

Рассмотрена

на заседании МС

Протокол №\_1 от 31.08.2016

Руководитель МС Иванова Л.А.

Подпись \_\_\_\_\_

Утверждена приказом

по школе

от 1.09.2016 г. № 83

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Ульяновская средняя общеобразовательная школа № 1»

Рабочая программа учебного курса  
«Социально- бытовая ориентировка»  
для 5 классов

(адаптированные программы для учащихся с интеллектуальной недостаточностью легкой степени)

Составил:  
учитель учебного курса  
«Социально- бытовая ориентировка»  
Сухарева Е. Б

2016 – 2017 учебный год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА,**

Данная рабочая программа разработана в полном соответствии с нормативно – правовыми документами:

- \_закон РФ «об образовании в российской федерации» (№273-ФЗ);
- \_типовое положение о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии (утв. Постановлением правительства РФ от 12.03.1997г. №288, с изменениями от 18.08.2008г.);
- \_письмо МО РФ от 04.09.97г. №48 «о специфике деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений VII – VIII видов (с изменениями от 26.12.2000г.);
- базисный учебный план специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида (приказ МО РФ от 10.04. 2002г. №29/20 – 65-п);

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.

Данная программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. 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 должны способствовать усвоению морально – этических норм поведения, выработки навыков общения с детьми, развитию художественного вкуса детей.

Одним из важнейших разделов программы является «Питание». Этот раздел решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, ее целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определять простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшения их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Результативность занятий по этому разделу обеспечивается только при условии – тесной связи учителя с родителями (законными представителями), воспитателями и работниками столовой, обслуживающих учащихся.

## **ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММНЫХ ЗАДАЧ**

Основными способами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов...

По разделам «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» и других целесообразно проводить практические работы, давая учащимся больше самостоятельности. Это позволит ученикам независимо от их интеллектуальных и физических возможностей овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, приготовление пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки.

На занятиях отводится 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.

Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Работа по разделу «Личная гигиена», «Бюджет семьи» осуществляется с целью выработки у учащихся определенных умений и навыков на основе знаний, полученных как на занятиях СБО, так и на занятиях по другим предметам.

Беседы на занятиях по СБО являются одним из основным методов обучения и применяются в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии.

В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, например, она может носить информационный характер. В этом случае необходимо выяснить у учащихся имеющиеся у них знания и представления. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др.

Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Учитель организует игру и руководит ею в соответствии с заранее разработанным планом. Игры могут занимать часть урока или как итоговое занятие на урок.

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

Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. В ходе экскурсии могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм.

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного.

На занятиях по СБО следует уделять внимание на обогащение словарного запаса. В поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся.

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

СБО учащихся должно иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Тематика и последовательность занятий по СБО отражаются в классном журнале.

Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем учитель определяет самостоятельно, с учетом возможности детей и в зависимости от местных условий.

При организации кабинета по СБО необходимо учитывать санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Учащиеся ведут тетрадь для краткой записи основных сведений и зарисовок.

Домашние задания не задаются.

Место в учебном плане

1 час в неделю, 34 часа в год

<b>I четверть</b>	<b>II четверть</b>	<b>III четверть</b>	<b>IV четверть</b>
9 уроков	7 уроков	11 уроков	8 уроков
1 Проверочные работы ( тестовые )			
1 Самостоятельные работы	1 Самостоятельные работы (тест)	2 Самостоятельные работы	1 Самостоятельные работы (тест)
1 Контрольная работа	1 Контрольная работа	1 Контрольная работа	Годовая контрольная работы

**Основной формой организации учебного процесса** является классно-урочная система. В качестве дополнительных форм организации образовательного процесса используется система консультационной поддержки, индивидуальных занятий, самостоятельная работа обучающихся с использованием современных информационных технологий. Организация сопровождения обучающихся направлена на:

- создание оптимальных условий обучения;
- исключение психотравмирующих факторов;
- сохранение психосоматического состояния здоровья учащихся;
- развитие положительной мотивации к освоению программы;

- развитие индивидуальности каждого ребенка.

**Контроль** за уровнем знаний обучающихся предусматривает проведение практических, контрольных работ как в традиционной, так и в тестовой формах.

