

Рассмотрено на
методическом совете
Протокол № 2 от 30.08.21
Председатель методического
совета: _____/Н.Е.Денисова/

Согласовано:
Заместитель директора по
учебно-воспитательной работе:
_____/О.Ю.Харламова /

Утверждаю:
приказ № 259 от 01.09.2021 г.
Директор школы:
_____/В.Н. Горинова/

Рабочая программа учебного курса

Социально – бытовая ориентировка

(для учащихся обучающихся по адаптированным программам)

5 класс «б»

Учитель: Л. А. Колегова

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе «Программы специальных (коррекционных классов) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.» под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В. Воронковой, Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2010.

Рабочая программа для 5 класса рассчитана на 35 часов (1 час в неделю), Изменений программы нет.

Данная рабочая программа ставит следующие цели:

- развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.
- овладение знаниями и умениями,
- коррекционное воздействие изучаемого материала на личность ученика,
- формирование личностных качеств гражданина,
- подготовка подростка с нарушением интеллекта к жизни.

Задачи курса СБО:

- формирование у воспитанников коррекционной школы-интерната знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
 - формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации;
 - развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью;
 - освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
 - развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
 - повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
- Воспитание позитивных качеств личности

Содержание курса СБО в 5 классе.

1. Введение. Личная гигиена – 3 часа.
 2. Культура поведения – 4 часа.
 3. Жилище- 8 часов.
 4. Питание – 6 часов.
 5. Транспорт – 3 часа.
 6. Торговля – 3 часа.
 7. Одежда и обувь – 4 часа.
- Повторение – 4 часа.

Практические работы.

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Заполнение почтового адреса на открытках, приготовление бутербродов, салата, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к чаю, чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе; чистка и сушка повседневной одежды, обуви.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны знать:

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.

Виды одежды и обуви, правила ухода за одеждой и обувью.

Виды бутербродов, санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, правила сервировки стола к завтраку, правила заваривания чая, правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником.

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 деревне и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

Наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната, варианты проезда до школы различными видами транспорта, количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут, правила передвижения на велосипеде.

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:

Совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, причесывать волосы и выбирать прическу.

Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

Резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, жарить яичницу и омлет, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

Следить за своей осанкой, походкой и жестикуляцией, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, тактично вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

Писать адреса на почтовых открытках.

Соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу. Соблюдать правила дорожного движения.

Выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку, соблюдать правила поведения в магазине.

Формы организации учебного процесса.

В программе основным принципом является принцип коррекционной направленности. Особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у воспитанников специфических нарушений. Принцип коррекционной направленности в обучении, принцип воспитывающей и развивающей направленности обучения, принцип научности и доступности обучения, принцип систематичности и последовательности в обучении, принцип наглядности в обучении, принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов и др. Социально-бытовая ориентировка имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях по СБО знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки.

Методы:

словесные – рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой

Учебно-методический комплект:

- Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя, под редакцией А.М. Щербаковой, Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2004, (Коррекционная педагогика);

- 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).

Календарно-тематическое планирование по СБО. 5 класс.

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения		Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контроля	Элементы дополнительного содержания
			план	факт				
1	<u>Введение-2ч</u> Цель, содержание и значение предмета СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем.	1			-предмет СБО; -назначение кабинета СБО; -правила поведения в кабинете.			
2	Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.	1						
3	<u>Личная гигиена-3 ч</u> Личная гигиена.	1			- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека. 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 платок и т.п.	^ <i>Учащиеся должны знать:</i> -последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, -периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, -правила освещения помещения. -правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач. ^ <i>Учащиеся должны уметь:</i> -совершать утренний и вечерний туалет, -причесывать волосы и выбирать прическу.	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.
4	Уход за волосами (мытьё, прическа)	1						
5	Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.	1						
6-7	<u>Одежда и обувь -4ч</u> Виды одежды и головных уборов.	2			- сушка и чистка, школьной формы, домашней и верхней одежды, обуви. - сюжетно-ролевые игры и	^ <i>Учащиеся должны знать:</i> - виды одежды, обуви и их назначение; - правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных)	Практическая работа. Контрольные вопросы: для чего нужна	^ Словарные слова: демисезонная одежда, трикотаж, валяная,
8	Уход за одеждой.	1						

