

Приложение
к адаптированной основной общеобразовательной
программе образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА» (ВАРИАНТ 1)**

Социально бытовая ориентировка (1 час в неделю, 35 часа в год)

Пояснительная записка

Важнейшей задачей курса социально-бытовой ориентировки является формирование у обучающихся необходимого объема знаний и умений, а так же воспитание умения учиться – способности самоорганизации с целью решения учебных задач. Учебный предмет «Социально бытовая ориентировка» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи.

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства; воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства; формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения ;
- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;
- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;
- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к

самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания –

ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающиеся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс **мышления**, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов

и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанниками также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранен

ия информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Особенности нервной системы обучающихся, воспитанников проявляются и в особенностях их **внимания**, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые **представления и воображение**. Представлениям обучающихся с умственной отсталостью свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на усвоении и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

У обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии **речевой деятельности**, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью проявляются и в нарушении **эмоциональной** сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми, а также положительную социализацию в обществе.

Возможность овладения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья знаниями при изучении предмета «Социально-бытовая ориентировка» во многом зависит от состояния коррекционной работы на уроках СБО. Преодолеть социальные последствия дефекта обучающегося с умственной отсталостью, а так же добиться его социальной адаптации можно лишь своевременно подготавливая его к активному и пассивному участию в жизни общества, в общественно-полезной деятельности. Овладение доступными социально-бытовыми навыками станут необходимыми для подготовки

учащихся с умственной отсталостью к дальнейшей социализации. Таким образом, социально-бытовая ориентировка является эффективным средством развития личности школьника с умственной отсталостью.

Общая характеристика учебного предмета

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку обучающихся 5-9 классов 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 и т.д.

Занятия по социально-бытовой ориентировке проводятся в специально оборудованном кабинете, обеспечивающем выполнение в полном объеме всех видов теоретических и практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета необходимо учитывать санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Программа СБО составлена с учетом возможностей обучающихся с умственной отсталостью 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, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Учитель, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала может использовать опыт обучающихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Основными методами и формами 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 обучающийся с умственной отсталостью, 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.

В зависимости от задач и оснащенности кабинета могут использоваться как коллективные, так и индивидуальные методы организации практических работ. Однако при любой форме организации занятия каждый обучающийся с умственной отсталостью должен на практике овладеть всеми необходимыми знаниями и умениями. Наряду с этими задачами решаются специальные задачи, направленные на коррекцию и развитие.

Коррекционная работа включает следующие направления. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- развитие восприятия, представлений, ощущений;

- развитие памяти;

- развитие внимания;

развитие пространственных представлений и ориентации. Развитие различных видов мышления:

развитие наглядно-образного мышления;

- развитие словесно-логического мышления.

Развитие основных мыслительных операций:

- развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий;

- умение работать по инструкциям, алгоритму; планировать деятельность.

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:

развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;

формирование адекватности чувств;

формирование умения анализировать свою деятельность. Коррекция - развитие речи:

- коррекция монологической речи; диалогической речи;

- обогащение словаря.

- наглядно-образного мышления;

- зрительного восприятия;

- пространственных представлений и ориентации;

Следует обратить особое внимание на изучение техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

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 занятиях. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение. Например, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а конце занятия для закрепления полученных знаний – заключительные беседы.

При определении содержания и объема учебного материала учитель должен ориентироваться на требования к знаниям и умениям обучающихся с умственной отсталостью, относящихся 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». В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и т.п. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, обучающиеся с умственной отсталостью, применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т.д.).

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью учитель при составлении плана занятия должен продумать, в какой его части можно применить знания и умения, полученные обучающимися с умственной отсталостью ранее. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Например, на занятиях по приготовлению пищи целесообразно вспомнить правила ухода за кухней и посудой, во время подготовки и проведения экскурсии – повторить правила поведения в общественных местах и в транспорте, предложить детям выбрать рациональный маршрут, транспортные средства и т.д. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия.

Занятия по социально-бытовой ориентировке, тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

На занятиях по социально-бытовой ориентировки следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением обучающимся правильно строить фразу, диалог, сделать вывод.

