

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Зарубинская общеобразовательная школа-интернат психолого – педагогической поддержки»

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением учителей
протокол от «30» августа 2023г. № 1



**Адаптированная рабочая программа
по предмету «Социально – бытовая ориентировка»
для 9 класса
количество часов: 9 класс – 68 часов**

Программу составил учитель социально бытового ориентирования Квакина И.А.

с. Зарубино 2023 год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «СБО» разработана для обучающихся с ОВЗ (умственной отсталостью, интеллектуальными нарушениями), в том числе детей - инвалидов в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2015 г.;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением Федерального методического объединения по общему образованию (протокол от 22.12.2015 №4/15));
- Учебный план МБОУ «ЗОШИ».

Цель: практическая подготовка обучающихся с ОВЗ (умственной отсталостью, интеллектуальными нарушениями), в том числе детей - инвалидов к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Данная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся с интеллектуальной недостаточностью

Задачи:

- формировать и совершенствовать у детей необходимых им навыков ориентировки в окружающем: самообслуживании, ведении домашнего хозяйства;
- учить 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.

Занятия по СБО проводятся в кабинете, обеспечивающем выполнение всех видов теоретических и практических работ, предусмотренной программой.

2. Общая характеристика учебного предмета

Программа социально-бытовой ориентировки составлена с учетом возможностей обучающихся, уровня их знаний и умений. 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. При сообщении нового материала может использоваться опыт учащихся как база 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. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий. Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т.д.

Беседа на занятиях по социально-бытовой ориентировке является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение. Например, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний — заключительные беседы.

При определении содержания и объема учебного материала, сообщаемого на занятиях, происходит ориентировка на требования к знаниям и умениям учащихся, относящимся к соответствующему разделу программы, принимая во внимание, что из года в год объем, и сложность материала возрастает. Это в свою очередь определяет необходимость изменения и усложнения методов и приемов работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ, например «Культура поведения», «Семья» и др. В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры используются при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и т. п.

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий проводятся практические работы.

Для прочного закрепления знаний и умений постоянно осуществляется повторение пройденного. Занятия по социально-бытовой ориентировке тесно связаны с уроками русского языка, математики, географии, труда, естествознания.

На занятиях по социально-бытовой ориентировке уделяется внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках письма. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом проходит контроль над полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Предметная область **«Коррекционная подготовка»** на изучение социально-бытовой ориентировки отводится 68 часов, из расчёта 2 часа в неделю для каждого класса.

4. Планируемые результаты

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)

Предметными 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.

Предмет «СБО» в 9 классе ориентирован на достижение следующих **базовых учебных действий**:

Личностные:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Регулятивные:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

В результате освоения предмета «Основы социальной жизни»

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 отправлений.
- 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.

5.Содержание учебного предмета

9 класс

1. «Одежда и обувь» (15ч.) История моды. Модные элементы одежды. Стиль в одежде. Способ обновления одежды. Замена мелких деталей одежды. Пришивание кружева. Укорачивания длины брюк. Выбор головных уборов по сезону и назначению. Определение размера головного убора, размера одежды и обуви. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях. Строжайшее соблюдение техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

2. «Транспорт» (3ч.) Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Правила поведения в самолёте, приобретение билетов. Стоимость проезда.
3. «Семья» (6ч.) Условия создания семьи, основные семейные отношения, регистрация брака. Морально – этические нормы взаимоотношений в семье. Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга, отдыха в семье. Семейные традиции.
4. «Культура поведения» (3ч.) Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми. Правила поведения в гостях. Адекватность поведения в обществе.
5. «Торговля» (4ч.) Виды ярмарок, и их значение. Продуктовые магазины, универсамы, супермаркеты. Покупка весовых и расфасованных продуктов, их стоимость.
6. «Средства связи» (2ч.) Виды связи. Виды денежных переводов.
7. «Питание» (18ч.) Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Рецепты приготовления русской кухни. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.
8. «Медицинская помощь» (5ч.) Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Кормление больного, смена постельного белья.
9. «Трудоустройство» (6ч.) Правила трудоустройства. Заполнение деловых бумаг. Премии. Виды отпусков, их оплата. Увольнение, перевод, сокращение. Трудовой стаж, пенсия.
10. «Жилище» (3ч.) Интерьер. Подготовка квартиры к ремонту. Правила наклеивания обоев.
11. «Учреждения, организации и предприятия» (3ч.) Предприятия бытового обслуживания. Органы государственной власти.

