**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кириковская средняя школа»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  заместитель директора по учебно-воспитательной работе Сластихина Н.П.\_\_\_\_\_\_\_  «30» августа 2019 |  | УТВЕРЖДАЮ:  Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа»\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ивченко О.В.  «30» августа 2019 года |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «социально-бытовая ориентировка» 5 класс муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа»**

Составил: учитель высшей квалификационной категории Ивченко Олег Владимирович

2019-2020 учебный год

**1. Пояснительная записка.**

Настоящая рабочая программа по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» 5 класс составлена на основании основной адаптированной образовательной программы под. редакцией В.В. Воронковой, учебного плана муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» по адаптированной образовательной программе для детей с ограниченными возможностями здоровья (легкая степень умственной отсталости) на 2019-2020 учебный год, учебного плана муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» для обучающихся с легкой степенью умственной отсталости 5-9 класс на 2019-2020 учебный год, положения о рабочей программе педагога муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» реализующего предметы, курсы и дисциплины общего образования от 30 мая 2019 года.

Настоящая программа рассчитана на пятидневную рабочую неделю и написана с учетом требований, установленных СанПиН.   
 Программа построена с учетом принципов системности, научности, доступности.

Настоящая рабочая программа предназначена для учащихся 5 классов Кириковской средней школы, обучающихся по адаптированной образовательной программе основного общего образования и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений, местных условий.

Всего на изучение предмета в 5 классе отводится 35 часов.

Целями и задачами данной программы являются:

- практическая подготовка учащихся к самостоятельной жизни;

- формирование у них знаний и умений, способствующих социальной и психологической адаптации;

- повышение общего уровня развития учащихся;

- помощь учащимся в осознании того, что главная ценность жизни есть здоровье человека, за которое он отвечает сам;

- формирование у учащихся полового самосознания как основы культурного поведения;

- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения;

- помощь учащимся в осознанном выбо­ре профессии;

- помощь учащимся в овладении норма­ми правильного поведения в природной среде.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного подхода к учащимся, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуж­дая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Основными формами и методами обучения на уроках социально-бытовой ориентировки являются практические работы, деловые игры, экскурсии, рейды, беседы, опыты, практикумы ролевого общения и др.

Содержание занятий в 5 классе выполняются сказочными и игро­выми сюжетами и персонажами («Уроки Мойдодыра», «Уроки Золушки», «Рецепты кулинара Всезнайки», «Советы доктора Айболита» и др.).

Закрепление изученного на уроках материала проводится с помощью коррекционных игр на развитие внима­ния, смысловой памяти: «Полезно - вред­но», «Найди правильный ответ», «Угадай­ка», «Продолжи (закончи) рассказ (сказ­ку)». «Можно - нельзя» и др.

При проведении уроков по теме «Питание», обращается внимание учащихся на то, что приготовление ими пищи - искусство, и что от настроения готовящего пищу зависит её вкус, здоровье и настроение человека.

В работе по темам «Личная гигиена», «Здоровье» коррекционные занятия направляются не только на усво­ение учащимися знаний, умений, но и на становление их мотивационной сферы, гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в реаль­ном поведении.

Курс социально-бытовой ориентировки интегративный, т.к. содержит сведения целого ряда наук, областей жизни человека и поэтому имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной рабо­ты. Совместная деятельность учителя и воспитателя позволяет достичь желаемых результатов.

Программа завершается в конце учебного года промежуточной аттестацией в форме тестирования в мае 2020 года.

**2. Планируемые результаты освоения предмета.**

В ходе реализации настоящей программы обучающиеся должны приобрести следующие знания и умения:

- знать содержание и значение предмета «социально-бытовая ори­ентировка»; - знать кабинет СБО и правилами поведения в нём. Соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гиги­енических требования на занятиях;

- уметь заботиться о своих глазах и ушах, следить за правильностью осанки;

- выполнений утренний и вечерний туалет;.

- иметь представление о необходимости соблюдения правил лич­ной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека.

Учащиеся должны знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

- периодичность и правила чистки ушей;

- меры, направленные на охрану слуха;

- правила бережного отношения к зрению;

- правила для поддержания правиль­ной осанки.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять утренний и вечерний туалет;

- чистить уши;

- делать массаж ушей;

- расслаблять глаза;

- устанавливать настольную лампу и направлять свет на рабочее место;

- пользоваться подставкой для книг;

- следить за своей осанкой;

- следить за своей походкой и жести­куляцией.

Знать виды одежды и головных уборов, их назначение. Уметь осуществлять

повседневный уход за одеждой (предупреждение загрязнений). Различать виды обуви, их назначение, уход за обувью (сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранение. Уметь выбирать себе одежду и обувь.

Чистить и сушить повседневную одежду, обувь. Выбирать одежду по назначению (рабочая, домашняя, праздничная, спор­тивная).

Учащиеся должны иметь представление о том, почему они должны содержать в чистоте одежду и обувь.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать одежду, головные уборы и обувь по назначению, сезону;

- сушить мокрую одежду;

- чистить верхнее и лёгкое платье;

- подготавливать их к хранению;

- подбирать крем и чистить кожаную обувь;

- чистить замшевую и текстильную обувь;

- сушить мокрую обувь, подготавли­вать её к хранению.

Знать как следует питаться. Различать продукты расти­тельного и животного происхожде­ния, их разнообразие и значение для здоровья человека. Знать правила питания и приготовления пищи. Знать основные правила приготовления пищи. Порядок при­готовления бутербродов, отварива­ния яиц, приготовления яичницы, салата, винегрета, заваривания чая, приготовления сладкой творожной массы, соков, гренок).