Тематика и последовательность занятий по социально-бытовой ориентировке отражаются в классном журнале. Распределение времени прохождения программного материала и порядок изучения тем учитель определяет по своему усмотрению. Содержание таких тем, как «Транспорт», «Торговля», и количество часов, отведенных на них, могут изменяться в зависимости от местных условий. При тематическом планировании должны учитываться времена года и потребности школы. Например, в соответствии с общешкольным планом, проводится «Неделя труда». Учителю следует на это период запланировать изучение таких тем, которые согласовывались бы с видами общественно полезного труда школьников. При подборе материала по теме «Учреждения, организации и предприятия» целесообразно предусмотреть ознакомление детей не только с объектами ближайшего окружения, но и с объектами, находящимися на территории, на которой обучающиеся будут проживать после окончания школы.

Характерной особенностью дефекта при умственной отсталости является нарушение отражательной функции головного мозга и регуляции поведения и деятельности, поэтому

распределение материала по швейному делу представлено с учетом возможностей обучающихся.

Работая с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимо учитывать психологические особенности и возможности детей. В ходе реализации данной программы будет соблюдаться коррекционная направленность обучения данной категории детей, которая выражается в следующем:

- Учебный материал преподносится небольшими порциями, по принципу от простого к сложному;
- используются способы облегчения трудных заданий (наводящие вопросы, широкое применение наглядности, опорные схемы, чертежи и т.д.);
- используются коррекционные упражнения, направленные на развитие внимания, всех видов памяти, мыслительных операций, связной речи для компенсации функциональной недостаточности мозговой структуры;
- используется систематическое возвращение к ранее изученному материалу;
- для предупреждения быстрой утомляемости обучающиеся переключаются с одного вида деятельности на другой;
- на уроках используются занимательные задания (со стороны учителя оказывается педагогическая поддержка каждому ребенку, осуществляется личностно-ориентированный подход);

Для определения степени достижения целей обучения, уровня сформированности знаний, умений, навыков, а также выявления уровня развития обучающихся с целью корректировки методики обучения используется текущий, промежуточный и итоговый контроль. Контроль знаний и умений осуществляется с помощью тестов, карточек-заданий, контрольных работ, выставки выполненных изделий, показом изделий одежды.

В программе предусмотрена многоуровневая система контроля знаний:

самоконтроль – при изучении нового материала

взаимоконтроль – в процессе его отработки

итоговый контроль – после прохождения крупных тем курса

Предусмотрены виды работ, которые позволяют вести контроль над усвоением учебного материала, а именно:

текущий контроль: тематические срезы, тест, устный опрос,

промежуточный контроль: мини-сочинения, письменный отчет по характеристике изделия, проверочная работа, тест, самостоятельные и практические работы; самостоятельная работа, лабораторная работа

обобщающие уроки по темам

итоговый контроль: контрольные работы, тесты по окончании каждой четверти и учебного года.

При устном опросе учитель выявляет степень понимания обучающимися изученного материала, овладение ими теорией, знание правил и умение применять их на практике.

При фронтальном опросе вопросы задаются разной степени трудности. Учитель дифференцированно подходит к обучающимся класса, учитывая возможности каждого ребенка тем самым, вовлекая всех в активную работу.

Индивидуальный опрос включает как проверку теоретических знаний, так и умение применять их на практике. Для индивидуального опроса учитель вызывает обучающегося к доске, привлекая к ответам внимание всего класса. Индивидуальный опрос позволяет более глубоко проверить знания обучающихся. Проверка знаний проводится путем организации самостоятельного выполнения практической работы, контрольных работ, тестовых заданий.

Самостоятельная работа может быть рассчитана на большую часть урока.

Контрольные работы проводятся в конце четверти, года. Содержание контрольных работ определяется учителем. Обучающиеся должны постоянно видеть результаты своей работы для понимания значения отметок, выработки умения критически оценивать себя через отметки за разные задания, демонстрирующие развитие соответствующих умений.

Учитывая степень обученности детей, в тематическом плане предлагаются задания различного уровня сложности и творческого характера, предусмотрено повторение учебного материала, самостоятельная работа с учетом индивидуальных особенностей и возможностей детей, дифференцированные задания.

В процессе обучения используются технологические и инструкционные карты, дидактические материалы (для личного использования обучающимися на уроках), образцы отдельных деталей и узлов, готовых изделий. На каждом занятии предусматривается включение обучающихся в практическую деятельность продуктивного, творческого характера.