6. Календарно – поурочное планирование 9 класс

№	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся
Одежда и обувь (15) Базовые учебные действия: -- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; -принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; -осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; -осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; -использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.				
1	История моды	1		Изучение стилей прошлых веков. Определение стилей по иллюстрациям в журналах мод
2	Модные элементы одежды	1		
3	Стиль в одежде	1		
4	Способы обновления одежды с помощью мелких деталей	1		Моделирование одежды с помощью некоторых деталей или удаление некоторых деталей, длины
5	Пр.работа. Замена мелких деталей одежды	1		
6	Пр.работа. Пришивание кружева по низу юбки	1		
7	Пр.работа. Укорачивание длины брюк	1		
8	Выбор головных уборов по сезону и назначению	1		Определение размера головного убора, виды головных уборов в зависимости от времени года
9	Упражнения. Определение размера головного убора	1		
10	Выбор и покупка, одежды и обуви с учётом сезона и назначения	1		Использование измерительных таблиц при подборе обуви и одежды в соответствии с размером
11	Упражнения. Определение размера одежды и обуви	1		
12	Правила выведения мелких пятен с одежды	1		Использование правил Т\Б при работе со средствами бытовой химии
13	Пр.работа. Выведение мелких пятен с одежды.	1		
14	Стирка изделий из трикотажа и тюля	1		Соблюдение правил Т\Б при стирки изделия из трикотажа
15	Контрольная работа	1		

Транспорт (3)**Базовые учебные действия:**

- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.).

16	Авиатранспорт, аэровокзал	1		Определение номера рейса, и умение пользоваться услугами аэровокзала
17	Правила поведения в самолете, приобретение билетов	1		Соблюдение правил Т\Б во время полёта и в аэропорту, приобретение билетов
18	Упражнения. Подсчёт стоимости проезда с учётом дополнительных затрат	1		Распределение денежных средств с учётом дополнительных затрат

Семья (6)**Базовые учебные действия:**

- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

19	Условия создания семьи, регистрация брака	1		Анализ различных семейных ситуаций
20	Морально – этические нормы взаимоотношений в семье	1		Изучение морально – этических норм взаимоотношений в семье
21	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета	1		Распределение обязанностей между членами семьи по ведению домашнего хозяйства, планирование бюджета семьи
22	Упражнения. Планирование семейного бюджета	1		
23	Формы организации досуга, отдыха в семье	1		Организация досуга и отдыха в семье
24	Семейные традиции и праздники	1		Изучение семейных традиций

Культура поведения (3)**Базовые учебные действия:**

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

-использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.				
25	Приём гостей, правила хорошего тона	1		Изучение правил хорошего тона
26	Правила поведения в гостях	1		Изучение правил этикета в гостях
27	Адекватность поведения, анализ поступков людей	1		Анализ поступков людей
Торговля (4)				
Базовые учебные действия:				
-осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;				
-слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его;				
-дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно – пространственную организацию.				
28	Виды ярмарок, их назначение	1		Нахождение отличий ярмарок от рынка и магазина
29	Продуктовые магазины, супермаркеты	1		Правильное ориентирование в магазинах
30	Покупка весовых и расфасованных продуктов	1		Подсчитывание стоимости весовых продуктов
31	Контрольная работа	1		
Средства связи (2)				
Базовые учебные действия:				
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;				
-уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;				
-принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления.				
32	Виды связи	1		Определение вида связи, пополнение счёта
33	Упражнения. Заполнение бланков переводов	1		Заполнение бланков денежного перевода
Питание (17)				
Базовые учебные действия:				
-осознанно действовать на основе разных видов инструкций;				
-вступать и поддерживать коммуникацию;				
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами;				
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;				
-обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности.				
34	Диетическое питание	1		Приготовление диетического блюда
35	Пр.работа. Приготовление молочного супа	1		
36	Рецепты приготовления блюд русской кухни	1		Приготовление блюд из картофеля и мяса
37	Пр. работа. Первичная обработка картофеля и мяса	1		
38	Пр.работа. Первичная обработка картофеля	1		Выпекание оладий на сковороде

