

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 7 специального (коррекционного) класса

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

2021 - 2022 учебный год

## **Пояснительная записка**

Важнейшей задачей курса социально-бытовой ориентировки является формирование у обучающихся необходимого объема знаний и умений, а так же воспитание умения учиться - способности самоорганизации с целью решения учебных задач. Учебный предмет «Социально бытовая ориентировка» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

### **Задачи.**

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи; - расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни; - развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства; воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач; - формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства; формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства; - ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности; - усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения; - развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности. - развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности; - формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации; в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе; - воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития. Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое

приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации. Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения. Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания - ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов. Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанниками также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи;

формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала. Особенности нервной системы обучающихся, воспитанников проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям обучающихся с умственной отсталостью свойственна не дифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

У обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической. Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет

формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми, а также положительную социализацию в обществе. Возможность овладения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья знаниями при изучении предмета «Социально-бытовая ориентировка» во многом зависит от состояния коррекционной работы на уроках СБО.

Преодолеть социальные последствия дефекта обучающегося с умственной отсталостью, а так же добиться его социальной адаптации можно лишь своевременно подготавливая его к активному и пассивному участию в жизни общества, в общественно-полезной деятельности. Овладение доступными социально-бытовыми навыками станут необходимыми для подготовки учащихся с умственной отсталостью к дальнейшей социализации. Таким образом, социально-бытовая ориентировка является эффективным средством развития личности школьника с умственной отсталостью.

### Учебно - тематическое планирование

№ п.п.	Тема	7 класс всего/практические
1	Личная гигиена	4/2
2	Одежда и обувь	10/6
3	Питание	14/12
4	Семья	4/0
5	Культура поведения	8/7
6	Жилище	11/6
7	Транспорт	8/0
8	Торговля	2/0
9	Средства связи	1/0
10	Медицинская помощь	6/4
	<b>Итого:</b>	<b>68/37</b>

### Содержание программы учебного материала

#### Личная гигиена (4 часа)

1. Что есть внешняя красота.
2. Уход за кожей лица., п.р.
3. Уход за волосами.
4. Уход за волосами с помощью народных средств., п.р.

#### Одежда и обувь (10 часов)

1. Ремонт одежды, штопка, наложение заплат., п.р. 2 часа

2. Что такое стирка?
3. Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей., п.р. 2 часа
4. Отбеливание., п.р.
5. Устройство стиральной машины.
6. Что может стиральная машина.
7. Глажение., п.р.
8. Прачечная.

#### **Питание (14 часов)**

1. О рациональном питании., 2 часа
2. Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), 5 часов п.р.
3. Приготовление рыбных блюд., п.р, 2 часа
4. Приготовление мясных блюд., п.р., 2 часа
5. Сладкие блюда., п.р.,
6. Сервировка стола., п.р
7. Меню на день и неделю., п.р.

#### **Семья (4 часа)**

1. Школа семьи. 2 часа
2. Помощь родителям и воспитателям в воспитании младших детей. 2 часа

#### **Культура поведения (8 часа)**

1. Умение приглашать гостей., п.р. 2 часа
2. В вашем доме поселились гости.
3. Вы собираетесь в гости., п.р. 2 часа
4. Искусство делать подарки., п.р. 2 часа
5. Цветы в подарок., п.р.

#### **Жилище (11 часов)**

1. Уборка квартиры., п.р.
2. Санитарная обработка помещения в случаях необходимости.
3. Подготовка квартиры к зиме., п.р.
4. Утепление окон., п.р.
5. Чистка и мытьё оконных стёкол и зеркал., п.р.
6. Уход за полом., п.р.
7. Уход за мебелью., п.р.
8. О технике безопасности и мерах предосторожности.
9. Чистильщик, маляр, мойщик.
10. Правила пользования пылесосом.
11. Правила заготовки топлива и топки печей.

#### **Транспорт (8 часов)**

1. Междугородный железнодорожный транспорт., 2 часа
2. Железнодорожный транспорт., 2 часа
3. Приобретение билетов. Типы вагонов., 2 часа
4. Камеры хранения., 2 часа

#### **Торговля (2 часа)**

1. Универмаги и универсамы.
2. Распродажа товаров по сниженным ценам.