Для информационно-компьютерной поддержки учебного процесса предполагается использование программно-педагогических средств, реализуемых с помощью компьютера.

Формы организации образовательного процесса:

урок,

практическая работа,

самостоятельная работа,

фронтальная работа.

Основные технологии:

лично-ориентированное,

деятельностный подход,
уровневая дифференциация,
информационно-коммуникативные,
здоровьесберегающие,
игровые.

Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:

Беседа (диалог).

Работа с книгой.

Практическая деятельность: изготовление изделий по чертежу, рисунку, наглядному изображению.

Самостоятельная работа

Работа по карточкам.

Работа по плакатам.

Составление плана работ, планирование последовательности операций по технологической карте.

Методы обучения: беседа, словесные, практические, наглядные.

Методы стимуляции:

Демонстрация натуральных объектов;

ИТК

Дифференцирование, разно уровневое обучение;

Наглядные пособия, раздаточный материал;

Создание игровых ситуаций;

Занимательные упражнения.

Место предмета в учебном плане

По учебному плану на изучение предмета отводится:

5 класс – 35 ч, 1 час в неделю

6 класс – 35 ч; 1 час в неделю

7 класс – 35 ч; 1 час в неделю

8 класс – 35 ч; 1 час в неделю

9 класс – 35 ч. 1 час в неделю

Личностные результаты

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
 совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
 первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
 представления о различных видах средств связи;
 знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
 знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;
 составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
 самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
 самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
 соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
 соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
 некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
 навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
 пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
 знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
 составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Базовые учебные действия

Учебный предмет: Основы социальной жизни

Группа БУД действий	Перечень учебных действий
Личностные учебные действия	• 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.
Коммуникативные учебные действия	• 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.
Регулятивные 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. • Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. • Обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Основное содержание 5 класс

- 1. Вводный урок. О предмете СБО.** Название предмета, чему учит предмет. Правила поведения в кабинете СБО
- 2. Личная гигиена**
 1. Правила личной гигиены. Что необходимо делать, чтобы быть здоровым. Утренний и вечерний туалет. Правила чистки ушей.
 2. Уход за волосами. Типы волос. Правила ухода за волосами по типу волос. Алгоритм мытья головы.
 3. Ваше лицо и прическа. Лучшая прическа с точки зрения врача косметолога. Маскировка мелких недостатков лица с помощью прически. Виды причесок, прическа которая подойдет вам.
 4. Берегите зрение! Правила техники сохранения зрения. Расстояние от глаз до книги при чтении. Что такое зрение. Что нельзя делать, чтобы уберечь свое зрение.
- 3. Одежда и обувь**
 1. Виды одежды и обуви. Правила ухода за одеждой. Виды одежды в зависимости от сезона. Как различается одежда и головные уборы по сезонам. Использование тканей в одежде.
 2. Назначение одежды и обуви. Виды одежды по назначению. Спортивная одежда. Домашняя одежда. Праздничная одежда. Виды обуви по назначению.
 3. Уход за одеждой. Правила ухода за одеждой. Продление срока носки верхней одежды. Правила ухода за повседневной и праздничной одеждой из деликатных тканей. Правила хранения одежды и головных уборов.
 4. Уход за обувью. Правила ухода за обувью. Необходимость ежедневного ухода. Правила ухода за резиновой, валяной, текстильной, замшевой обувью. Подготовка обуви к длительному хранению.
- 4. Питание.**

1. Продукты питания и их назначение. Необходимость хорошего питания для человека. Белки, жиры, углеводы. В каких продуктах содержатся. Витамины. Их содержание в продуктах. Необходимость употребления сырых овощей и фруктов.
2. Бутерброды. Виды бутербродов. Как готовить бутерброды. Продукты для приготовления бутербродов.
3. Салаты и винегреты. Что такое салат. Винегрет. Виды салатов. Продукты для приготовления салатов.
4. Общие правила приготовления салатов. Посуда для хранения и приготовления салатов. Температура овощей для салатов. Сроки хранения заправленных и незаправленных салатов.
5. Заваривание чая. Вода для заваривания чая. Посуда для заваривания чая. Настаивание чая. Травы для приготовления чая
6. Кухонная посуда и уход за ней. Кухонная посуда. Правила пользования. Виды кухонной посуды. Правила хранения кухонной посуды. Уход за посудой.

