

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пудостьская средняя общеобразовательная школа»**

Адаптированная рабочая программа
для детей с умственной отсталостью
по учебному предмету «СБО»
для 5-9 класса

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 – 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» В.И. Романина, Н.П. Павлова). М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2010 год;

программу составила: педагог-психолог
Писковая Татьяна Владимировна

2018 год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к рабочей программе по социально - бытовой ориентировке

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5 – 9 классы под редакцией В. В. Воронковой (авторы коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» В.И. Романина, Н.П. Павлова). М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2010 год

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.

На СБО отводится 68 часов в 5-9 классах. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, 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 людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса СБО:

1. Личная гигиена
2. Культура поведения
3. Одежда и обувь
4. Семья
5. Жилище
6. Средства связи
7. Питание
8. Медицинская помощь
9. Бытовая техника
10. Транспорт
11. Торговля
12. Безопасность дома, на улице, в интернете.

13. Экономика домашнего хозяйства

Реализуя разделы курса СБО в учебном процессе, решаются следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

Развитие психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На занятиях по СБО уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

Личностными результатами изучения курса являются:

- 1) Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- 2) Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- 3) Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- 4) Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- 5) Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

-в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

-владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных

действий: планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Основные формы и методы работы

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает: использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках СБО используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках СБО.

Практические работы – В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды

деятельности по усмотрению учителя. Активное участие в практической работе ведёт к систематизации углублению знаний, к выработке умений и навыков.

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 следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.).

Технологии:

- Словесные методы (рассказ, объяснение, беседа). Беседа может быть вводной и предварять другие виды работ для привлечения к ним интереса учащихся, а также может использоваться для закрепления полученных знаний при повторении пройденного. Беседа на занятиях СБО

всегда, где это возможно, должна сопровождаться использованием средств наглядности: реальными предметами, макетами, схемами.

- Наглядные методы (натуральные предметы: одежда, обувь, посуда; реальные объекты: помещение, учреждение, муляжи, игрушки, изображения: предметные, сюжетные).

- Практические методы (дидактические игры, упражнения, задания, тесты, самостоятельная работа).

На занятиях по СБО практическая работа по освоению того или иного навыка включает в себя инструктаж, демонстрацию правильных приемов выполнения действия, повторение учащимися этого действия. Практическое освоение навыка может проводиться только после выяснения того, насколько данный навык соответствует возможностям учащихся.

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке учащиеся научатся правилам ведения домашнего хозяйства; получают теоретические и практические знания о самостоятельной жизни и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках, достаточные для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и в быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

II. . Календарно-тематическое планирование занятий

Табл.2

№ п/п	№ п/п Раз дел	Тема занятия	Формы работы	Дата проведения
1 четверть (16 часов)				
1	1	Вводная лекция	Беседа, игровые задания.	Сентябрь
Раздел 2. «Личная гигиена» (7 занятий)				
2	1	Утренний и вечерний туалет. Правила личной гигиены в течение дня. Предметы и средства личной гигиены	Беседа, игровые задания, упражнения, практические работы самостоятельная работа.	Сентябрь
3	2	«Уход за волосами»	Беседа, игровые задания на заданную тему, упражнения, практическая деятельность,	Сентябрь

			самостоятельная работа, сюжетно – ролевая игра.	
4	3	«Уход за лицом» Использование косметических средств.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность, использование наглядных материалов.	Сентябрь
5	4	«Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз)»	Беседа, упражнения, практическая деятельность, дидактическая игра, сюжетно – ролевая игра.	Сентябрь
6	5	«Личная гигиена подростка (мальчики и девочки)»	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Сентябрь
7	6	Уход за телом и руками. Маникюр, педикюр.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Сентябрь
8	7	Использование макияж. Обзор косметических средств.	Беседа, игровые задания на заданную тему, упражнения, практическая деятельность, самостоятельная работа.	Сентябрь
Раздел 3. «Культура поведения» (6 занятий)				
9	1	Тон обращения. Вежливость.	Беседа, игровые задания, упражнения.	Октябрь
10	2	Общение со старшими. Формирование уважительного отношения.	Беседа, игровые задания на заданную тему, упражнения, сюжетно-ролевая игра.	Октябрь
11	3-4	Общение со сверстниками. Цели общения. Вида поведения. Способы реагирование. Отработка практических навыков.	Беседа, упражнения, моделирование жизненной ситуации.	Октябрь
12	5	Уместный внешний вид.	Беседа, упражнения, моделирование жизненной ситуации.	Октябрь
13	6	Формирование отношения к просьбам, помощи и отказам.	Беседа, чтение художественных произведений, просмотр иллюстраций, сюжетно-ролевая игра.	Октябрь
Раздел 4. «Одежда, обувь» (3 занятия)				
14	1	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Выбор подходящей одежды.	Беседа, дидактическая игра, составление кроссвордов по теме, упражнения, практическая	Октябрь