Формы контроля

- индивидуальный
- групповой
- фронтальный

Виды контроля

- предварительный
- текущий
- тематический
- итоговый

**УМК: «Социально – бытовая ориентировка» в специальных ( коррекционных ) образовательных учреждениях VIII вида под ред. А.М. Щербаковой. Москва «Владос»,2008г.**

## **2.СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

О предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нём; о необходимости соблюдения правил гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека; почему нужно соблюдать одежду и обувь в чистоте; как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов; Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды, средства выведения пятен в домашних условиях, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности, правила стирки изделий, значение диетического питания, название и рецепты некоторых национальных блюд, основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции, обязанности, связанные с заботой о детях, правила расстановки мебели в квартире, правила хранения жилищного фонда, основные маршруты самолетов, порядок приобретения билетов, правила поведения в аэропорту, отличия ярмарки от рынка, виды денежных переводов, их стоимость, виды связи, способы распространения инфекционных заболеваний, меры по предупреждению инфекционных заболеваний, правила и приемы ухода за больным, составные части бюджета семьи и их размер, правила экономии, правила пользования услугами предприятия бытового обслуживания населения, учреждения и отделы по трудоустройству, виды документов необходимых при поступлении на работу. Подбирать одежду и обувь, рационально выбирать товары, выводить пятна на одежде, составлять меню диетического питания на день и для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола, анализировать различные семейные ситуации, поддерживать и укреплять семейные традиции, выполнять обязанности, связанные с заботой о детях, встречать гостей, анализировать поступки людей, расставлять мебель в квартире, ориентироваться в расписании транспортных средств, заполнять почтовый и телеграфный перевод, оформить квитанции по оплате телефонных услуг, строго соблюдать личную гигиену, ставить горчичники, обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий, подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получение зарплаты, подсчитать расходы, снимать показатели счетчика, обращаться в отделы кадров для устройства на работу, написать заявление о принятии на работу, о предоставлении очередного отпуска, автобиографию.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### **Учащиеся должны знать:**

О предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нём; о необходимости соблюдения правил гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека; почему нужно соблюдать одежду и обувь в чистоте; как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов; Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды, средства выведения пятен в домашних условиях, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности, правила стирки изделий, значение диетического питания, название и рецепты некоторых национальных блюд, основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции, обязанности, связанные с заботой о детях, правила расстановки мебели в квартире, правила хранения жилищного фонда, основные маршруты самолетов, порядок приобретения билетов, правила поведения в аэропорту, отличия ярмарки от рынка, виды денежных переводов, их стоимость, виды связи, способы распространения инфекционных заболеваний, меры по предупреждению инфекционных заболеваний, правила и приемы ухода за больным, составные части бюджета семьи и их размер, правила экономии, правила пользования услугами предприятия бытового обслуживания населения, учреждения и отделы по трудоустройству, виды документов необходимых при поступлении на работу.

#### **Учащиеся должны уметь:**

Подбирать одежду и обувь, рационально выбирать товары, выводить пятна на одежде, составлять меню диетического питания на день и для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола, анализировать различные семейные ситуации, поддерживать и укреплять семейные традиции, выполнять обязанности, связанные с заботой о детях, встречать гостей, анализировать поступки людей, расставлять мебель в квартире, ориентироваться в расписании транспортных средств, заполнять почтовый и телеграфный перевод, оформить квитанции по оплате телефонных услуг, строго соблюдать личную гигиену, ставить горчичники, обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий, подсчитать бюджет

семьи, составить доверенность на получение зарплаты, подсчитать расходы, снимать показатели счетчика, обращаться в отделы кадров для устройства на работу, написать заявление о принятии на работу, о предоставлении очередного отпуска, автобиографию.

#### 4. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

1. Учебники	«Социально – бытовая ориентировка» в специальных ( коррекционных ) образовательных учреждениях VIII вида под ред. А.М. Щербаковой. Москва «Владос»,2008г.
2. Программа	Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5 – 9 классы. Москва «Владос» 2014г.
3. Справочно-методическая литература	М.В.Антропова «Основы гигиены учащихся», Москва,1991г. М.М.Бибиков «Что надо знать о пользовании электроэнергией и газом в быту», Москва 1970г. А.Д.Волков «Трудоустройство», Москва 2001г. Е.А.Рыкова «Технология поиска работы», Москва, 2001г. Трудовой кодекс РФ, Москва 2002г.
4. Информационные ресурсы	Интернет. Сайт «Яндекс» (Обучение и воспитание школьников специальных (коррекционных) школ VIII вида) Электронные учебные издания "Просвещение-Медиа"