5.Я и моя будущая семья

1. Семья, что такое. Члены семьи. Поговорки и пословицы о семье.
2. Традиции и отношения в семье на примере сказок. Примеры семейных отношений у сказочных героев.

6. Культура поведения

1. О культуре поведения. Воспитанный человек. Невоспитанный человек. Доброта и грубость в общении.
2. Красота – родная сестра здоровья. Осанка. Мышечный корсет. Требования к осанке. Требования к правильному положению спины во время того как ребенок сидит.
3. Правила Общения. Правила этикета во время общения. Норма обращения на «Ты» и на «Вы».

7. Жилище

1. Виды жилых помещений в городе и в деревне. Жилое помещение. Квартира. Сельский дом. Топливо для обогрева жилья. Интернат.

8. Транспорт

1. Правила ожидания и поведения в общественном транспорте. Остановка. Правила поведения на остановке. Поведение во время движения транспорта.
- 2.Правила передвижения на велосипеде. Требования предъявляемые к велосипедисту. Защита велосипедиста. Световозвращатель.

9. Торговля

Виды магазинов их назначение. Универмаг. Гастроном. Виды специализированных магазинов. Продовольственный магазин. Отделы в продовольственном магазине. Правила поведения в магазине.

10. Итоговая работа.

Тестирование. Включает в себя вопросы по всем пройденным блокам предмета. Состоит из двух уровней. Усвоение на достаточном и на минимальном уровне.

Основное содержание 6 класс

1. Личная гигиена

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания.

Правила и приемы ухода за руками и ногами. Красота рук. Правила ухода за кожей рук и ногтями. Мытье рук зимой и летом. Потливость рук, способы борьбы. Снятие усталости ног. Педикюр. Трещины на пятках, потливость ног. Уход за ногами.

2. Одежда и обувь.

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распорвавшегося шва. Правила и

приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков

3. Питание.

Режим питания. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасности работы с режущими инструментами и кипятком. Правила пользования электрической и газовой плитами. Меню ужина. Сервировка стола к ужину. Правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Виды каш. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

4. Я и моя будущая семья

Семья. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи. Счастливая семья.

5. Культура поведения

Правила поведения в общественных местах. Правила поведения в театре. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими. Правила поведения за столом.

6. Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.

7. Торговля

Магазины продовольственных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли

8. Средства связи

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг.

9. Медицинская помощь

Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

10. Итоговая работа

Тестирование. Включает в себя вопросы по всем пройденным блокам предмета. Состоит из двух уровней. Усвоение на достаточном и на минимальном уровне

Основное содержание 7 класс

1. Личная гигиена

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Хранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами. Пользование шампунем в соответствии с ним в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

Практические работы:

- мытье тела и волос под присмотром взрослых;
- подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния (жирные, сухие, нормальные);
- просмотр учебных кинофильмов о гигиене подростков.

2. Одежда и обувь

Значение продления срока служения одежды Виды штопки, наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк. Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.

Практические работы:

- ремонт одежды: штопка и наложение заплат;
- стирка мелких изделий из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины;
- стирка изделий из шелка — в ручную.

3. Питание:

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.

Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

Практические работы:

- приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

4. Семья:

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Практические работы

- оказание помощи детям в одевании на прогулку;

5. Культура поведения

Поведение в гостях. Подарки.

Практическая работа

Изготовление несложных подарков.

6. Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). . Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Практическая работа Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

7. Транспорт

Железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

8. Торговля

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин.

9. Средства связи

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

Практическая работа: Заполнение бланков на отправку бандеролей. Экскурсия на почту.

10. Медицинская помощь

Домашняя аптечка (состав). Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах,

Экскурсия в аптеку.

Основное содержание 8 класс

1. Личная гигиена

Уход за кожей. Уход за волосами. Правила ухода за ногтями. Уход за кожей лица. Типы кожи лица. Рецепты для умывания без мыла. Советы для избавления от неприятного запаха. Солнце и кожа лица.

Практическая работа: провести процедуру по уходу за кожей лица по типу кожи

2. Одежда и обувь

Уход за одеждой. Хлопок. Шерсть. Лен. Шелк. Трикотаж. Правила глаженья белья. Практическое занятие: глажение белья. Полотенца, футболка, рубашка.