			деятельность.	
15	2	Ткани. Виды тканей. Уход за ними. Хранение.	Беседа, практическая деятельность.	Октябрь
16		Тестирование 1 четверть		
2 четверть (16 часов)				
1	3	Обувь. Виды, уход, хранение.	Беседа, дидактическая игра, составление кроссвордов по теме, упражнения, практическая деятельность.	Октябрь
2	4	«Выбери одежду по сезону». Женственность в одежде (мужественность).	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
Раздел 5. «Семья» (5 занятий)				
3	1	Близкие родственники. Создание родового древа. Семейные роли.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
4	2	Родственники. Поддержание контакта.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
5	3	Правила, отношения в семье, традиции. Взаимосвязь, взаимопомощь.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
6	4	Я и моя будущая семья	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
7	5	Сюжетно-ролевая игра «Семейное чаепитие», «Роли в семье»	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность.	Ноябрь
Раздел 6. «Жилище» (4 занятия)				
8	1	Виды жилых помещений в городе и деревне.	Беседа, просмотр иллюстраций, дидактическая игра.	Ноябрь
9	2	Почтовый адрес дома и школы. Подписывание открытки.	Беседа, практическая деятельность	Декабрь
10	3	Гигиенические требования к жилому помещению. Уход за своей комнатой.	Беседа, просмотр иллюстраций, дидактическая игра.	декабрь
11	4	Инвентарь и приспособления для уборки. Правила безопасности.	Беседа, просмотр иллюстраций, дидактическая игра.	Декабрь

Раздел 7. Средства связи (3 занятия)				
12	1	Виды связи. Телефон, смартфон, компьютер, телефон-автомат, письмо, электронная почта. Программы на компьютере и телефоне.	Беседа, рисование, аппликация, просмотр фильмов, дидактические игры, рисование.	Декабрь
13	2	Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб.	Беседа, рисование, практическое занятие, дидактические игры.	Декабрь
14	3	Сюжетно-ролевая игра «Телефонная справочная служба»	Беседа, рисование, практическое занятие, дидактические игры.	Декабрь
15		Обобщение пройденного материала		Декабрь
16		Тестирование 2 четверть		Декабрь
3 четверть (18 часов)				
Раздел 8. «Питание» (8 занятий)				
1	1	Значение продуктов питания для здоровья человека. Санитарно-гигиенические нормы. Здоровое питание.	Беседа, чтение произведения, просмотр картинок, показ натуральных продуктов, просмотр видеофильма.	Январь
2	2	Кухонная и столовая посуда, приборы, назначение. Правила мытья.	Беседа, практическая работа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций.	Январь
3	3	Посуда и приспособления. Правила мытья посуды	Беседа, практическая работа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций.	Январь
4	4	Место приготовления пищи. Уход за помещением, правила поведения за столом.	Беседа, практическая работа, экскурсия, сюжетно-ролевая игра.	Январь
5	5	Сервировка стола к завтраку с учетом меню. Составление меню.	Беседа, практическая работа, сюжетно-ролевая игра, моделирование жизненной ситуации.	Январь
6	6	Санитарно – гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи.	Беседа, практическая работа, упражнения, игровые задания.	Январь
7	7	Отношение к продуктам, виды продуктов, правила хранения, срок годности.	Беседа, практическая работа, сюжетно – ролевая игра, показ иллюстраций.	Январь
8	8	Приготовление бутербродов.	Беседа, практическая работа.	Январь

