

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Управление образования Артемовского городского округа
МБОУ "СОШ № 19"

Приложение к АООП ОО
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
(в соответствии с ФАОП),
утверждена приказом директора МБОУ «СОШ №19»
№48 от 09.06.2023г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся 7-9 классов с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

Лебедкино 2023

Пояснительная записка

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Программа СБО составлена с учетом возможностей учащихся. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. При этом, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала происходит использование опыта учащихся как базы для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Происходит демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

На СБО отводится 34 часа в 5 - 6 классах и по 68 часов в 7 – 9 классах.

Цель курса социально – бытовой ориентировки:

- развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни;
- овладение знаниями и умениями;
- коррекционное воздействие изучаемого материала на личность ученика;
- формирование личностных качеств гражданина;
- подготовка подростка с нарушением интеллекта к жизни.

Задачи курса СБО:

- формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью;
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

Содержание рабочей программы по СБО

7 класс

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.
«Одежда и обувь»	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат. использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.
«Питание»	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.
«Культура поведения»	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. порядок сдачи и получения его.
«Торговля»	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
«Медицинская помощь»	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

8 класс

Темы	Краткое содержание тем
------	------------------------

«Личная гигиена»	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.
«Одежда и обувь»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.
«Питание»	Виды теста. Приготовления изделия из теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов.
«Семья»	Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек
«Культура поведения»	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.
«Жилище»	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.
«Транспорт»	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.
«Торговля»	Рынки. Виды рынков. Различия рынка от магазина.
«Средства связи»	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02, 03, 04, 911 и т.п.). междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора
«Медицинская помощь»	Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев.
«Учреждения, организации и предприятия»	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.
«Экономика домашнего хозяйства»	Бюджет семьи. виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.

9 класс

Темы	Краткое содержание тем
«Одежда и обувь»	Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.
«Питание»	Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.
«Семья»	Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения. распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.

«Культура поведения»	Адекватность поведения в обществе. Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми
«Жилище»	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.
«Транспорт»	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.
«Торговля»	Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.
«Средства связи»	Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни
«Медицинская помощь»	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.
«Учреждения, организации и предприятия»	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.
«Трудоустройство»	Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.

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.

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.

Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Межпредметные связи:

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

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Основными объектами проверки являются знания и умения:

В 7 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.

- ✓ Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
- ✓ Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- ✓ Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
- ✓ Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- ✓ Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.
- ✓ Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- ✓ Назначение и различие универмага и универсама.
- ✓ Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
- ✓ Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
- ✓ Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- ✓ Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- ✓ Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- ✓ Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- ✓ Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- ✓ Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- ✓ Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- ✓ Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- ✓ Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- ✓ Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- ✓ Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

В 8 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.
- ✓ Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки
- ✓ Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.

- ✓ Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.
- ✓ Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду
- ✓ Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно – гигиенические требования к данным помещениям.
- ✓ Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки
- ✓ Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.
- ✓ Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления
- ✓ Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи
- ✓ Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок
- ✓ Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам
- ✓ Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки
- ✓ Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи
- ✓ Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения и духи
- ✓ Мыть кафельные стены, чистить раковины
- ✓ Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- ✓ Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.
- ✓ Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- ✓ Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему
- ✓ Обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры
- ✓ Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

В 9 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- ✓ Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- ✓ Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- ✓ Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- ✓ Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- ✓ Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- ✓ Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.

- ✓ Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- ✓ Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- ✓ Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают
- ✓ Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- ✓ Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- ✓ Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- ✓ Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- ✓ Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- ✓ Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- ✓ Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- ✓ Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- ✓ Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- ✓ Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

№ урока	Тема урока	Количество часов
Одежда и обувь		
1	Мода. Стиль одежды	1
3	Определение собственного размера одежды и обуви	1
4	Выбор и покупка одежды и обуви	1
5	Экскурсия в специализированный магазин	1
6	Правила и способы выведения мелких пятен на одежде	1
7	Использование подручных средств, для выведения различных пятен на одежде	1
Питание		
8	Подготовка плодов и овощей к консервации	1
9	Подготовка инвентаря и тары	1
10	Способы консервации со стерилизацией	1

11	Рецепты приготовления капусты на зиму	1
12	Способы заготовки огурцов	1
13	Рецепты приготовления огурцов	1
14	Способы приготовления помидоров	1
15	Практическая работа. Заготовки на зиму	1
16	Практическая работа. Заготовки на зиму	1
Семья		
17	Российская семья. Основные семейные отношения	1
18	Сочинение на тему «Моя будущая семья»	1
19	Условия создания семьи	1
20	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета	1
21	Семейные традиции. Форма организации	1
22		1
23		1
24		1
25		1
26		1
27		1
28		1
29		1
30		1
31		1
32		1
33		1
34		1
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		

45		
46		
47		
48		
49		
50		
51		
52		
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		
60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 135955613336665976574499022560335136778487908098

Владелец Насущный Владимир Викторович

Действителен с 20.06.2023 по 19.06.2024