

РАССМОТРЕНА

на заседании
Исторического МЦ
протокол №_5_от 18.06.2021

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно –
методического совета
протокол №1 от 30.08.2021.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МАОУ СОШ №46 с УИОП
от 30.08.2021 №176-од
/ В.А.Крукле

**Рабочая учебная программа по
Социально-бытовой ориентировке**
адаптированная
с учётом наличия в классе детей с ОВЗ
с интеллектуальными нарушениями (вариант1)
7 класс

Учитель Кузьмин Леонид Викторович, высшая категория

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема воспитания и социализации подрастающего поколения является одной из важнейших для любого общества. Школа для детей с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями) готовит учащихся к самостоятельному труду и дает им определенный объем знаний и умений, а также необходимые нравственные понятия, навыки культурного поведения. Процесс обучения и воспитания личности ребенка с легкой умственной отсталостью направлен на коррекцию недостатков в развитии и, в конечном счете, создает предпосылки социальной адаптации детей данной категории. Социальная адаптация, т.е. активное приспособление к условиям социальной среды путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в обществе, является универсальной основой для личного и социального благополучия человека.

Первоочередная цель предмета СБО – формирование знаний, умений и навыков, сопутствующих социальной адаптации обучающихся, повышение уровня общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни.

Занятия по социально-бытовой ориентировки не сводится только к владению умением вести домашнее хозяйство. Задачи предмета значительно шире. Дети с интеллектуальной недостаточностью в силу своего развития не могут самостоятельно приобретать знания и умения. Играть роль и относительно меньшие возможности общения с окружающим миром, со сверстниками и взрослыми у данных учащихся.

Большое значение для успешного закрепления приобретаемых в школе знаний и умений имеет их практическое применение в домашних условиях.

Касаясь вопросов семьи, следует отметить, что далеко не все учащиеся имеют правильный образец создания семейного уклада, что заведомо мешает полноценно решить эту проблему в будущем.

Актуальность проблемы послужила необходимостью создания специальной программы по подготовке к самостоятельной жизни в обществе обучающихся. В связи с неоднородностью состава учащихся, уровнем знаний по основным предметам и об окружающем мире возникла необходимость создания рабочей программы по СБО с учетом имеющихся трудностей.

Рабочая программа по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» для 7в класса составлена на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией В.В.Воронковой. Москва. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011 год. УМК включает Субчева, В.П. Социально-бытовая ориентировка. 7 класс [Электронный ресурс] : учеб. пособие для спец. (коррекцион.) школ VIII вида / В.П. Субчева. — М. : ВЛАДОС, 2013 .

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений и навыков. Материал рабочей 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, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

Цель программы: направлена на практическую подготовку учащихся 7в класса к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития.

Задачи программы:

1. Формирование знаний и умений и навыков, способствующие социальной адаптации учащихся.
2. Привитие навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.
3. Воспитание личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда;
4. Развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Условия реализации программы

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, ИКТ, демонстрация учебных фильмов и др.

В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации **практических работ**, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя), а также с применением ИКТ.

Уроки: традиционные: (ознакомления с новым материалом; закрепления изученного материала; проверки знаний, умений и навыков; систематизации и обобщению изученного материала), нетрадиционные уроки (экскурсии, урок-турнир и т.д.)

Формы работы на уроке: фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.

Методы обучения: словесные, наглядные, практические.

Технологии обучения: игровые, здоровьесберегающие; информационно-коммуникационные; личностно-ориентированные; технологии разноуровневого и дифференцированного обучения, ИКТ и т.д.

При реализации данной программы используется **формы** контроля: индивидуальный фронтальный. Который в свою очередь делится на **типы:** внешний контроль учителя за деятельностью учащихся, взаимоконтроль и самоконтроль учащихся. Контроль проводится текущий и итоговый.

Методы контроля: устный опрос, самостоятельная работа, тест.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Знать:

- Правила закаливание организма, правила обтирания, правила соблюдения личной гигиены во время физических упражнений, походов, правила ухода за ногами.
- Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.
- Способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него, различные меню ужина.
- Основные средства связи; виды почтовых отправок, стоимость почтовых услуг при отправлении писем, виды телеграфных услуг.
- Виды медицинской помощи, функции основных врачей-специалистов.
- Состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, правила поведения в семье.
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила организации рабочего места школьника, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно-гигиенические требования, назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире. Правила стирки изделий, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.
- Основные транспортные средства, виды междугородного транспорта, стоимость проезда во всех видах транспорта, порядок приобретения билетов и талонов.
- Основные виды продовольственных магазинов, их отделы, виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.
- Слова, обозначающие понятия, указанные в программе. Название предметов и материалов, используемых в работе и действия с ними..