3. Питание

Консервирование фруктов и ягод. Яблоки груши. Абрикосы и персики. Сливы. Вишня и черешня. Клубника, земляника, малина, ежевика. Смородина, крыжовник. Черника, голубика, брусника. Варенье. Разные виды варенья из фруктов и ягод. Практическая работа: приготовить варенье из любого вида фруктов или ягод под присмотром взрослых.

4. Я и моя будущая семья

Уход за грудным ребенком. Особенности развития новорожденного. Предметы ухода за ребенком. Измерение температуры грудного ребенка. Купание. Одевание ребенка. Прогулки. Игрушки. Распределение обязанностей в семье. Бюджет семьи. Практическая работа: расчет бюджета семьи.

5. Культура поведения

Внешний вид юноши. Как вести себя на дискотеке.

6. Жилище

Кухня. Мытье кафельной плитки. Ванны ,раковины, унитазаы. Бытовая химия в вашем доме

Практическая работа: почистить ванну с использованием химических средств для уборки ванны.

7. Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал

Практическая работа: поездка на автобусе с покупкой билета

8. Торговля

Специализированные магазины. Виды специализированных магазинов. Профессия – продавец. Правила поведения в магазине.

Практическая работа: экскурсия в специализированный магазин

9. Средства связи

Общение по телефону. Правила общения по телефону. Онлайн и офлайн общение.

Практическая работа: звонок для записи в медицинское учреждение

10. Медицинская помощь

Глистные заболевания и меры их предупреждения. Первая помощь при несчастных случаях. Солнечный удар. Тепловой удар. Первая помощь при солнечном и тепловом ударах. Ожоги. Термические ожоги. Термические ожоги. Первая помощь при термических ожогах. Отморожение. Первая доврачебная помощь при отравлениях.

Практическая работа: оказать первую помощь при солнечном ударе.

11. Итоговая работа в виде тестирования по блокам пройденного курса.

Основное содержание предмета 9 класс

1. Одежда и обувь

Мода, стиль, вкус. Стили одежды. Размер одежды, как определить. Подбор размеры обуви. Мужская обувь. Женская обувь.

Практическая работа: подобрать стиль одежды на мероприятие «Поход в театр»

2. Питание

Подготовка плодов и овощей к консервированию. Подготовка инвентаря и тары. Способ консервирования со стерилизацией. Рецепт приготовления капусты на зиму. Огурцы. Способ заготовки огурцов. Помидоры.

Практическая работа: консервация огурцов или помидоров с помощью родителей

3. Я и моя будущая семья

Какой она должна быть моя будущая семья? Химера. Вскармливание ребенка первого года жизни. Уход за детскими бутылочками. Первая каша.

Практическая работа: стерилизация бутылочки для кормления

4. Культура поведения

Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.

Поведение в общественных местах. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда. Расходы на косметический ремонт. Косметический ремонт.

Практическая работа: рассчитать расходы на косметический ремонт.

5. Авиатранспорт

Виды авиатранспорта. Расстояния полета у самолета. Вертолет. Для чего используется. Аэропорт. Служба безопасности в аэропорту

Практическая работа: заказать билет на самолет с помощью интернет источника

6. Торговля

Рынок. Виды рынков

Практическая работа: узнать цены на основные продукты на рынке, сравнить с ценами в магазине

7. Средства связи

Виды денежных переводов. Современные виды связи.

Практическая работа: провести процедуру почтового перевода

8. Медицинская помощь

Инфекционные заболевания и меры их предупреждения. Уход за лежачим больным. Листок нетрудоспособности

Практическая работа: первая помощь при токсическом отравлении

9. Трудоустройство. Мир профессий.

Практическая работа: экскурсия на выставку профессий

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№	Раздел/тема	Количество часов
1	Вводный урок. О предмете СБО	1
	Личная гигиена	
1	Правила личной гигиены	2
2	Уход за волосами	1
3	Ваше лицо и прическа	2
4	Берегите зрение	1
	Одежда и Обувь	
1	Виды одежды и обуви	2
2	Назначение одежды и обуви	1
3	Уход за одеждой	2
4	Уход за обувью	2
	Питание	
1	Продукты питания и их назначение	1
2	Бутерброды	1
3	Салаты и винегреты	2
4	Общие правила приготовления салатов. Заваривание чая	2
5	Кухонная посуда и уход за ней	1
6	Сервировка стола к завтраку	1
	Я и моя будущая семья	
1	Вводный урок. Я и моя будущая семья	1
2	Что такое «Семья»	2
	Культура поведения	
1	О культуре поведения	1
2	Красота - родная сестра здоровья	1
3	Правила общения	2
	Жилище	
1	Виды жилых помещений в городе и в деревне	2
	Транспорт	

