

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Горловская средняя общеобразовательная школа»
Скопинского муниципального района Рязанской области

«Согласовано»
заместитель директора по УВР
 /И.Е.Потапкина/
от «30» августа» 2024 г.

«Утверждаю»
Директор школы  Грекова Н.Т./
Приказ № 123 от «30» августа 2024 г.



**Адаптированная основная общеобразовательная программа образования
обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными
нарушениями развития по внеурочной деятельности
«Социально-бытовое ориентирование»
6 класс**

(вариант 2)

Зажмилина Ольга Николаевна

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

Горлово, 2024-2025

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу рабочей программы для обучающихся составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24 ноября 2022 г. №1026;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 № 115;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115» от 11.02.2022 № 69;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Календарный учебный график МБОУ «Горловская СОШ».

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

Задачи курса «Социально-бытовая ориентировка»:

- формирование у воспитанников коррекционной школы 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 неременное 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.

Общая характеристика учебного предмета

Обучение детей жизни в обществе включает формирование представлений об окружающем социальном мире и умений ориентироваться в нем, включаться в социальные отношения. В силу различных особенностей физического, интеллектуального, эмоционального развития дети с ТМНР испытывают трудности в осознании социальных явлений. Специальные коррекционные занятия по «Социально-бытовой ориентировке» 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.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающегося, 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.

Место предмета в учебном плане

- На изучение предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 6 классе отводится 102 часа (3 часа в неделю- 34 учебные недели). Количество часов в неделю для очного изучения – 0,5 (17 часов в год); количество часов для самостоятельного изучения – 2,5 (85 часов в год)

Содержание учебного предмета

Личная гигиена (9 часа)

Теоретические сведения.

1.Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений. 2.Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). 3.Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

Практические работы: Мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

Культура поведения (7 часа)

Теоретические сведения.

1.Правила поведения в общественных местах (театре, кинотеатре, клубе, музее, библиотеке). 2.Поведение при посещении массовых мероприятий.

Семья (6 часа)

Теоретические сведения.

1. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

Жилище (15 часов)

Теоретические сведения.

1.Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. 2.Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пылесос.(1ч) 3.Уход за полом. Средства по уходу за полом.(2ч)

Практические работы: Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов.

Средства связи (12 часа)

Тематические сведения

1.Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. 2. Письмо (открытое, закрытое, простое). Порядок отправления писем различного вида. Написание адреса и индекса на конвертах.

Практическая работа: Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков. *Экскурсия на почту*

Питание (18 часов)

Теоретические сведения

1. Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. 2. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. 3. Сервировка стола к ужину.

Торговля (6 часа)

Тематические сведения

1. Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. 2. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

Одежда (15 часов)

Теоретические сведения.

1. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. 2. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Практические работы: Стирка и утюжка изделий из хлопчатобумажной ткани вручную, строго соблюдая правила безопасной работы колющими и режущими инструментами.

Медицинская помощь (6 часа)

Тематические сведения

1. Виды медицинской учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их значение в оказании медицинской помощи. Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.

Практические работы: Экскурсия в аптеку.

Транспорт (10 часа)

Теоретические сведения

1. Основные транспортные средства. 2. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). 3. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Итоги учебного года – 1 час

Контроль и оценка планируемых результатов реализации программы

Обучение по варианту 2 безотметочное. Динамика развития обучающихся по варианту- 2 отражается в мониторинге усвоения программного материала по полугодиям.

Учебно-методические средства обучения

- натуральные объекты, предметные и сюжетные картинки, пиктограммы с изображением объектов (во дворе, в городе), действий, правил поведения и т.д.;
- аудио и видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие социальную жизнь людей, правила поведения в общественных местах и т.д.;
- раскраски с различными объектами окружающего социального мира для раскрашивания, вырезания, наклеивания и другой материал
- дидактические игры по изучаемым темам
- компьютерные обучающие игры

Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащегося	Возможные личностные результаты	Базовые учебные действия	Возможные предметные результаты
1	Личная гигиена	9	Знакомство с учебным курсом. Повторение правил по ТБ. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Уход за руками и ногами: уход за ногтями и кожей, кремы. Практическая работа: мытье рук, уход за кожей рук	-Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;	-принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану;	Должны отражать: - Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца;
2	Одежда	15	Поддержание одежды в порядке. Сезонная одежда, обувь, головной убор. Глажение фартуков, салфеток и др. Утюг. Символы и обозначения температуры нагрева на утюге. Правила безопасной работы с электронагревательными приборами. Порядок глажения вещей. Стирка одежды.	-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;	--активно участвовать в деятельности, контролировать свои действия; - использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;	- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ;
3	Культура поведения	7	Правила поведения в общественных местах: музее, библиотеке, кинотеатре, театре. Определение театра, Кинотеатра. Сюжетная игра «Мы в театре»: умение занять место согласно билету; аплодисменты артистам. Зрительный зал		- обращаться за помощью и	- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами,

4	Семья	6	Состав семьи: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения. Права и обязанности членов семьи. Основные права и обязанности в семье.	-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду; -Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;	принимать помощь; - слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; -выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; - делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; -пользоваться знаками, символами; -наблюдать; -работать с информацией	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 в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия;
5	Жилище	15	Гигиенические требования к жилому помещению и меры их по обеспечению. Пылесос и его устройство. Основные правила ТБ и пользования. Повседневная сухая уборка, повседневная влажная уборка жилого помещения. Последовательность мытья полов. Практическая работа «Влажная и сухая уборка жилого помещения»	-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь)		
6	Средства связи	12	Знакомство с основными средствами связи (почта, телефон, телеграф компьютер). История развития средств связи. Знакомство с отделами почты. Бланки. Конверты и открытки. Справочники. Работники			
7	Питание	18	Знакомство с понятием «Гигиена приготовления пищи». Правила приготовления пищи. Инструктаж по ТБ при работе с электроплитой, горячими предметами и жидкостями, кухонными инструментами. Знакомство с правилами и приемами хранения продуктов и готовой пищи. Холодильник, его назначение, устройство. Знакомство со способами выбора доброкачественных продуктов. Правила выбора продуктов по дате изготовления, по			

			внешнему виду, запаху. Практическая работа: определение срока годности продуктов по надписи на упаковке. Сервировка стола к ужину с учетом различного меню.		(понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу)	- 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.
8	Торговля	6	Продовольственные магазины. Их отделы. Виды специализированных продовольственных магазинов. Знакомство с порядком приобретения товаров, формой его оплаты. Дидактическая игра «Магазин». Практическое занятие. Знакомство с отделами магазина и видами товаров. Инструктаж по ТБ			
9	Медицинская помощь	6	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение Аптека. Назначение, знакомство с отделами, видами отпуска товара: по рецепту, без рецепта, готовых или на заказ лекарств, медицинского оборудования: термометры, пипетки и т.д. Правила покупки лекарств.			
10	Транспорт	10	Основные транспортные средства, имеющиеся в городе. Виды городского транспорта. Виды оплаты за проезд: разовый билет, проездной билет, удостоверение. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Маршрут передвижения			
11	Итоги учебного года	1	Повторение изученного материала по СБО. Анкетирование.			

Календарно - тематическое планирование. Социально-бытовое ориентирование 6 класс

№	Тема урока	Решаемые проблемы (цель)	Дата проведения	
			План	Факт
Личная гигиена 6 ч.				
1	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений.		
2-3	Правила личной гигиены	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.		
4-6	Практическая работа	Мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.		
Одежда 15 ч.				
7-9	Значение опрятного вида человека. Предметы из ткани – одежда, постельное бельё	Поддержание одежды в порядке. Знание свойств ткани (мягкая, мнется, намокает, рвётся). Узнавание предметов, изготовленных из ткани (одежда, скатерть, штора, покрывала, постельное бельё, обивка мебели и др.).		
10-12	Стирка изделий из хлопчатобумажных тканей	Правила и приемы ручной и машинной стирки изделий из хлопчатобумажных и цветных тканей. Подбор моющих средств		
13-15	Глажение мелких изделий	Глажение фартуков, косынок, салфеток и др. Утюг. Символы и обозначения температуры нагрева на утюге. Правила безопасной работы с электронагревательными приборами. Порядок глажения вещей.		
16-21	Практическая работа. Стирка и глажение мелких изделий	Стирка и глажение из хлопчатобумажных тканей. Повторение		
Культура поведения 6 ч.				
22-24	Правила поведения в общественных местах	Уметь культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале.		
25-27	Поведение при посещении массовых мероприятий.	Знать правила поведения: при встрече и расставании правила поведения в гостях правила поведения при вручении и приема подарков.		
Семья 6 ч.				
28-33	Права и обязанности каждого члена семьи	Состав семьи: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения. Права и обязанности членов семьи. Основные права и обязанности в семье.		

