

<p>«Рассмотрено» Методическим советом МБОУ «СШ №5» <u>Протокол №1 от 26. 08. 2020г.</u></p>	<p>«Утверждено» Директор МБОУ «СШ №5» <u>В.Б.Оспишев/</u> <u>Приказ № 282/од от 31.08.2020г.</u></p>
--	---



РАБОЧАЯ АДАптиРОВАННАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
по предмету
«Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
6-г класс

Составила программу:
Волкова Людмила Николаевна

2020- 2021 учебный год
город Ачинск

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Общая характеристика.

Рабочая адаптированная общеобразовательная программа учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» для 6 класса составлена в соответствии с основной адаптированной образовательной программой для детей с ограниченными возможностями здоровья (детей-инвалидов и детей с нарушениями интеллекта лёгкой и умеренной степени умственной отсталости) МБОУ «СШ№5» (2-9классы), Методических рекомендаций по формированию учебных планов для организации образовательного процесса детей с ограниченными возможностями здоровья в Красноярском крае, учебного плана МБОУ «СШ№5» (2-9классы) для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости).

Цель: обеспечение планируемых результатов по социально-бытовой ориентировке в рамках программы 6- го класса для обучающихся с УО.

Задачи:

- осуществлять коррекцию недостатков развития познавательной деятельности обучающихся через практическую работу;
- закреплять знания и умения, способствующие социально-бытовой адаптации обучающихся;
- повышать общий уровень культуры поведения и отношений в семье.

Виды деятельности: интеллектуально-познавательная, игровая, творческая, практическая.

Формы организации работы на уроке: фронтальная, индивидуальная, групповая, практическая, экскурсии.

Методы обучения: словесные, практические, наглядные.

Рабочая адаптированная общеобразовательная программа «Социально-бытовая ориентировка. 6 класс» составлена с учётом психофизических особенностей обучающихся с УО, уровнем их способностей и возможностей.

Характерные особенности содержания учебного предмета.

В рабочей адаптированной общеобразовательной программе «Социально – бытовая ориентировка. 6 класс» представлены содержательные линии: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Питание», «Культура поведения», «Жилище», «Транспорт», «Торговля», «Семья и семейные отношения», «Средства связи», «Медицинская помощь», «Учреждения и организации».

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. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия способствуют усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

«Питание» — один из важнейших разделов, который решает нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии и другое, строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

По разделам «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» и других целесообразно проводить практические работы. Это позволит каждому ученику независимо от его интеллектуальных и физических возможностей овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

В ряде разделов, например «Личная гигиена», «Жилище» и др. предусмотрена система упражнений, которые каждый ученик выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у обучающихся определенных умений и навыков на основе знаний, полученных как на занятиях по СБО, так и на занятиях по другим предметам.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

Для прочного закрепления знаний и умений осуществляется повторение пройденного.

Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем учитель определяет самостоятельно с учетом возможности детей.

На занятиях по СБО уделяется внимание обогащению словарного запаса, используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

2. Место предмета «Социально-бытовая ориентировка. 6 класс» в учебном плане.

В учебном плане отводится на предмет «Социально – бытовая ориентировка» в 6 классе 68 часов, 2 часа в неделю

Количество часов в 1 четверти-18 часов

Количество часов во 2 четверти-14 часов

Количество часов в 3 четверти-20 часов

Количество часов в 4 четверти-16 часов

3.Ценностные ориентиры.

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 обучающихся. Программа учитывает особенности познавательной деятельности умственно отсталых детей.

4.Предметные результаты освоения программы по социально-бытовой ориентировке 6 класса.