39	Пр.работа. Приготовление картофельных оладий	1		
40	Пр.работа. Подготовка рыбы и овощей к запеканию	1		Приготовление рыбы с овощами
41	Пр.работа. Рыба с овощами, запеченная в сметане	1		
42	Блюда украинской кухни	1		Ознакомление с блюдами украинской кухни
43	Узбекская национальная кухня	1		Соблюдение рецептуры при готовки блюд узбекской кухни
44	Пр.работа. Изготовление вареников	1		Замешивание теста на вареники и отваривание вареников
45	Пр.работа. Отваривание вареников	1		
46	Пр.работа. Первичная обработка и нарезка овощей	1		Выполнение первичной обработки и нарезки овощей, и мяса
47	Пр.работа. Приготовление борща	1		
48	Пр.работа. Обработка мяса и овощей	1		
49	Пр.работа. Приготовление плова	1		Приготовление плова
50	Контрольная работа	1		Составление меню праздничного стола

Медицинская помощь (5)

Базовые учебные действия:

- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления.

51	Инфекционные заболевания	1		Соблюдение гигиенических требований при инфекционных заболеваниях
52	Кожные инфекционные заболевания	1		Соблюдение личной гигиены
53	Кишечные инфекционные заболевания	1		
54	Уход за больным	1		Ухаживание за больным: измерение температуры, умывание, переодевание, кормление больного, замена постельного белья даже лежащего больного, вовремя давать лекарства
55	Кормление больного, смена постельного белья	1		

Трудоустройство (6)

Базовые учебные действия:

- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и товарищей;
- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

56	Правила трудоустройства	1		Обращение в отделы учреждений с целью поиска вакантных мест для трудоустройства
57	Упражнения. Заполнение деловых бумаг	1		Заполнение деловых бумаг и документов при трудоустройстве
58	Оплата сверхурочной работы. Премии.	1		Правильное распределение профессиональной деятельности для получения премий и грамот
59	Виды отпусков, их оплата	1		Написание заявления на очередной отпуск
60	Увольнение, перевод, сокращение	1		Соблюдение правил трудовой дисциплины, умение писать заявление о переводе
61	Трудовой стаж, пенсия	1		Выполнение упражнения по подсчету трудового стажа
Жилище (3)				
Базовые учебные действия:				
-осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;				
-обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;				
-использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.				
62	Интерьер	1		Определение расстановки мебели в квартире, классе
63	Подготовка квартиры к ремонту, ремонт	1		
64	Правила наклеивания обоев	1		Наклеивание обоев с рисунком и без
Учреждения, организации, предприятия (4)				
Базовые учебные действия:				
-осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;				
-слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его;				
--использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.				
65	Предприятия бытового обслуживания	1		Обращение с вопросами и просьбами к работникам бытового обслуживания
66	Виды оказываемых услуг. Профессии работников предприятия	1		
67	Контрольная работа	1		
68	Органы государственной власти	1		

7. Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса

1. Воронкова, В. В. Программы специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. /– М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001 – Сб.1.
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. Девяткова, Т. А. и др. Методическое пособие «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида».
5. Львова, С. А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. 5 – 9 классы: пособие для учителя – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.
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.
7. Таблицы по технике безопасности при работе электрическим утюгом, швейными инструментами, по правильной организации рабочего места.
8. Технологические карты приготовления блюд.
9. Дидактический материал:
 - Памятки
 - Тестовые задания
 - Листовки с текстом по каждой теме
10. Раздаточный материал