

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
казенное общеобразовательное учреждение Омской области
«Адаптивная школа №12»

Утверждаю:
Директор КОУ «Адаптивная школа №12»
Т.Н. Патрушева _____
Приказ № 116-од от 02.09.2024г.

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Социально-бытовая ориентировка»
для 5г класса
на 2024-2025 учебный год

Разработана и реализуется в соответствии
с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

Составитель: учитель
социально-бытовой ориентировки
Кокорич Н.П.

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
учителей технологии
протокол № 1 от 27.08.2024г.

Руководитель МО
С.А.Заливина _____
(подпись)

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
Е.В.Деева _____
(подпись)

Омск, 2024

Пояснительная записка

Рабочая учебная программа для обучающихся 5 класса разработана в соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ РФ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»; в соответствии с содержанием типовой Программы для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида Казаковой С.А. под редакцией Воронковой В.В., рекомендованной Министерством образования и науки РФ.

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. Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Цель - практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи обучения:

- формировать и совершенствовать навыки самообслуживания;
- обучать школьников вести домашнее хозяйство, ориентироваться в окружающем мире;
- развивать способности обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы);
- развивать все познавательные процессы (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- воспитывать положительное отношение к труду, чувство коллективизма, умение работать в группе.

Учебный материал рабочей учебной программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

При планировании уроков СБО учитываются межпредметные связи с учебными предметами:

- русский язык и развитие речи - закрепление навыков письма при выполнении письменных работ;
- математика - математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п.;
- география - знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий;
- биология - знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления;
- трудовое обучение - выполнение практических заданий по уходу за одеждой.

В зависимости от задач урока используются разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя). Основными формами и методами обучения в 5 классе являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов и др. 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 и т. д.

При составлении рабочих учебных программ изменений в содержание внесено не было. Распределение и концентрация учебного материала по разделам осуществлялась с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей группы обучающихся. Уроки проводятся в кабинете СБО, который приспособлен и имеет необходимое оборудование для реализации данной программы. В календарно-тематическом планировании предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии. Запланированы уроки с использованием регионального компонента и информационно-коммуникационных технологий, экскурсия в продовольственный магазин.

Уроки СБО по данной рабочей учебной программе для 5 класса проводятся по 1 часу в неделю, 34 часа в год (варьируется от расписания).

Содержание программы

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов
	Вводные уроки	2
I	Личная гигиена	3
II	Одежда и обувь	3
III	Культура поведения	4
IV	Жилище	5
V	Транспорт	4
VI	Торговля	3
VII	Питание	8
	Итого:	32

Содержание по разделам

Вводные уроки.

Знакомство с назначением уроков СБО. Правила поведения в классе.

I. Личная гигиена.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению, пагубное влияние на курение, алкоголя на здоровье и развитие детского организма. Воспитание силы воли.

II. Одежда и обувь.

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.

III. Культура поведения.

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.

IV. Жилище.

Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы.

V. Транспорт.

Виды транспортных средств. Проезд в школу и домой. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

VI. Торговля.

Виды торговых предприятий, их значение для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Виды товаров фасованные, на развес и розлив. Порядок приобретения товаров. Срок годности и стоимость, хранение. Экскурсия в продовольственный магазин.

VII. Питание.

Значение питания в жизнедеятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола.

**Календарно-тематическое планирование по учебному предмету
«Социально - бытовая ориентировка» в 5 г классе
I четверть (9 часов) – 1 час в неделю**

№ п/п	Тема раздела / урока	Цель раздела		Кол- во часов	Дата
		Теоретическая цель раздела	Практическая цель раздела		
1	Вводный урок. Значение предмета социально-бытовой ориентировки			1	
2	Особенности уроков СБО			1	
I	Личная гигиена	Знакомство учащихся со значением личной гигиены для здоровья и жизни человека, значением и правилами проведения утреннего и вечернего туалета	Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов	3	
3	Личная гигиена			1	
4	Уход за волосами			1	
5	Гигиена зрения и слуха. ИКТ			1	
II	Одежда и обувь	Знакомство учащихся с видами одежды, головных уборов, обувью, правилами ухода за одеждой и обувью	Сушка и чистка домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви	3	
6	Виды одежды и головных уборов			1	
7	Уход за одеждой. ИКТ			1	
8	Обувь, уход за обувью			1	
III	Культура поведения	Знакомство со значением осанки для здоровья человека, с правилами сохранения и исправления осанки	Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки	1	
9	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя			1	

II четверть (7 часов) – 1 час в неделю

№ п/п	Тема раздела / урока	Цель раздела		Кол- во часов	Дата
		Теоретическая цель раздела	Практическая цель раздела		
III	Культура поведения (продолжение)	Знакомство с правилами поведения, обращения к старшим и сверстникам при встрече, расставании	Участие в сюжетно-ролевой игре, ситуативных диалогах	3	
1	Формы обращения к старшим и сверстникам			1	
2	Формы обращения к старшим, сверстникам с просьбой, вопросом			1	

