэтому должен иметь своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Совместная деятельность учителя и воспитателя позволяет достичь желаемых результатов.

На уроках необходимо найти правильный тон общения с учащимися, говорить доступным языком, но не избегать научной терминологии, необходимой для изучения конкретной темы, проявлять к личности учащегося искренний интерес, сопереживать и радоваться вместе с ним.

При проведении уроков по социально-бытовой ориентировке главный акцент делается на личностное отношение каждого учащегося к изучаемому материалу. Замечено, что полученные знания, подкреплённые эмоцией (радости, значимости собственного мнения), проходят гораздо глубже и закрепляются надолго.

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.

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.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану всего на изучение учебного предмета «Социально-бытовое ориентирование» выделяется в 5 классе - 2 часа в неделю, 68 часов в год (34 учебные недели).

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные:

- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны; понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе.

Регулятивные:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их существования; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; осуществлять самооценку и самоконтроль деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Базовый уровень

Должны знать: - последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; периодичность и правила чистки ушей; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями; правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач; о вреде курения, алкоголя; 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; виды жилых помещений в городе и селе и их различие; почтовый адрес своего дома и школы; правила организации рабочего места школьника; чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей; строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами; приготовление бутербродов, салата, винегрета, крошки овощной на кефире, напиток из варенья; сервировка стола с учетом различного меню; мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения; стирка салфеток; основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; наиболее рациональный маршрут проезда до школы; варианты проезда до школы рациональными видами транспорта; количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; правила передвижения на велосипеде; виды магазинов; назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции; 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; совершенствовать вечерний туалет в определенной последовательности; стричь ногти на руках, ногах; выбирать прическу и причесывать волосы; стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте; беречь зрение; корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли; следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя; следить за своей походкой, жестикуляцией; правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу; 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; писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе; соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении; прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления; нарезать хлеб, сырые и вареные овощи; строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами; соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу); соблюдать правила дорожного движения; различать знаки дорожного движения, встречаются по пути из дома до школы и обратно.

Минимальный уровень

Должны знать: последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач; о вреде курения, алкоголя; правила поведения при встрече и расставании; правила поведения за столом; виды жилых помещений в городе и селе; почтовый адрес своего дома; правила организации рабочего места школьника; способы и приемы закаливания организма солнечными и водными процедурами; упражнения для утренней зарядки; о вреде курения, алкоголя; чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения; стирка салфеток; основные транспортные средства, имеющиеся в городе; наиболее рациональный маршрут проезда до школы; правила передвижения на велосипеде.

Должны уметь: совершенствовать вечерний туалет в определенной последовательности; беречь зрение; отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя; следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя; правильно сидеть за столом, пользоваться салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу; 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; писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте; соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении; закалывать свой организм солнечными ваннами и купанием; выполнять физические упражнения для укрепления здоровья; корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли; прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления; соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу); соблюдать правила дорожного движения;

В связи с тем, что данный предмет отсутствует в базисном плане школы, оценки по предмету не ставятся.

Межпредметные связи:

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).

В рабочей программе СБО предусмотрены следующие уроки:

Беседы
Практические работы
Экскурсии
Сюжетно-ролевые игры

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

При изучении данного предмета решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др.,

Учащиеся учатся соблюдать правила безопасной работы и гигиены труда.

Воспитывается желание и стремление к приготовлению доброкачественной пищи; творческое отношение к домашнему труду.

На уроках развиваются психические процессы: обоняние, осязание, ловкость, скорость; внимание, наблюдательность, память, находчивость, смекалка, сообразительность, воображение, фантазия, интерес к национальным традициям.

Результативность занятий по этому разделу обеспечивается только при условии — тесной связи учителя с родителями, воспитателями и работниками столовой, обслуживающих учащихся.

Содержание учебного предмета

Вводное занятие (2 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.)

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.

Одежда и обувь (6 ч.)

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.

Питание (24 ч.)

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. Приготовление 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.

Культура поведения (8 ч.)

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.

Жилище (6 ч.)

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.

Транспорт (10 ч.)

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.

Торговля (6 ч.)

1. Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, универмаги, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение.
2. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

Экскурсии. Экскурсия в продовольственный магазин.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	«Введение»	2	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
2	«Личная гигиена»	6	
3	«Одежда и обувь»	6	
4	«Питание»	24	
5	«Культура поведения»	8	

			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
6	«Жилище»	6	
7	«Транспорт»	10	
8	«Торговля»	6	

Материально-техническое обеспечение

1. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе /Под ред. В. В. Воронковой. – М.: Школа-Пресс, 1994. – С. 182-197.
2. В.В.Воронкова, С.А.Казакова «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2020 г.