9	Обувь, уход за обувью	1			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.	^ Учащиеся должны уметь: - подбирать одежду, головные уборы, обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; - подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; - сушить и чистить одежду; - подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению; - подбирать крем и чистить кожаную обувь.	одежда? Как ее можно сохранить? Какая бывает обувь? Что надо делать, чтобы она долго носилась?	замшевая, кожаная, текстильная обувь, полиэтиленовый пакет, средства от моли.
10	Питание -7ч Продукты питания. Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека.	1			-значение продуктов питания для здоровья человека; -о витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.	^ Учащиеся должны знать: - 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.	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, сервировка, рецепт.
11	Место и условия приготовления пищи.	1			Практические работы:	- правила сервировки стола к завтраку -правила заваривания чая;		
12	Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и уход за посудой.	1			- приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы; - сервировка стола к завтраку; - чистка и мытье посуды, кухонных принадлежностей.	-назначение кухонных принадлежностей и посуды; - правила пользования ножом, плитой, чайником;	Стоимость основных продуктов питания? Какие бывают виды бутербродов?	
13	Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.	1			Наглядные материалы и оборудование: Таблицы: «Растительные продукты питания», «Животные продукты питания», «Содержание витаминов в продуктах питания», «Сервировка стола», «приготовление бутербродов»,	-санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой. ^ Учащиеся должны уметь: - 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.	Какие блюда готовят из яиц? Для чего сервируют столы?	
14	Яйца отварные, яичница, омлет.	1			посуда, продукты, моющие средства и приспособления для мытья посуды.			
15	Приготовление салата, винегрета.	1						
16	Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.	1						
17	Резерв	1						
17	Культура поведения-6ч Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1			Практические работы: - выполнение физических	^ Учащиеся должны знать: -требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;	Контрольные вопросы: Зачем надо	^ Словарные слова:

18	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1			упражнений для укрепления правильной осанки;	-правила поведения при встрече и расставании;	следить за осанкой?	Осанка, приветствие, вежливые слова, этикет.
19	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.	1			- ролевая игра – ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом;	-формы обращения с просьбой, вопросом;	Почему надо соблюдать культуру поведения?	
20	Разговор со старшими и сверстниками.	1			- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;	- правила поведения за столом. ^ <i>Учащиеся должны уметь:</i>		
21-22	Правила поведения за столом.	2			- правила поведения при встрече и расставании;	- следить за своей осанкой;		
					- формы обращения с просьбой, вопросом;	- принимать правильную позу в положении сидя и стоя;		
					- правила поведения при встрече и расставании;	- следить за своей походкой, жестикуляцией;		
					- формы обращения с просьбой, вопросом;	- правильно вести себя при встречи и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;		
					- правила поведения за столом.	- 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 (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).		
24	Жилище- 8ч. Виды жилых помещений в городе и деревне.	1			Практическая работа, упражнения, игры:	<i>Учащийся должен знать:</i>	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.
25	Жилой дом. Виды квартир и подсобных помещений, виды отопления.	2			- Заполнение почтового адреса на открытках. Наглядные материалы и оборудование:	-виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;		
26	Почтовый адрес дома, школы.	1			Плакаты с видами городских и сельских домов.	-почтовый адрес своего дома и школы. ^ <i>Учащийся должен уметь:</i> -писать адрес на почтовых открытках.		
27	Транспорт – 4ч Наземный городской транспорт.	1			Практическая работа, упражнения, игры:	^ <i>Учащийся должен знать:</i>	Контрольные вопросы: Какой общественный транспорт есть в городе? Для чего нужны дорожные	^ Словарные слова: городской общественный транспорт, маршрут, правила дорожного движения,,
28	Проезд в школу (маршрут, виды транспорта).	1			- Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.	-наиболее рациональный маршрут проезда до школы;		
29	Поведение в транспорте, поведение на улице.	1				-варианты проезда до школы различными видами транспорта;		
30	Правила дорожного	1				количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;		

	движения. Знаки дорожного движения.				Наглядные материалы и оборудование: Плакаты с видами городского транспорта, дорожных знаков; образцы с видами проездных билетов.	-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 движения.	знаки? Как вы едете от дома до школы?	троллейбус, автобус, метро, салон, билет, кондуктор, пешеход, пассажир, мостовая.
31-32	Торговля - 4ч Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.	2			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 продуктовых 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. ^ <i>Учащийся должен уметь:</i> -выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню; -оплачивать покупку; -соблюдать правила поведения в магазине.		^ Словарные слова: Бакалея, кассир, кондитерская, кулинария, продавец, продуктовый магазин, срок годности, срок хранения, фасовка, чек.
34	Контрольная работа.	1						