Раздел	Планируемый результат по содержанию учебного предмета.
--------	--

	Предметные умения.
Личная гигиена	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -закаливать свой организм; -соблюдать правила личной гигиены; -отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсичные вещества. <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -правила закаливания организма; -приемы обтирания и мытья ног; -правила соблюдения личной гигиены; -о вреде наркотиков и токсичных веществ.
Одежда и обувь	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -пришивать пуговицы, крючки и т.д. -зашивать одежду по распорочшемуся шву; -подшивать платье, брюки, рубашку; -подбирать моющие средства для стирки изделий из х/б тканей; -стирать изделия из х/б тканей; -гладить их. <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -санитарно-гигиенические требования и правила безопасности с режущими инструментами, электронагревательными приборами, бытовыми химическими средствами.
Питание	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовить несложные блюда; -мыть посуду с применением химических моющих средств. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -правила гигиены при приготовлении пищи; -способы ухода за посудой и кухонными приборами.
Культура поведения	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -культурно вести себя в театре, клубе, музее, читальном зале; -тактично и вежливо вести себя во время разговора со взрослыми.
Жилище	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проводить сухую и влажную уборку помещения; -чистить пылесосом ковры, книжные полки, батареи; -чистить мебель; -соблюдать правила безопасности при работе с электроприборами и химическими средствами. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -гигиенические требования к жилому помещению;

	<ul style="list-style-type: none"> -правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки; -правила пользования электропылесосом; -санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с электроприборами.
Транспорт	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выбирать рациональные маршруты при передвижении по городу; -ориентироваться в расписании движения пригородных поездов; -определять направления и зоны. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды междугороднего транспорта; -стоимость проезда в транспорте; -порядок приобретения билетов и талонов; -компостирование талонов.
Семья и семейные отношения	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -рассказывать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности; -выполнять определенные обязанности в семье. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -место работы, должность и продуктивную деятельность членов семьи; -как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи; -свои права и обязанности в семье.
Торговля	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выбирать нужный товар; -выяснять срок гарантии на его использование; -оплатить и проверить чек и сдачу; -хранить чек в течение срока гарантии; -вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды магазинов; -правила покупки товаров; -стоимость необходимых товаров.
Средства связи	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -находить индекс почтового отделения по справочнику; -записывать адрес на конверте; -составлять текст телеграммы; -заполнять телеграфный бланк и подсчитывать стоимость телеграммы. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -основные средства связи;

	<ul style="list-style-type: none"> -виды почтовых отправлений; -стоимость почтовых услуг.
Медицинская помощь	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -записаться на прием к врачу; -вызвать врача на дом, «скорую помощь»; -приобрести лекарства в аптеке. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -способы вызова врача на дом; -меры по предупреждению глистных заболеваний; -функции основных врачей-специалистов; -основной состав домашней аптечки; -дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки и др., инструкции к применению лекарственных средств в дом. аптечке; -о возможном вреде самолечения.
Учреждения и организации	<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -обращаться к работникам ДДТ; -правильно вести себя на занятиях, в игротехе, в читальном зале; -соблюдать правила поведения в школе и в других общественных местах. <p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды детских учреждений и их назначение; -адрес ДДТ; -какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются.

II. Календарно-тематическое планирование по социально-бытовой ориентировки в 6 «Г» классе.

№ п/п	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема	Знать/понимать	Уметь
			Личная гигиена(4 ч)	-правила закаливания организма;	-закаливать свой организм;

1	3.09		Закаливание организма (зарядка, обтирание).	-приемы обтирания и мытья ног; -правила соблюдения личной гигиены; -о вреде наркотиков и токсичных веществ.	-соблюдать правила личной гигиены; -отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсичные вещества.
2	4.09		Уход за кожей рук и ногтями (кремы: детский, защитный).		
3	10.09		Уход за кожей ног и ногтями.		
4	11.09		Обобщение пройденного материала.		
			Одежда и обувь (8ч.)	-санитарно-гигиенические требования и правила безопасности с режущими инструментами, электронагревательными приборами, бытовыми химическими средствами.	-пришивать пуговицы, крючки и т.д. -зашивать одежду по распоровшемуся шву; -подшивать платье, брюки, рубашку; -подбирать моющиеся средства для стирки изделий из х/б тканей; -стирать изделия из х/б тканей; -гладить их.
5	17.09		Мелкий ремонт одежды (подготовительные работы).		
6	18.09		Пришивание пуговиц.		
7	24.09		Пришивание кнопок и крючков.		
8	25.09		Правила ручной стирки и сушки изделий.		
9	1.10		Стирка изделий из цветных и х/б тканей.		
10	2.10		Утюг. Правила техники безопасности при работе с утюгом.		
11	8.10		Утюжка изделий.		
12	9.10		Обобщение пройденного материала.		
			Питание (14ч.)		
13	15.10		Мебель и оборудование. Правила пользования и т/б при работе с плитой.		
14	16.10		Посуда, приборы, приспособления. Мытье и чистка посуды.		
15	22.10		Правила безопасности на кухне (режущие инструменты и кипяток). Хранение продуктов и готовой пищи (в холодильнике и без него).		
16	23.10		Сервировка стола к ужину.		
17	29.10		Приготовление блюд из круп - каши на воде.		
18	30.10		Приготовление блюд из круп - каши на воде и на молоке.		
19	12.11		Приготовление отварных макарон с		