#### **Средства связи (1 часа)**

1. Посылки и бандероли.

#### **Медицинская помощь (6 часов)**

1. Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах., п.р.
2. Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей., п.р.
3. Доврачебная помощь при ранениях, п.р.
4. Как измерить температуру тела., п.р.
5. Лекарственные растения.

6. Отвары, настои, настойки, чай.

## **Требования к уровню подготовленности обучающимся**

### **Обучающиеся должны знать:**

- Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи
- . — Правила поведения в обществе - правила приёма гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола
- . — Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.
- Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	Что есть внешняя красота.	1
2.	Уход за кожей лица., п.р.	1
3.	Уход за волосами.	1
4.	Уход за волосами с помощью народных средств., п.р.	1
5.	Ремонт одежды, штопка, наложение заплат., п.р.	1
6.	Ремонт одежды, штопка, наложение заплат., п.р.	1
7.	Что такое стирка?	1
8.	Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей., п.р.	1
9.	Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей., п.р.	1
10.	Отбеливание., п.р.	1
11.	Устройство стиральной машины.	1
12.	Что может стиральная машина.	1
13.	Глажение., п.р.	1
14.	Прачечная.	1
15.	О рациональном питании.	1
16.	О рациональном питании.	1
17.	Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), п.р.	1
18.	Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), п.р.	1
19.	Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), п.р.	1
20.	Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), п.р.	1
21.	Супы (борщ, уха, щи, лапша, рассольник), п.р.	1
22.	Приготовление рыбных блюд., п.р.	1
23.	Приготовление рыбных блюд., п.р.	1
24.	Приготовление мясных блюд., п.р.	1
25.	Приготовление мясных блюд., п.р.	1
26.	Сладкие блюда., п.р.	1
27.	Сервировка стола., п.р.	1
28.	Меню на день и неделю., п.р.	1
29.	Школа семьи.	1
30.	Школа семьи.	1
31.	Помощь родителям и воспитателям в воспитании младших детей.	1
32.	Помощь родителям и воспитателям в воспитании младших детей.	1
33.	Умение приглашать гостей., п.р.	1
34.	Умение приглашать гостей., п.р.	1
35.	В вашем доме поселились гости.	1
36.	Вы собираетесь в гости., п.р.	1
37.	Вы собираетесь в гости., п.р.	1
38.	Искусство делать подарки., п.р.	1
39.	Искусство делать подарки., п.р.	1
40.	Цветы в подарок., п.р.	1
41.	Уборка квартиры., п.р.	1
42.	Санитарная обработка помещения в случаях необходимости.	1
43.	Подготовка квартиры к зиме., п.р.	1

44.	Утепление окон., п.р.	1
45.	Чистка и мытьё оконных стёкол и зеркал., п.р.	1
46.	Уход за полом., п.р.	1
47.	Уход за мебелью., п.р.	1
48.	О технике безопасности и мерах предосторожности.	1
49.	Чистильщик, маляр, мойщик.	1
50.	Правила пользования пылесосом.	1
51.	Правила заготовки топлива и топки печей.	1
52.	Междугородный железнодорожный транспорт	1
53.	Междугородный железнодорожный транспорт	1
54.	Железнодорожный транспорт.	1
55.	Железнодорожный транспорт.	1
56.	Приобретение билетов. Типы вагонов.	1
57.	Приобретение билетов. Типы вагонов.	1
58.	Камеры хранения.	1
59.	Камеры хранения.	1
60.	Универмаги и универсамы.	1
61.	Распродажа товаров по сниженным ценам.	1
62.	Посылки и бандероли.	1
63.	Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах., п.р	1
64.	Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей., п.р.	1
65.	Доврачебная помощь при ранениях, п.р.	1
66.	Как измерить температуру тела., п.р.	1
67.	Лекарственные растения.	1
68.	Отвары, настои, настойки, чай.	1
	итого	68

### **Учебно - методические средства обучения**

1. Воронкова В.В. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5 - 9 кл.: В 2 сб./— М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2014. - Сб. 1. - 232 с.
2. Львова С. А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. 5 - 9 классы: пособие для учителя - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. - 136 с.
3. Девяткова Т.А. и др. Методическое пособие «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида».
4. Хилько А. А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образ, учрежд. VIII вида: Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»), - СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006.