### 5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

<b>1.</b>	<b>Введение</b>	<b>2ч.</b>
<b>2.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>3ч.</b>
<b>3.</b>	<b>Одежда и обувь</b>	<b>4ч.</b>
<b>4.</b>	<b>Питание</b>	<b>7ч.</b>
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>6ч.</b>
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>4ч.</b>
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>5ч.</b>
<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>2ч.</b>
<b>9.</b>	<b>Годовая контрольная работа.</b>	<b>1ч.</b>

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание/ тема урока</i>	<i>кол-во часов</i>	<i>Словарная работа</i>	<i>Наглядный материал и оборудование</i>	<i>Примечание</i>	<i>Дата</i>
<i>1 четверть – 9 часов</i>						
<i>Введение – 2ч.</i>						
<i>1</i>	<i>Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нём.</i>	<i>1</i>	<i>СБО</i>	<i>Правила поведения.</i>		<i>03.09</i>
<i>2</i>	<i>Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно – гигиенических требований на занятиях.</i>	<i>1</i>		<i>Правила безопасности в кабинете СБО.</i>		<i>10.09</i>
<i>Личная гигиена – 3ч.</i>						
<i>3</i>	<i>Личная гигиена. Предметы и средства личной гигиены.</i>	<i>1</i>	<i>гигиена</i>			<i>17.09.</i>

4	<i>Уход за волосами ( мытье, причёска).</i>	1		расчески, массажные щетки для волос, , зеркала, полотенце, средство по уходу за волосами		<b>24.09.</b>
5	<i>Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.</i>	1		Книга, настольная лампа, растительные продукты.		<b>01.10</b>
<b>Одежда и обувь – 4ч.</b>						
6	<i>Виды одежды и головных уборов.</i>	1	конфигурация	Одежда, головные уборы		<b>08.10</b>
7-8	<i>Уход за одеждой.</i>	2	инструкция	пуговицы, образцы тканей, гладильные доски, крючки, кнопки, утюги		<b>15.10</b> <b>22.10</b>
9	<i>Обувь, уход за обувью.</i>	1		Обувь, щётки, крем для обуви.		<b>29.10</b>
<b>II четверть -7 часов</b>						
<b>Питание – 7ч.</b>						
10	<i>Продукты питания</i>	1	кулинария	книги по кулинарии		<b>12.11</b>
11	<i>Место и условия для приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними.</i>	1	Название кухонных приборов и посуды.	кухонное оборудование		<b>19.11</b>
12	<i>Приготовление завтрака.</i>	1	Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.	Книги по кулинарии.		<b>26.11</b>
13	<i>Яйца отварные, яичница и омлет.</i>	1		Книги по кулинарии.		<b>03.12</b>
14	<i>Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая.</i>	1		Книги по кулинарии.		<b>10.12</b>
15	<i>Сервировка стола к завтраку.</i>	1		Книга по этикету.		<b>17.12</b>
16	<i>Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды.</i>	1	Кухонная принадлежность, посуда.	Бытовая химия		<b>24.12</b>
<b>III четверть – 11 часов</b>						
<b>Культура поведения – 6ч.</b>						
17	<i>Осанка при ходьбе в положении сидя и стоя.</i>	1	Осанка, сколиоз.	Мед. книга с иллюстрациями ( искривления позвоночника) .		<b>14.01</b>

18	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	1	Этикет, приветствие, вежливые слова.			21.01
19	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.	1				28.01
20	Разговор со старшими и сверстниками.	1				04.02
21-22	Правила поведения за столом.	2		Книга по этикету.		11.02 18.02
<b>Жилище – 4ч</b>						
23	Виды жилых помещений в городе и деревне.	1				25.02
24-25	Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления.	2				03.03 10.03
26	Почтовый адрес дома и школы – интерната.	1	Адрес, индекс, домашний адрес.	Открытки, почтовые конверты.		14.03
<b>Транспорт - 5ч</b>						
27	Наземный городской транспорт.	1		Иллюстрации (виды транспортов).		17.03
<b>IV четверть – 8 часов</b>						
28	Проезд в школу – интернат (маршрут, виды транспорта).	1	Все транспорты.	Виды транспортов.		07.04
29,30,31	Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	3	Светофор.	Книга по этикету. Дорожные знаки, Правила дорожного движения.		14.04 21.04 28.04
<b>Торговля – 3ч</b>						

<b>32,33</b>	<b><i>Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение..</i></b>	<b><i>2</i></b>	Бакалея, кассир, кондитерская, кулинария, продавец, продуктовый магазин, срок годности, срок хранения, фасовка, чек.	. 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».		<b><i>05.05 12.05</i></b>
<b>34</b>	<b><i>Годовая контрольная работа.</i></b>	<b><i>1</i></b>				<b><i>19.05</i></b>