			маслом.		
20	13.11		Приготовление отварных макарон с кетчупом.		
21	19.11		Приготовление запеканки из творога.		
22	20.11		Приготовление запеканки из творога и кураги.		
23	26.11		Приготовление блюд из картофеля (картофель отварной).		
24	27.11		Обобщение пройденного материала.		
25	3.12		Контрольная работа по теме «Питание».		
26	4.12		Работа над ошибками. Составление кроссворда «Питание».		
			Культура поведения (4ч.)		
27	10.12		Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Мимика и жесты во время разговора.	- правила поведения в общественных местах	-культурно вести себя в театре, клубе, музее, читальном зале; -тактично и вежливо вести себя во время разговора со взрослыми.
28	11.12		Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Ролевая игра.		
29	17.12		Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Ролевая игра.		
30	18.12		Разговор со старшими и сверстниками. Ролевая игра. Контрольный тест.		
			Жилище (10ч.)		
31	24.12		Гигиенические требования к жилому помещению.	-гигиенические требования к жилому помещению;	-проводить сухую и влажную уборку помещения;
32	25.12		Основные правила организации рабочего места школьника.	-правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;	-чистить пылесосом ковры, книжные полки, батареи;
33			Значение уборки жилых помещений. Периодичность уборки (ежедневная, недельная, сезонная).	-правила пользования электропылесосом;	-чистить мебель;
34			Требования к организации спального места. Гигиенические требования к	-санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с	-соблюдать правила безопасности при работе с электроприборами и химическими средствами.

			постельному белью.	электроприборами.			
35			Виды половых покрытий: деревянные, паркет, линолеум.				
36			Инвентарь, приспособления и средства по уходу за полами.				
37			Ковры и ковровые покрытия, их виды. Способы ухода за ними (влажный веник, пылесос).				
38			Пылесос правила т/б при работе с ним.				
39			Обобщение пройденного материала.				
40			Контрольная работа по теме «Жилище».				
			Транспорт(6ч.)				
41			Основные транспортные средства. Правила пользования городским транспортом.			-виды междугороднего транспорта; -стоимость проезда в транспорте; -порядок приобретения билетов и талонов; -компостирование талонов.	-выбирать рациональные маршруты при передвижению по городу; -ориентироваться в расписании движения пригородных поездов; -определять направления и зоны.
42			Оплата проезда на всех видах транспорта (Экскурсия).				
43			Пригородные поезда. Расписание.				
44			Пригородные поезда. Оплата проезда.				
45			Экскурсия на вокзал. Внутренний распорядок вокзала.				
46			Экскурсия на вокзал. Наблюдение за работой кассиров.				
			Торговля (4ч)				
47			Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, стоимость, порядок приобретения.	-виды магазинов; -правила покупки товаров; -стоимость необходимых товаров.	-выбирать нужный товар; -выяснить срок гарантии на его использование; -оплатить и проверить чек и сдачу; -хранить чек в течение срока гарантии;		
48			Сюжетно - ролевая игра: Я				