1	Правила ожидания и поведения в общественном транспорте	1
2	Правила передвижения на велосипеде	1
	Торговля	
1	Виды магазинов. Их назначение	1
2	В продовольственном магазине	1
3	Итоговая работа	1

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
	Личная гигиена	
1	Закаливание организма	1
2	Уход за руками	1
3	Ноги тоже требуют ухода	1
1	Одежда и обувь Ремонт одежды	2
2	Правила безопасной работы с иглой, ножницами, электрическим утюгом	2
3	Стирка изделий из цветных, хлопчатобумажных и шелковых тканей	2
	Питание	
1	Режим питания	1
2	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с режущими инструментами и кипятком. Правила пользования электрической и газовой плитами.	2
3	Меню ужина	1
4	Сервировка стола к ужину	1
5	Правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него	1
6	Каша. Виды каш.	2
	Я и моя будущая семья	
1	Семья	1
2	Счастливая семья	1

	Культура поведения	
1	Как вести себя в театре	1
2	Правила поведения за столом	1
	Жилище	
1	Ваш дом	1
2	Уборка квартиры	2
3	Уход за полом	1
4	Пылесос-помощник в доме	1
5	Детские учреждения	1
	Транспорт	
1	Транспорт - наш помощник	2
	Торговля	
1	Продовольственные магазины	2
	Средства связи	
1	Основные средства связи	1
	Медицинская помощь	
1	Медицинские учреждения	1
2	Виды медицинских учреждений	1
3	Итоговая работа	1

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
	Личная гигиена	1
1	Что есть внешняя красота?	
2	Уход за кожей лица	1
3	Уход за волосами	1
4	Уход за волосами с помощью народных средств	1
	Одежда и обувь	
1	Ремонт одежды, штопка, наложение заплат	2
2	Что такое стирка	1
3	Отбеливание	1
4	Устройство стиральной машины	1
5	Что может стиральная машина	1
6	Глажение	1
7	Прачечная	1
	Питание	
1	О рациональном питании	
2	Супы	1
3	Приготовление рыбных блюд	
4	Приготовление мясных блюд	1
5	Сладкие блюда	
6	Сервировка стола	1
7	Меню на день и неделю	1
	Семья	
1	Школа семьи	1
2	Помощь родителям и воспитателям по уходу за младшими детьми	1
	Культура поведения	1
1	Умение приглашать гостей	
2	В вашем доме поселились гости	

3	Вы собираетесь в гости	1
4	Искусство делать подарки	
5	Цветы в подарок	
	Жилище	
1	Уборка квартиры	1
2	Санитарная обработка помещения	
3	Подготовка квартиры к зиме	
4	Утепление окон	1
5	Чистка и мытье оконных окон и зеркал	1
6	Уход за полом	
7	Уход за мебелью	
8	О технике безопасности и мерах предосторожности	1
9	Чистильщик, моляр, мойщик	1
10	Правила пользования пылесосом	
11	Правила заготовки топлива и топки печей	
	Транспорт	
1	Междугородный железнодорожный транспорт	1
2	Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов. Типы вагонов. Камеры хранения	1
	Торговля	
1	Универмаги и универсамы	1
2	Распродажа товаров по сниженным ценам	1
	Средства связи	
1	Почта. Посылки бандероли	1
2	Медицинская помощь	1
3	Первая помощь при порезах, ссадинах, ушибах	
4	Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей	
5	Доврачебная помощь при ранениях	1
6	Как измерить температуру тела	
7	Лекарственные растения	
8	Отвары, настои, настойки, чай	1
9	Итоговая работа	1

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Тема/раздел	Количество часов
1	Личная гигиена	1
2	Уход за кожей	
3	Уход за волосами	1
4	Уход за ногтями	
5	Уход за кожей лица Рецепты умывания без мыла	1
6	Как избавиться от неприятного запаха Как избавиться от угрей	1
1	Одежда и обувь	2

