

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Тарутинская средняя школа»

Рассмотрено на заседании МС протокол № 1 от 30 августа 2019 г.	Согласовано: зам. директора по УВР Лавринович С.Ф.  «30» августа 2019г.	Утверждено: Директор МКОУ «Тарутинская СШ» Войшель О.А. пр № 03-01-5/1а «30» августа 2019г.
---	---	--



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

для детей с нарушением интеллекта

(легкая степень умственной отсталости)

«Социально – бытовая ориентировка»

6 класс

учитель: Лавринович С.Ф.

пос. Тарутино 2019 г.

Тип программы: рабочая программа для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости)

Статус программы: рабочая программа учебного курса «Социально-бытовая ориентировка» для 6 класса.

Сроки освоения программы: 1 год.

Объем учебного времени: 6 класс – 68 часов в год.

Формы контроля: устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тестовые задания, контрольная работа.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости) «Социально-бытовая ориентировка», 6 класс составлена с учётом следующих документов:

- ФЗ «Об образовании» в РФ № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г., №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Постановление от 29 декабря 2010г. №189 об утверждении СанПИН 2.4.2. 2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

-Методические рекомендации по формированию учебных планов для организации образовательного процесса детям с ограниченными возможностями здоровья в Красноярском крае;

Программой предусмотрено: 6 класс – 68 часов в год -2 часа в неделю.

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 развития учащихся.

Учебная программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс, за исключением разделов «Экономика домашнего хозяйства» и «Профориентация и трудоустройство», которые изучаются в 8-9 классах. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда. На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях СБО используются все виды наглядности: натуральная (посуда, одежда, игрушки и др.); образная (рисунки, плакаты, картины); символическая (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); графическая (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); схематическая (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Для занятий по СБО требуется разнообразный дидактический раздаточный материал.

Достичь желаемых результатов в процессе СБО учащихся с нарушением интеллекта в комплексе с учебной работой помогает организация воспитательной работы. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателями или дома.

Уровни социально-бытовой подготовленности:

1. Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;
2. Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.
3. Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах. Обучение ведется с опорой на личный опыт и знания учащихся.

Актуальность создания программы

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся 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, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников.

Учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

В программу внесены необходимые изменения, связанные с материальным обеспечением и нуждами школы. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых. Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы. Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация презентаций, видеороликов. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения села. Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

Цель.

Подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи:

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;
- сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

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.

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке воспитанники:

научатся правилам ведения домашнего хозяйства;
получат практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках; скорректируется личностное развитие и подготовка их к самостоятельной жизни.

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса СБО.

В 6 классе:

1 Обучающиеся должны знать:

Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

- ☐ 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 разговора со сверстниками и старшими.
- ☐ 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.
- ☐ Виды междугородного 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.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ☐ Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- ☐ Закаливать 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.
- ☐ 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.
- ☐ Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

-

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Учебный комплекс для обучающихся:

- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 6 класс» (Москва, Владос, 2013),

Наличие методических разработок для учителей:

- Т.А.Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» (Москва, Владос, 2005),
- В.В.Воронкова «СБО учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида» (Москва, Владос, 2006),
- С.А.Львова «Практический материал к урокам СБО в СКОШ VIII вида» (Москва, Владос, 2005),
- С.А.Львова «Справочник выпускника» (Москва, Владос, 2009),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы» (Москва, Владос, 2013).

Материально-техническое обеспечение.

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная доска
- Цифровые образовательные ресурсы
- Интернет-ресурсы:
- http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11_099.swf- те
- www.openclass.ru
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/> <http://old.internet-school.ru> (интернет-школа просвещение.ru)
- www.skillopedia.ru (видеоуроки)
- <http://festival.1september.ru/>
- Компьютерные презентации к урокам
- Кабинет для приготовления пищи

Содержание программы.

6 класс.

Человек и его здоровье (5 часов).

Укрепление здоровья: закаливание организма. Органы чувств, их роль в жизни человека. Правила и приемы ухода за органами зрения. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека. Профилактика гепатита и кишечных инфекций. Меры предупреждения глистных заболеваний. Практические работы: «Выполнение утренней зарядки», «Уход за глазами», «Проверка зрения».