			покупатель. Покупка продуктов по списку.		-вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя.
49			Экскурсия в магазин: покупка продуктов для завтрака.		
50			Экскурсия в магазин: покупка продуктов для школьного чаепития.		
			Семья и семейные отношения (2ч.)		
51			Состав семьи учащихся: имена, отчества, место работы. Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра и т.д.	-место работы, должность и продуктивную деятельность членов семьи; -как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи;	-рассказывать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности; -выполнять определенные обязанности в семье.
52			Правила поведения в семье. Обязанности по дому.	-свои права и обязанности в семье.	
			Средства связи (8ч.)		
53			Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).	-основные средства связи; -виды почтовых отправок;	-находить индекс почтового отделения по справочнику; -записывать адрес на конверте;
54			Виды почтовых отправок.	-стоимость почтовых услуг.	-составлять текст телеграммы; -заполнять телеграфный бланк и подсчитывать стоимость телеграммы.
55			Назначение почты.		
56			Экскурсия на почту. Наблюдение за работой операторов.		
57			Виды писем.		
58			Написание адреса на конверте (практическая работа).		
59			Телеграф. Составление текста телеграмм.		
60			Телеграф. Отправление телеграмм.		
			Медицинская помощь (4ч.)		
61			Медицинские учреждения. Функции основных врачей-специалистов.	-способы вызова врача на дом; -меры по предупреждению глистных заболеваний;	-записаться на прием к врачу; -вызвать врача на дом, «скорую помощь»;
62			Виды медицинской помощи. Вызов врача на дом.	-функции основных врачей-специалистов;	-приобрести лекарства в аптеке.
63			Назначение поликлиники.	-основной состав домашней аптечки;	
64			Экскурсия в поликлинику. Беседа с регистратором.	-дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки и	

				др., инструкции к применению лекарственных средств в дом. аптечке; -о возможном вреде самолечения.	
			Учреждения и организации (4ч.)	-виды детских учреждений и их назначение; -адрес ДДТ; -какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются.	-обращаться к работникам ДДТ; -правильно вести себя на занятиях, в игротке, в читальном зале; -соблюдать правила поведения в школе и в других общественных местах.
65		Детские ясли и детский сад. Их назначение.			
66		Школа. Её назначение.			
67		Промежуточная аттестация. Контрольный тест.			
68		Экскурсия в центр досуговой деятельности. Беседа.			

III. Сведения о материально-техническом оснащении учебно-наглядными пособиями и оборудованием.

Наименование раздела по предмету	Учебно-наглядные пособия (таблицы)	Количество/ способ работы	Оборудование	Количество/ способ работы
Питание. Торговля	Набор плакатов по кулинарии	15.Ф	Кухонный гарнитур	1.Ф
	Инструкционно - технологические карты по приготовлению блюд.	7 .Ф. И	Холодильник	1.Ф
	Коллекция рецептов	1.Ф.И	Микроволновая печь	1.Г,И
	Инструкции по определению качества приобретаемых продуктов.	1.Ф.	Умывальник	2.И
	Презентации:	1.Д	Электроплита	1.Г
	1.Каши.	1.Д	Набор кастрюль	4.Г
	2.Макарон.	1.Д	Набор сковородок	3.Г
	3.Творожная запеканка.	1.Д	Чайный сервиз	1.Ф
	4.Продуктовые магазины.	1.Д	Кухонный комбайн	1.Г,И
	5.Разнообразные виды продуктов.	1.Д	Набор ножей	8.И
	6.Виды торговых предприятий.	1.Д	Полотенца (махровые, вафельные)	3.И
	7.Универмаги и специализированные магазины.	1.Д	Доски разделочные	10.И
	8.Блюда из макарон.	1.Д	Сушилка для посуды	1.Ф

			Набор губок	10.И.Г.Ф
			Средство для посуды (чистящее, моющее)	3.Ф
			Стол кухонный	1.Ф
			Стол разделочный	1.Ф
			Фартуки	10.И
Жилище. Экономика домашнего хозяйства. Семья. Одежда и обувь.	Презентации на темы:		Теле - видеоаппаратура	1.Ф.
	Интерьер	1.Д	Пылесос	1.Ф.
	Бюджет семьи	1.Д.	Шкаф для книг	1.Ф.
	Способы выведения пятен	1.Д	Ковер	1.Ф.
	Моющие средства для кухни	1.Д	Полка с игровыми пособиями	1.Ф.
	Моющие средства для стирки	1.Д	Гладильная доска	1.Ф.И.Г
	Технологическая последовательность утюжки изделий	5.И	Утюг	1.Ф.Г.И.
	Правила по охране труда и ТБ	8.Ф.Г.И.		
	Набор плакатов по ВТО	6.Ф.		

IV.Список литературы

1.Девятова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г. Социально-бытовая ориентировка (в СКОУ VIII вида), Москва, ВЛАДОС 2008г.