

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

Утверждаю:

И.о. директора КОУ «Адаптивная школа 12»

Т.Н. Патрушева _____

Приказ №180 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся 6 класса
на 2023-2024 учебный год

Составитель: учитель основ социальной жизни
Кокорич Н.П.

РАССМОТРЕНО
На заседании МО
учителей технологии
Протокол №1 от 29.08.2023г.
Руководитель МО
С.А. Заливина _____
(подпись)

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

Омск, 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая учебная программа для обучающихся 6 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). По разделам «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» проводятся практические работы, для выполнения которых учащиеся распределяются на бригады по 4-5 человек. Это позволяет 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 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. Запланировано 5 уроков с использованием регионального компонента, 5 уроков с использованием информационно-коммуникационных технологий, 3 экскурсии.

Уроки СБО по данной рабочей учебной программе для 6 класса проводятся по 1 часу в неделю, 34 часа в год (варьируется от расписания).

Содержание программы 6 класса

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов
I	Личная гигиена	3
II	Одежда и обувь	6
III	Семья	2

IV	Культура поведения	3
V	Жилище	4
VI	Транспорт	4
VII	Торговля	2
VIII	Средства связи	3
IX	Медицинская помощь	2
X	Учреждения, организации и предприятия	1
XI	Питание	4
Итого:		34

Содержание по разделам

I. Личная гигиена

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног) Профилактика грибковых заболеваний.

Практические работы. Обтирание тела, принятие душа, воздушных и солнечных ванн под наблюдением взрослых; выполнение физических упражнений — утренняя зарядка; выбор сезонной одежды, головного убора, обуви в процессе игровой ситуации; мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

II. Одежда и обувь

Мелкий ремонт одежды. Поддержание одежды в порядке (пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва). Стирка изделий из хлопчатобумажных и шёлковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Практические работы. Пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок на домашнюю и школьную одежду; подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва; стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных, и шёлковых тканей.

III. Семья

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

IV. Культура поведения

Поведение в общественных местах (театре, кино, клубе, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

V. Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.

Повседневная уборка жилого помещения (сухая и влажная), пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом, средства по уходу за полом.

Практические работы. Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов. Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

VI. Транспорт

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Практические работы. Экскурсии на вокзал. Определение пункта назначения, зоны и стоимости проезда на пригородном поезде в прямом и обратном направлении, пользование кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.

VII. Торговля

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

Практические работы. Знакомство с отделами магазина и видами товаров, количеством и ценой продаваемой продукции, гарантийным сроком; приобретение доступного по цене товара, проверка чека и сдачи.

VIII. Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма). Виды писем (открытое, закрытое, простое, заказное, ценное с уведомление). Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг, тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текста телеграмм.

Практические работы. Экскурсия на почту, телеграф: написание адреса на почтовых конвертах, на открытках «уведомление» и телеграмме.

IX. Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение. Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др. Виды врачебной помощи: доврачебная, помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи.

Практические работы. Экскурсия в аптеку для знакомства с отделами, с видом отпуска товара: по рецептам, без рецепта, готовых и на заказ лекарств и медицинского оборудования: термометр, пипетка, пинцет и др.

X. Учреждения, организации и предприятия

Дошкольные учреждения - детские ясли, детсад, дом детского творчества, их назначение.

Практические работы. Экскурсия в дом детского творчества для ознакомления с видами кружков; выбор кружка с учетом своих интересов для организации свободного времени.

XI. Питание

Гигиена приготовления пищи, хранение продуктов и готовой пищи, определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину.

Практические работы. Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и других продуктов).

**Календарно-тематическое планирование по учебному предмету
«Социально - бытовая ориентировка» в 6 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		
I	Личная гигиена	Знакомство со значением закаливающих процедур, способами закаливания и приёмами выполнения	Уход за телом	3	
1	Закаливание организма. Способы закаливания. ИКТ			1	
2	Уход за руками			1	
3	Уход за ногами. Грибковые заболевания кожи. ИКТ			1	
II	Одежда и обувь	Знакомство с мелким ремонтом одежды	Пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва, стирка и утюжка изделия из хлопчато-бумажной ткани	6	
4	Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалок			1	
5	Пришивание петель, крючков			1	
6	Зашивание распоровшегося шва. Подшивание брюк, платья			1	
7	Стирка изделий из хлопчатобумажных тканей			1	
8	Стирка изделий из шелковых тканей			1	
9	Приемы утюжки фартуков, салфеток, косынок			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	Семья	Представление о семье, личных взаимоотношениях, правах и обязанностях каждого члена семьи	Беседа с родителями, запись сведений о них и других членах семьи	2	
1	Состав семьи учащихся. Родственные отношения			1	
2	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. ИКТ			1	
IV	Культура поведения	Знакомство с правилами культурного поведения в театре, кинотеатре	Сюжетно-ролевая игра «Посещение театра»	3	
3	Правила поведения в театре, кинотеатре. РК			1	
4	Правила поведения в музее, библиотеке. РК			1	