Технологии ведения дома (13 часов).

Значение опрятного вида человека. Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды и обуви. Санитарно-гигиенические требования по уходу за одеждой. Правила ТБ при работе с электрооборудованием и стиральными порошками. Правила и приемы стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков.

Ремонт одежды (пришивание пуговиц, подшивание распоровшегося края изделия). Гигиенические требования к жилому помещению. Повседневная уборка помещений. Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой, чистящими средствами при уборке квартиры. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Утепление окон. Уборка помещения. Практические работы: «Глажение х/б изделий», «Пришивание пуговиц», «Подшивание распоровшегося края изделия», «Уборка помещения», «Утепление окон».

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов).

Городской транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Маршруты передвижения до школы. Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов). Правила передвижения на велосипеде. Пригородные поезда. Расписание. Практические работы: «Определение пункта назначения». Экскурсия на станцию «Сухона».

Торговля (6 часов).

Магазины промышленных товаров. Порядок приобретения товаров и их оплата. Специализированные магазины. Права покупателя. Практические работы: «Приобретение товара». Экскурсия в магазин промышленных товаров.

Кулинария (12 часов).

Пища как биологическая основа жизни. Режим питания, его значение. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Хранение пищевых продуктов и готовой продукции. Способы выбора доброкачественных продуктов. Правила ТБ при работе с газовой плитой, горячей жидкостью, режущими инструментами. Безопасные приемы работы. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Кулинарная обработка различных видов продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Простейшие блюда с минимумом тепловой обработки. Виды молочных продуктов, их разнообразие, значение. Составление рецепта готового блюда. История

возникновения чая. Заварка чая. Практические работы: «Мытье посуды», «Чтение рецепта, подбор продуктов», «Приготовление отварных макарон», «Приготовление молочной каши», «Составление рецепта приготовленного блюда», «Заварка чая».

Культура поведения (3 часа).

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора. Экскурсия в кинотеатр.

Семья (2 часа).

Инициалы членов семьи. Место работы членов семьи, их должности. Права и обязанности каждого члена семьи. Практические работы: «Запись сведений о родителях и других членах своей семьи».

Оказание первой медицинской помощи (6 часов).

Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений, их значение (больница, поликлиника, аптека, диспансер). Работники медицинских учреждений, их обязанности. Экскурсия в аптеку.

Учреждения (3 часа).

Дошкольные учреждения, школы, лицеи. Дом детского творчества: место расположения, виды кружков и секций. Экскурсия в ДДТ.

Средства связи (5 часов).

Основные средства связи, их назначение (телефон, почта, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок их отправления. Письмо и телеграмма, их отличие. Практические работы: «Написание адреса на конверте», «Составление текста телеграммы». Экскурсия на почту.

Повторение (8 часов).

Укрепление здоровья: закаливание организма летом. Нарушения зрения, его профилактика. Ведение разговора со взрослыми, сверстниками. Гигиена жилища. Средства связи. Основные правила пользования персональными компьютерами. Основной состав домашней аптечки. Кулинария. Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).

Календарно-тематический план.

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
Тема 1	Человек и его здоровье.	5	
1	Укрепление здоровья: закаливание организма.		Пр./р. «Выполнение утренней зарядки»
2	Органы чувств, их роль в жизни человека. Правила и приемы ухода за органами зрения.		Пр./р. «Уход за глазами»
3	Проверка зрения у окулиста.		Пр./р. «Проверка зрения»
4	Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека.		
5	Профилактика гепатита и кишечных инфекций. Меры предупреждения глистных заболеваний		
Тема 2	Технологии ведения дома.	13	
6	Значение опрятного вида человека.		
7	Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды и обуви. Санитарно-гигиенические требования по уходу за одеждой.		
8	Правила ТБ при работе с электрооборудованием и стиральными порошками.		
9	Правила и приемы стирки изделий из х/б тканей.		
10	Глажение фартуков, косынок, носовых платков.		Пр./р. «Глажение х/б изделий»
11	Ремонт одежды.		Пр./р. «Пришивание пуговиц»
12	Ремонт одежды.		Пр./р. «Подшивание распоровшегося края»