Уметь:

- Мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук, подбирать косметические средства для ухода за кожей рук, подбирать косметические средства для ухода за ногами.
- Культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.
- Отваривать макаронные изделия, варить кашу на воде и молоке, отваривать картофель и готовить пюре, готовить запеканки из овощей и творога, оформлять готовые блюда, сервировать стол.
- Находить по справочнику индекс предприятий связи, записывать адреса с индексом на конвертах, составлять различные тексты телеграмм, заполнять телеграфные бланки.
- Записываться на прием к врачу, вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке.
- Проводить сухую и влажную уборку помещения, чистить ковры, книжные полки, батареи, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства, ухаживать за комнатными растениями.
- Пришивать пуговицы, крючки, кнопки, зашивать одежду. Подшивать платья, брюки, рукава. Подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия.
- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения транспорта, определять направление и зоны, пользоваться кассой-автоматом при покупке билетов на пригородные поезда.
- Подбирать продукты к ужину с учетом меню, обращаться к продавцу, кассиру.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личная гигиена подростка. Пользование шампунем. Мелкий ремонт одежды. Штопка одежды. Заплата нашивная. Заплата декоративная. Ремонт одежды. Бытовая техника для стирки. Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Стирка изделий из шёлка. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Химчистка. Виды услуг. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды вагонов. Билеты. Расписание. Приобретение железнодорожных билетов. Камера хранения багажа.

Регулярная уборка. Сезонная уборка. Способы ухода за окнами. Виды моющих средств. Санитарная обработка помещений. Способы и средства ухода за полом. Уход за мебелью. Жилище. Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал.

Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах. Первая помощь при ранах, микротравмах.

Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах.

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

Приготовление пищи: обед. Закуски. Приготовление салата. Первые блюда. Вторые блюда. Приготовление вторых блюд. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов на кухне. Сервировка стола к обеду.

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

Промышленные предприятия. Название рабочих специальностей. Сельскохозяйственные предприятия. Виды выпускаемой продукции.

Промтоварные магазины, их назначение. Отделы магазинов. Стоимость и порядок приобретения товара.

Виды бандеролей. Упаковка. Порядок отправления.

Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

Помощь родителям по уходу за младшими детьми.

Разучивание игр. Чтение сказок.

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

Правила приёма приглашения в гости. Подготовка к поездке в гости. Подарки. Культура поведения.

Изготовление несложных сувениров.

Деньги. Значение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

Упражнения по определению доходов семьи. Повторение тем пройденных за год

№ п.п	Тема урока	Количество часов
1	Личная гигиена подростка	1
2	Гигиена одежды	1
3	Правила приёма приглашения в гости	1
4	Подготовка к поездке в гости	2
5	Подарки	1
6	Культура поведения. Практическая работа	1
7	Мелкий ремонт одежды	1
8	Штопка одежды	1
9	Заплата нашивная	1
10	Заплата декоративная	1
11	Практическая работа по ремонту одежды	1
12	Бытовая техника для стирки	1
13	Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани	2
14	Стирка изделий из шёлка	1
15	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды	1
16	Химчистка. Виды услуг	1
17	Регулярная уборка	1
18	Сезонная уборка	1
19	Способы ухода за окнами	1
20	Виды моющих средств	1
21	Санитарная обработка помещений	1
22	Способы и средства ухода за полом	1
23	Уход за мебелью	1
24	Жилище.	1
25	Домашняя аптечка	1
26	Термометр	1
27	Лекарственные растения	1
28	Первая помощь при травмах.	1
29	Первая помощь при ранах, микротравмах	1
30	Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах	1
31	Приготовление пищи: обед.	1
32	Закуски.	1
33	Салаты.	1
34	Первые блюда.	1
35	Вторые блюда.	1
36	Приготовление вторых блюд.	1
37	Третьи блюда.	1
38	Использование электробытовых приборов на кухне.	1
39	Сервировка стола к обеду	2
40	Промтоварные магазины.	1
41	Отделы магазинов	1
42	Стоимость и порядок приобретения товара	1
43	Междугородний железнодорожный транспорт	1
44	Вокзал и его службы.	1
45	Виды вагонов.	1
46	Билеты. Расписание.	1
47	Приобретение железнодорожных билетов.	1
48	Камера хранения багажа. Тестовая работа.	1
49	Виды бандеролей	1

50	Упаковка. Порядок отправления	1
51	Помощь родителям по уходу за младшими детьми	1
52	Разучивание игр	2
53	Чтение сказок	1
54	Деньги. Значение в нашей жизни.	1
55	Бюджет семьи.	2
56	Источники доходы.	1
57	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
58	Мелкие расходы.	1
59	Промышленные предприятия.	1
60	Название цехов, отделов	1
61	Название рабочих специальностей	1
62	Сельскохозяйственные предприятия	1
63	Виды выпускаемой продукции.	1
64	Итоговое повторение	2