5	Подготовка и проведение сюжетной игры «Посещение театра»		1	
V	Жилище	Изучение основных гигиенических требований к жилому помещению	Уход за комнатными растениями полив, опрыскивание, пересадка	2
6	Гигиенические требования к жилому помещению. Организация рабочего места школьника		1	
7	Повседневная сухая уборка квартиры. Приемы безопасной работы с пылесосом		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		
V	Жилище (продолжение)	Изучение основных гигиенических требований к жилому помещению	Влажная уборка помещения, уход за комнатными растениями	2	
1	Повседневная влажная уборка квартиры. Уход за мебелью			1	
2	Средства ухода за полом, зеркалами, стеклами. Комнатные растения. ИКТ			1	
VI	Транспорт	Знакомство с основными транспортными средствами и их назначением	Определение пункта назначения, зоны и стоимости проезда на пригородном поезде	4	
3	Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. РК			1	
4	Оплата проезда. Рациональные маршруты передвижения			1	
5	Пригородные поезда, расписание движения			1	
6	Направления, зоны движения пригородных поездов. Разовые и сезонные билеты			1	
VII	Торговля	Знакомство с видами магазинов, видами товаров и их стоимостью	Посещение отделов магазина	2	
7	Продовольственные специализированные магазины. Виды товаров и их стоимость			1	
8	Порядок приобретения товаров в магазинах			1	
VIII	Средства связи	Знакомство с основными средствами связи, видами почтовых отправлений	Экскурсия на почту	2	
9	Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. ИКТ			1	
10	Виды писем. Порядок отправления писем различных видов. РК			1	

IV четверть (8 часов) – 1 час в неделю

№ п/п	Тема раздела / урока	Цель раздела		Кол-во часов	Дата
		Теоретическая цель раздела	Практическая цель раздела		
VIII	Средства связи (продолжение)	Знакомство с основными средствами связи, видами почтовых отправлений	Заполнение адресов писем, телеграфных бланков	1	
1	Заполнение адреса, индекса на конвертах			1	
IX	Медицинская помощь	Знакомство с видами медицинских учреждений, видами медицинской помощи	Экскурсия в аптеку. Вызов скорой медицинской помощи и врача на дом	2	
2	Виды медицинских учреждений. Виды медицинской помощи			1	
3	Работники медицинских учреждений. Вызов скорой медицинской помощи. РК			1	
X	Учреждения, организации и предприятия	Знакомство с видами дошкольных и учебных учреждений	Выбор кружка с учетом своих интересов для организации свободного времени	1	
4	Дом детского творчества, кружки			1	
XI	Питание	Знакомство с правилами приготовления, приёмами хранения пищи, правилами замораживания, размораживания продуктов	Приготовление каши на воде и на молоке, пюре. Оформление готовых блюд	4	
5	Гигиена приготовления и хранения пищи			1	
6	Замораживание, размораживание продуктов			1	
7	Приготовление манной каши, отваривание макарон			1	
8	Оформление готовых блюд			1	

Основные требования к уровню подготовки учащихся 6 класса

Должны знать/осознавать/понимать:

- правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани;

- место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье;
- правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками;
- гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия, назначение комнатных растений и уход за ними;
- виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета;
- виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов;
- перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте;
- меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях;
- виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества;
- способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

Должны уметь:

- закалывать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ;
- пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки;
- зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани;
- рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье;
- культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми;
- производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом, ухаживать за комнатными растениями;
- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов;
- выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города;
- заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку;
- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки;
- обращаться с вопросами к работникам ДЮЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения;
- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.

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) школе VIII вида. – 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. Субчева В.П., Социально-бытовая ориентировка 6 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида – М., ВЛАДОС, 2013
6. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 классы. – М., ВЛАДОС, 2012
7. 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. Имре И. Ходи по улицам с умом/И.Имре; {пер. с венг.}. – М.: РИПОЛ классик, 2011. – 64с.
2. Онучин А.Н. Твоё родословное древо: практическое пособие по составлению родословной/А.Н.Онучин. – Пермь: Издательство Ассоциации генеалогов-любителей, 1992. – 40с.
3. Романова О.Л. Полезные навыки. Рабочая тетрадь для 6 класса: учеб. Пособие для 5-7 классов сред. школы по предупреждению употребления ингалянтов и наркотиков/ Проект ХОУП. – М. – Можайск: Полимед;

Международная некоммерческая организация «Project HOPE»; SAMHSA, 2001. – 35 с.

4. Секреты домоводства. Сост. Е.В. Разамат, ред. Р. Терновская 318с.: ил. 1993, Издательство Мехнат

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.Яйцerezка
- 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».