Жилище 15 ч.				
34-39	Гигиена жилища	Гигиенические требования к жилому помещению. Повседневная сухая и влажная уборка, использование пылесоса. Комнатные растения. Уход за полом, средства ухода за полом.		
40-45	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пылесос и его устройство.	Правила и последовательность проведения сухой влажной уборки; правила пользования электропылесосом; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами. Уметь: производить сухую и влажную уборку помещения.		
46-51	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	Чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи; чистить мебель; соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами.		
Средства связи 12 ч.				
52-54	Основные средства связи.	Знакомство с основными средствами связи (почта, телефон, телеграф, компьютер). История развития средств связи.		
55-60	Виды писем. Порядок отправления. Стоимость пересылки	Расширять словарный запас по теме в процессе знакомства с видами предоставляемых услуг почты. Записать адрес на конверте; составить текст телеграммы; заполнить телеграфный бланк, подсчитывать стоимость телеграммы. Развивать зрительное и слуховое внимание и пространственную ориентировку.		
61-63	Экскурсия на почту.			
Питание 18 ч.				
64-66	Гигиена приготовления пищи	Знакомство с понятием «Гигиена приготовления пищи». Правила приготовления пищи. Запись в тетрадь. Инструктаж по ТБ при работе с электроплитой, горячими предметами и жидкостями, кухонными инструментами		
67-69	Хранение продуктов и готовой пищи	Хранение продуктов и готовой пищи. Знакомство с правилами и приемами хранения продуктов и готовой пищи. Холодильник, его назначение, устройство. Уход за холодильником		
70-72	Способы выбора продуктов	Знакомство со способами выбора доброкачественных продуктов. Правила выбора продуктов по дате изготовления, по внешнему виду, запаху. Практическая работа: определение срока годности продуктов по надписи на упаковке.		
73-75	Сервировка стола	Сервировка стола с учетом различного меню. Столовые приборы для сервировки стола к ужину. Салфетки		

76-78	Блюда из круп	Знакомство с видами круп. Запись в тетрадь таблицы «Каша – крупа». Виды каш: вязкая, рассыпчатая. Способы приготовления каши.		
79-81	Приготовление блюд из макаронных изделий	Из истории макарон. Виды макаронных изделий. Полезные и питательные свойства. Блюда из макаронных изделий. Чтение рецепта по кулинарной книге		
Торговля 6 ч.				
82-84	Виды товаров, их стоимость	Знакомство с видами товаров, их стоимостью. Знакомство с порядком приобретения товаров, формой его оплаты. Дидактическая игра «Магазин»		
85-87	Экскурсия в магазин	Знакомство с отделами магазина и видами товаров. Инструктаж по ТБ		
Медицинская помощь 6 ч.				
88-90	Медицинские учреждения. Работники медицинских учреждений	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Знакомство с профессиями работников медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, регистраторы и т.д.		
91-93	Аптека. Экскурсия в аптеку	Аптека. Назначение, знакомство с отделами, видами отпуска товара: по рецепту, без рецепта, готовых или на заказ лекарств, медицинского оборудования: термометры, пипетки и т.д. Правила покупки лекарств. Экскурсия в аптеку		
Транспорт 10 ч.				
94-96	Основные транспортные средства	Основные транспортные средства, имеющиеся в городе. Виды городского транспорта. Виды оплаты за проезд: разовый билет, проездной билет, удостоверение. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда		
97-99	Пригородные поезда.	Пригородные поезда. Значение. Расписание. Знакомство с расписанием, билетными кассами, платформой, залом ожидания		
100-101	Экскурсия на вокзал			
Итоги учебного года 1 ч.				
102	Итоговое занятие	Повторение изученного материала по СБО. Анкетирование.		