3	Правила поведения за столом. ИКТ		1	
IV	Жилище	Знакомство с видами жилых помещений в городе и в деревне	Нахождение различий в видах жилых помещений	4
4	Виды жилых помещений в городе и в деревне. ИКТ		1	
5	Жилой дом, жилые помещения		1	
6	Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления		1	
7	Повторение пройденного учебного материала		1	

III четверть (10 часов) – 1 час в неделю

№ п/п	Тема раздела / урока	Цель раздела		Кол- во часов	Дата
		Теоретическая цель раздела	Практическая цель раздела		
IV	Жилище (продолжение)	Знакомство с видами жилых помещений в городе и в деревне	Заполнение почтового адреса	1	
1	Почтовый адрес дома, школы		1		
V	Транспорт	Знакомство с оплатой проезда в транспорте	Составление маршрута от дома до школы	4	
2	Наземный городской транспорт		1		
3	Проезд в школу. РК		1		
4	Поведение в транспорте и на улице		1		
5	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. РК		1		
VI	Торговля	Знакомство учащихся с видами торговых предприятий и их значением	Экскурсия в продовольственный магазин	3	
6	Назначение, виды магазинов		1		
7	Назначение специализированных магазинов		1		
8	Порядок приобретения товаров. ИКТ		1		
VII	Питание	Знакомство со значением продуктов для здоровья человека	Уход за посудой и кухонными принадлежностями	2	
9	Продукты питания		1		
10	Кухонные принадлежности и приборы, посуда		1		

IV четверть (6 часов) – 1 час в неделю

№ п/п	Тема раздела / урока	Цель раздела		Кол- во часов	Дата
		Теоретическая цель раздела	Практическая цель раздела		
VII	Питание (продолжение)	Знакомство с правилами чтения рецепта, подбором	Чтение рецепта, подбор продуктов,	6	

		продуктов и приготовлением простых блюд и чая	соблюдение правил по технике безопасности при приготовлении пищи	
1	Место и условия приготовления пищи. ИКТ		1	
2	Приготовление завтрака		1	
3	Блюда из яиц		1	
4	Приготовление винегрета		1	
5	Заваривание чая		1	
6	Повторение пройденного учебного материала		1	

Основные требования к уровню подготовки учащихся

Должны знать/осознавать/понимать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя;
- виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля);
- требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом;
- виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника;
- основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде;
- виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине;
- значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

Должны уметь:

- совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду;
- следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым;
- писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения;
- выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли;
- прочесть рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.

Перечень учебно-методического обеспечения

Литература

Нормативно-правовые документы:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ от 29.12.2012 г.
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (нарушением интеллекта).

Учебно-методическая литература:

1. Воронкова, В. В., С. А. Казакова, С. А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя/ В. В. Воронкова, С. А. Казакова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 247 с. – (Коррекционная педагогика).
2. Девяткова, Т. А., Кочетова, Л. Л., Петрикова, А. Г., Платонова, Н. М., Щербакова, А. М. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/Под редакцией А. М. Щербаковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 304 с.
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. – 5 – 9 классы: пособие для учителя/С.А. Львова. – М.: ВЛАДОС, 2005.
4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011г. – Сб. 2.- 224с.
5. Социально-бытовая ориентировка. 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А. Казаковой / авт.-сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева. – Волгоград: Учитель. – 160 с.
6. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развёрнутое тематическое планирование / авт.-сост. С.А. Львова. – Волгоград: Учитель, 2013. – 135 с.
7. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
8. Хилько, А. А., Ермощенко, М. Е., А. Д. Смирнова, А. Д. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»). – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006. – 223 с.

Литература для учащихся

1. Ковтонюк М.В. Рабочая тетрадь по социально-бытовой ориентировке и методические рекомендации по её использованию. 5 класс С(К)ОУ VIII вида/М.В. Ковтонюк. – Пермь, 2007.
2. Романова О.Л. Полезные навыки. Рабочая тетрадь для 5 класса: учеб. Пособие для 5-7 классов сред. школы по предупреждению употребления ингалянтов и наркотиков/ Проект ХОУП. – М. – Можайск: Полимед; Международная некоммерческая организация «Progest НОРЕ»; SAM – HSA, 2001. – 39 с.

Оборудование и приборы:

1. Кухонный гарнитур
2. Электрическая плита
3. Чайные наборы
4. Кастрюли
5. Сковородки
- 6.Блинница
- 7.Сито
- 8.Досточки для нарезания овощей
- 9.Ложки и вилки
- 10.Ножи
- 11.Поварёшка
- 12.Яйцезрезка
- 13.Тарелки
- 14.Тазы
15. Столовый набор

Дидактический материал:

1. Раздаточные карточки по теме: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Питание», «Семья», «Культура поведения», «Жилище», «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», «Медицинская помощь», «Учреждения, организации и предприятия», «Экономика домашнего хозяйства».