			изделия»
13	Гигиенические требования к жилому помещению.		
14	Повседневная уборка помещений.		
15	Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой, чистящими средствами при уборке квартиры.		
16	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.		
17	Уборка помещения.		Пр./р. «Уборка помещения»
18	Утепление окон.		Пр./р. «Утепление окон»
Тема 3	Оказание первой медицинской помощи.	6	
19	Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная).		
20	Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная).		
21	Виды медицинских учреждений, их значение.		
22	Экскурсия в аптеку.		Экскурсия в аптеку
23	Работники медицинских учреждений, их обязанности.		
24	Обобщающий урок по теме «Медицинская помощь».		
Тема 4	Семья.	2	
25	Место работы членов семьи, их должности.		Пр./р. «Запись сведений о родителях и других членах своей семьи»
26	Права и обязанности каждого члена семьи.		
Тема 5	Культура поведения.	3	
27	Правила поведения в общественных местах.		
28	Способы ведения разговора.		

29	Посещение кинотеатра.		Экскурсия в кинотеатр
Тема 6	Учреждения.	3	
30	Дошкольные учреждения, школы, лицеи.		
31	Дом детского творчества. Контрольная работа по изученным темам.		К/р
32	Экскурсия в ДДТ.		Экскурсия
Тема 7	Кулинария.	12	
33	Пища как биологическая основа жизни. Режим питания, его значение.		
34	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов		
35	Хранение пищевых продуктов и готовой продукции.		
36	Способы выбора доброкачественных продуктов.		
37	Правила ТБ при работе с газовой плитой, горячей жидкостью, режущими инструментами. Безопасные приемы работы.		
38	Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.		Пр./р. «Мытье посуды»
39	Кулинарная обработка различных видов продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки.		Пр./р. «Чтение рецепта, подбор продуктов»
40	Простейшие блюда с минимумом тепловой обработки.		Пр./р. «Приготовление отварных макарон»
41	Молочные продукты.		Пр./р. «Приготовление молочной каши»
42	Составление рецепта готового блюда.		Пр./р. «Составление Рецепта приготовленного блюда»

43	Заварка чая.		Пр./р. «Заварка чая»
44	Обобщающий урок по теме «Кулинария».		
Тема 8	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	5	
45	Городской транспорт. Опасные ситуации на транспорте.		
46	Маршруты передвижения до школы.		
47	Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов). Правила передвижения на велосипеде.		
48	Пригородные поезда. Расписание.		Пр./р. «Определение пункта назначения»
49	Экскурсия на станцию «Сухона».		Экскурсия
Тема 9	Средства связи.	5	
50	Основные средства связи, их назначение.		
51	Почта. Виды почтовых отправлений.		
52	Виды писем, порядок их отправления.		Пр./р. «Написание адреса на конверте»
53	Письмо и телеграмма, их отличие.		Пр./р. «Составление текста телеграммы»
54	Экскурсия на почту.		Экскурсия
Тема 10	Торговля.	6	
55	Магазины промышленных товаров.		
56	Порядок приобретения товаров и их оплата.		Пр./р. «Приобретение товара»
57	Экскурсия в магазин промышленных товаров.		Экскурсия
58	Специализированные магазины.		
59	Права покупателя.		
60	Обобщающий урок по теме «Торговля».		
Тема 11	Повторение.	8	
61	Укрепление здоровья: закаливание организма летом.		

62	Нарушения зрения, его профилактика.		
63	Ведение разговора со взрослыми, сверстниками. Гигиена жилища.		
64	Промежуточная аттестация. Тест		
65	Средства связи. Основные правила пользования персональными компьютерами.		
66	Основной состав домашней аптечки.		
67	Кулинария. Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов		
68	Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).		

Всего за год экскурсий – 6.

Всего за год практических работ – 19.

Всего контрольных работ за год – 1.