9	1	Приготовление простых блюд, напитков.	Беседа, практическая работа.	Февраль
10	2	Приготовление салатов.	Беседа, практическая работа.	Февраль
Раздел 9. «Медицинская помощь» (6 занятий)				
11	1	Медицинские учреждения. Виды медицинской помощи. Что взять с собой в больницу. Как записаться на прием.	Беседа, сюжетно-ролевая игра, просмотр фильмов, практическая работа.	Февраль
12	2	Экскурсия в медицинский кабинет	Беседа, сюжетно-ролевая игра, просмотр фильмов, практическая работа, моделирование ситуации.	Февраль
13	3	«Опасность в лесу», «Осторожно на водоеме»	Беседа. Просмотр фильма	Февраль
14	4	«Вредные привычки»	Беседа, просмотр фильмов, практическая работа, показ картинок.	Февраль
15	5	«Во время пожара»	Беседа, просмотр фильмов, практическая работа, показ картинок.	Февраль
16	6	«Встреча с опасностью»	Беседа, просмотр фильмов, практическая работа, показ картинок.	Февраль
17		Обобщение пройденного материала		Март
18		Тестирование 3 четверть		Март
4 четверть (18 часов)				
Раздел 10. «Бытовая техника» (3 занятия)				
1	1	Виды бытовой техники. Инструктаж по технике безопасности	Беседа, рисование, аппликация, просмотр фильмов, дидактические игры, рисование.	Март
2	2	Работа с основными видами бытовых приборов: утюгом, чайником, микроволновой печью, стиральной машинкой и другое.	Беседа, рисование, практическое занятие, дидактические игры.	Март
3	3	Правильное использование компьютера.	Беседа, рисование, практическое занятие, дидактические игры.	Март
Раздел 11. «Транспорт» (5 занятий)				

4	1	Виды транспорта. Правила поведения в транспорте, на улице.	Беседа, игровые задания, упражнения, практическая деятельность, экскурсия, просмотр фильмов.	Март
5	2	Оплата проезда в автобусе, покупка билетов.	Беседа, упражнения, моделирование ситуаций.	Апрель
6	3	Правила дорожного движения.	Познавательные – развлекательные игры, загадки, кроссворды, моделирование реальной ситуации, экскурсия.	Апрель
7	4	Сюжетно-ролевая игра «В транспорте», «Покупка билетов».	Сюжетно-ролевая игра.	Апрель
8	5	Пригородные поезда. Ориентирование в расписании.	Наглядные материалы. Сюжетно-ролевая игра.	Апрель
Раздел 12. «Торговля» (3 занятий)				
9	1	Основные виды магазинов, их назначение	Беседа, упражнения, сюжетно – ролевые игры, экскурсии, просмотр фильмов, иллюстраций.	Апрель
10	2	Правила поведения в магазине	Беседа, упражнения, сюжетно – ролевые игры.	Апрель
11	3	Порядок покупки товаров в продуктовом и продовольственном магазинах	Беседа, упражнения, практическая работа, сюжетно – ролевая игра.	Апрель
Раздел 13. «Безопасность. Что если...» (3 занятий)				
12	1	Безопасность на улице. Что если к тебе пристает незнакомый человек? Встреча с собаками. Безопасность в темное время суток. Мошенники.	Беседа, упражнения, практическая работа, сюжетно – ролевая игра.	Апрель
13	2	Финансовая безопасность. Мошенники. Безопасность дома.	Беседа, упражнения, практическая работа, сюжетно – ролевая игра.	Май
14	3	Компьютерная безопасность. Вирусы, сообщества, мошенники.	Беседа, упражнения, практическая работа, сюжетно – ролевая игра.	Май
Раздел 14. «Экономика домашнего хозяйства» (2 занятий)				
15		Бюджет семьи. Виды и источники доходов.	Беседа, наглядные материалы, упражнения, практическая	Май

			работа.	
16		Статьи расходов. Планирование расходов.	Беседа, наглядные материалы, упражнения, практическая работа.	Май
17		Обобщение и повторение пройденного материала		Май
18		Тестирование 4 четверть		Май

III. Учебно-тематический план по СБО

№ п/п	Наименование раздела	Часы учебного времени
1	Вводное занятие	1
2	Личная гигиена	7
3	Культура поведения	6
4	Одежда и обувь	3
5	Семья	5
6	Жилище	4
7	Средства связи	3
8	Питание	8
9	Медицинская помощь	6
10	Бытовая техника	3
11	Транспорт	5
12	Торговля	3
13	Безопасность дома, на улице, в интернете	3
14	Экономика домашнего хозяйства	2
	Обобщение	4
	Тестирование	4
	Всего	68

IV. Список литературы

1. Девяткова Т.А. и др. Методическое пособие «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида».
2. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006.
3. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.

4. Щербакова А.М. Новая модель обучения в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида: Новые учебные

программы и методические материалы. - Кн. 1,2/ - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.

5. Воронкова В.В. Программы специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. /– М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС,

2001 – Сб.1.

6. Хилько А.А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образ. учрежд. VIII вида:

Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»). – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006.