	Уход за одеждой	
2	Хлопок Шерсть Лен	1
3	Шелк Трикотаж	1
4	Правила Глаженья белья	1
	Питание	
1	Консервирование фруктов и ягод	1
2	Яблоки, груши, абрикосы, персики	1
3	Сливы, вешняя и черешня, клубника, земляника, малина, ежевика	1
4	Смородина, крыжовник, черника, голубика, брусника	1
5	Варенье. Варенье из яблок, варенье из райских яблок	1
6	Варенье из тыквы, варенье из кабачков, варенье из моркови	1
	Я и моя будущая семья	
	Уход за грудным ребенком	1
	Особенности развития новорожденного	1
	Предметы ухода за ребенком	1
	Измерение температуры грудного ребенка	1
	Купание	1
	Одевание ребенка. Прогулка. Игрушки	1
	Распределение обязанностей в семье	1
	Бюджет семьи	1
	Культура поведения	
1	Внешний вид юноши. Как вести себя на дискотеке	1
	Жилище	
1	Кухня	1
2	Мытье кафельной плитки, ванны, раковины, унитаза	1
3	Бытовая химия в вашем доме	1
	Транспорт	
1	Междугородный транспорт	1
2	Автовокзал	1
	Торговля	
1	Специализированные магазины	1
2	Правила поведения в магазине	1
	Средства связи	1
1	Общение по телефону	
	Медицинская помощь	
1	Глистные заболевания и меры их предупреждения	1
2	Первая помощь при несчастных случаях Солнечный удар. Тепловой удар. Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.	1
3	Ожоги. Термические ожоги. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при отравлениях	1
4	Итоговая работа	1

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
	Одежда и обувь	
1	Мода, стиль, вкус	1
2	Стили одежды	1
3	Как определить свой размер одежды	1
4	Подбор размера обуви. Мужская обувь. Женская обувь	1
	Питание	
1	Подготовка плодов и овощей к консервированию	1
2	Подготовка инвентаря и тары	1
3	Способы консервирования со стерилизацией	1
4	Рецепт приготовления капусты на зиму. Огурцы. Способы заготовки огурцов	1
5	Помидоры	1
	Я и моя будущая семья	
1	Какой она должна быть, моя будущая семья?	2
2	Химера	1
3	Вскармливание ребенка первого года жизни.	1
4	Как ухаживать за детскими бутылочками? Первая каша	1
	Культура поведения	1
1	Прием гостей и правила хорошего тона в общении	
	Жилище	1
1	Как правильно вести себя в общественных местах	
2	Рациональная расстановка мебели в квартире	1
3	Сохранение жилищного фонда	1
4	Подсчет расходов на косметический ремонт	1
	Косметический ремонт	
1	Авиатранспорт	1
	Торговля	
1	Рынок. Виды рынков.	1
	Средства связи	
1	Виды денежных переводов. Современные виды связи	1
	Медицинская помощь	
1	Инфекционные заболевания и меры их предупреждения	1
2	Уход за лежачими больными	1
3	Листок нетрудоспособности	1
	Трудоустройство	
1	«Где работать мне тогда, чем заниматься?»	2
2	Итоговая работа	

Литература:

- Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида. 5-9 классы. Сборник 1. М:Владос, 2001 под редакцией • В. Воронковой.
- Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. Под редакцией А.М. Щербаковой. М:Владос, 2004г. Пособие для учителя.
- Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. Под ред. В.В.Воронковой, М: Владос, 2006г. Пособие для учителя.
- Социально-бытовая ориентировка (развернутое тематическое планирование) 5-9 классы /Издательство «Учитель» Волгоград - 2010, автор-составитель С.А. Львова/.
- Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно измерительные материалы: вариативные тестовые задания авт.- сост. С.П.Дерябина.- Волгоград: Учитель, 2013.- 98 с.
- Социально- бытовая ориентировка. 5 класс: поурочные планы по программе В.В.Воронковой, С.А.Казаковой авт.- сост. Л.А.Бабушкина, М.В.Ковтонюк, З.А.Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.- 160 с.
- Практический материал к урокам С.Б.О. в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя А.Львова.- М. : Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2013.- 136 С.- (Коррекционная педагогика)
- Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие,- М. :Гуманитар, изд .центр. ВЛАДОС, 2012.- 87 с.: ил.- (Коррекционная педагогика).
- Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида для 5-9классов Субчева В.П.