

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки республики Марий Эл
ГБОУ Республики Марий Эл «Звениговская санаторная школа-интернат»

«Рассмотрено»
На заседании МО учителей
школы-интернат
Протокол №1 от 29.08. 2022

«Согласовано»
Завуч по УВР
 Геронтьева И.Б.
« 30 » августа 2022

«Утверждаю»
И.о. директора школы интернат
 Геронтьева И.Б.
Приказ № 14
от « 30 » августа 2022



**Адаптированная рабочая программа
учебного предмета «Социально-бытовая ориентация»
на 2022-2023 учебный год для обучающихся 5 класса с
интеллектуальными нарушениями**

Составитель:
Арзикеева Анна Вениаминовна
Социальный педагог

г. Звенигово, 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа составлена на основе:

- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида./ под редакцией Воронковой В. В., авторы О. И. Бородина, В.М. Мозговой, «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы, сборник 1», Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, Москва, 2011 г. и допущена Министерством образования и науки Российской Федерации
- Закона РФ «Об образовании в РФ» от 10.07.1992г. № 273 (в ред. От 21.12.2012г).
- Учебного плана школы

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. 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.

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

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета социально – бытовая ориентировка:

- 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.

Количество часов: в неделю – 1 час, в год – 34 часа, отведённых на выполнение практической части – 29 часов, экскурсии – 1 час.

Содержание курса реализуется с помощью учебников, пособий:

1. Картушина Г.Б. «Домоводство», учебное пособие для учащихся.

2. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л.«Социально – бытовая ориентировка в спец. (корр.)общеобразовательных учреждениях 8 вида».
3. М. В. Антонова «Основы гигиены учащихся».
4. Асамаа И. «Как себя вести».
5. Симоненко В.Д. «Технология, 5 класс».

Задачи курса:

- Практическая подготовка детей к самостоятельной жизни и труду.
- Формирование знаний и умений, способствующих социальной адаптации.
- Повышение уровня общего развития учащихся.
- Воспитание личностных качеств, трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости.

Содержание программы по СБО в 5 классе

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические	Экскурсии
1.	Вводное занятие.	1		
2.	Личная гигиена.	4	3	
2.1	Правила личной гигиены.	1	1	
2.2	Уход за волосами.	1	1	
2.3	Гигиена зрения.	1	1	
2.4	Вредные привычки.	1	--	
3.	Жилище.	3	3	
3.1	Виды жилых помещений.	1	1	
3.2	Гигиенические требования к жилому помещению.	1	1	
3.3	Почтовый адрес дома и школы.	1	1	
4.	Питание.	12	12	
4.1	Основные продукты питания.	1	1	
4.2	Место приготовления пищи.	1	1	
4.3	Правила техники безопасности при работе на кухне.	1	1	

4.4	Режим питания.	1	1	
4.5	Значение овощей в питании.	1	1	
4.6	Приготовление салатов.	1	1	
4.7	Горячие и холодные напитки.	1	1	
4.8	Приготовление пищи не треб. тепловой обработки.	1	1	
4.9	Приготовление бутербродов.	1	1	
4.10	Правила сервировки стола.	1	1	
4.11	Правила и приемы ухода за посудой.	1	1	
4.12	Приготовление овощной окрошки	1	1	
5.	Одежда и обувь.	2	1	
5.1	Виды и назначение одежды, обуви, головных уборов.	1	1	
5.2	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	1	1	
6.	Семья.	2	2	
6.1	Родственные отношения	1	1	
6.2	Состав семьи.	1	1	
7.	Культура поведения.	3	2	
7.1	Значение правильной осанки.	1	1	
7.2	Правила поведения за столом.	1	1	
7.3	Формы обращения к старшим и сверстникам.	1	--	
8.	Транспорт.	3	3	
8.1	Виды транспортных средств.	1	1	

8.2	Поведение в транспорте и на улице.	1	1	
8.3	Правила дорожного движения.	1	1	
9.	Торговля.	4	3	Экскурсия
9.1	Виды торговых предприятий.	1	1	
9.2	Продуктовые магазины.	1	1	
9.3	Порядок приобретения товаров.	1	1	
9.4	Виды товаров: фасованные и в развес.	1	1	
	Всего часов:	34	29	1

Требования к уровню подготовки учащихся\

должны знать:

- виды одежды, обуви и их назначение; правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов);
- значение питания; правила безопасной работы режущими инструментами; виды блюд, не требующих тепловой обработки;
- правила сервировки стола; правила мытья посуды и уборки помещения;
- родственные отношения в семье; состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст;
- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; варианты проезда до школы рациональными видами транспорта; количество времени, затраченное на дорогу; правила передвижения на велосипеде;
- виды магазинов; назначение продуктовых магазинов, их отделы и ассортимент продукции; правила поведения в магазине;
- правила покупки товаров; стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис, манная), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

должны уметь:

- - различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; подбирать
- одежду, обувь, головной убор по сезону; сушить и чистить одежду; подготавливать одежду и обувь к хранению; подбирать
- крем и чистить кожаную обувь;
- - прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его приготовления; нарезать хлеб, сырые и вареные овощи; строго
- соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.
- - записать имя, отчество, фамилию членов семьи; выполнять правила поведения в семье;
- - следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя; следить за своей походкой, жестикуля-

- щей; правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и
- незнакомыми) в различных ситуациях; вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
- -писать адрес на почтовых открытках, конвертах, денежном переводе и телеграмме; писать почтовый адрес своего дома и
- школы-интерната; правильно организовать рабочее место школьника; установить настольную лампу на рабочем месте;
- - чистить зубы, мыть руки, лицо, уши, шею, ноги; расчесывать волосы; стричь ногти и ухаживать за кожей рук,
- ног с использованием детского крема; стирать носовой платок, носки;
- -совершать вечерний туалет в определенной последовательности; выбирать прическу и причесывать волосы; стричь ногти
- на руках, ногах; стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте; беречь зрение; корректно отказаться от
- предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.
- -соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при
- выходе на улицу); соблюдать правила дорожного движения; различать знаки дорожного движения, встречающиеся на пути.