Уметь содержать кухню в порядке. Ухаживать за посудой, кухонными принадлежностями и приборами. Сервировать стол к завтраку.

Уметь приготовить бутерброды, салат, винегрет, яичницу, гренки, сладкую творож­ную массу, соки, отварные яица, завари­вать чай. Чистить и мыть кухонные принад­лежности.

Учащиеся должны иметь представление о роли пищи в жизни человека, о том, какая пища способствует здоровью, а какая - нет. Учащиеся должны знать:

- роль растительной и животной пищи;

- роль режима в приёме пищи и пра­вил питания для поддержания здо­ровья;

- виды бутербродов;

- различные меню завтрака;

- как можно использовать чёрствый хлеб;

- санитарно-гигиенические требова­ния к процессу приготовления пищи;

- правила сервировки стола к завтраку;

- правила заваривания чая;

- правила пользования и ухода за соковыжималкой;

- названия кухонных принадлежно­стей и посуды;

- правила пользования чистящими средствами по уходу за посудой:

- правила работы с кипящей жидкостью. Учащиеся должны уметь:

- пояснять свои индивидуальные реакции на пищу и своё личностное предпочтение в еде;

- резать ножом продукты для бутер­бродов;

- пользоваться тёркой;

- протирать творог через сито;

- пользоваться соковыжималкой;

- отваривать яйца, жарить яичницу;

- нарезать варёные овощи кубиками и соломкой;

- накрывать на стол с учётом конкрет­ного меню;

- мыть и чистить нужные приборы и посуду;

- пользоваться печатными инструкция­ми к различным чистящим средствам.

Учащиеся должны иметь представление о необходимости соблюдения культуры поведения.

Учащиеся должны знать:

- формы обращения с просьбой, вопросом;

- правила поведения в школе;

- правила поведения в столовой;

- о необходимости следить за своей речью, расширять словарный запас.

Учащиеся должны уметь:

- вежливо и тактично вести себя при раз­говоре со старшими и сверстниками;

- правильно сидеть за столом;

- пользоваться столовыми прибора­ми, салфетками;

- красиво и аккуратно принимать пищу.

Учащиеся должны знать:

- виды жилых помещений в городе и деревне, их различие;

- правила уборки помещения.

Учащиеся должны уметь:

- убирать комнату;

- писать адрес на почтовых открытках.

Учащиеся должны понимать:

- значение здорового образа жизни и личного здоровья, для жизни, отдыха, учёбы;

- почему здоровый образ жизни спо­собствует хорошему настроению, здоровью.

Учащиеся должны знать:

- какие привычки и почему предста­вляют вред здоровью;

- виды медицинской помощи;

- функции основных врачей-специа­листов.

Учащиеся должны уметь:

- пояснить свою ответственность за личное здоровье;

- записываться на приём к врачу;

- вызывать врача на дом;

- приобретать лекарства в аптеке.

Учащиеся должны знать:

- основные виды транспорта;

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;

- количество времени, затрачиваемо­го на поездку, пересадки, пешеход­ный маршрут;

- правила передвижения на велоси­педе;

- правила поведения в транспорте.

Учащиеся должны уметь:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (прави­ла посадки, покупки билета, пове­дения в салоне и при выходе, на улице);

- соблюдать правила дорожного дви­жения;

- приобретать билеты.

ый магазины.

Основные требования к знаниям и уме­ниям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные виды магазинов, их наз­начение;

- виды отделов в продовольственных и промтоварных магазинах;

- права покупателя.

Учащиеся должны уметь:

- оплачивать покупку;

- соблюдать правила поведения в магазине.

**3. Содержание учебного предмета.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Разделы, темы | Количество часов |
| 1 | Вводное занятие | 1 |
| 2 | Личная гигиена | 4 |
| 3 | Одежда и обувь | 4 |
| 4 | Питание | 2 |
| 5 | Завтрак | 10 |
| 6 | Культура поведения | 4 |
| 7 | Жилище | 3 |
| 8 | Здоровье | 2 |
| 9 | Транспорт и безопасность дорожного движения. | 3 |
| 10 | Торговля | 2 |
|  | **Итого:** | 35 |

**4. Тематическое планирование с указанием часов на освоение каждой темы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование темы урока** | **Количество часов** | **Дата проведения.** |
| 1. | Вводное занятие. Академия добрых волшебников. | 1 | 02.09.2019 |
| Раздел № 1. Личная гигиена. | | | |
| 1. | Уроки Мойдодыра. Правила чистоты. | 1 | 09.09.2019 |
| 2. | Гигиена зрения. Гигиена чтения. | 1 | 16.09.2019 |
| 3. | Уход за ушами. Чтобы уши слышали. | 1 | 23.09.2019 |
| 4. | Осанка - стройная спина. | 1 | 30.09.2019 |
| Раздел № 2. Одежда и обувь. | | | |
| 1. | Виды одежды и головных уборов, их назначение. | 1 | 07.10.2019 |
| 2. | Повседневный уход за одеждой (предупреждение загрязнений). | 1 | 14.10.2019 |
| 3. | Виды обуви, их назначение, уход за обувью. | 1 | 21.10.2019 |
| 4. | Правила выбора обуви и одежды. | 1 | 11.11.2019 |
| Раздел № 3. Питание. | | | |
| 1. | Как следует питаться? Советы кулинара Всезнайки. Продукты растительного и животного происхождения, их разнообразие  и значение для здоровья человека. | 1 | 18.11.2019 |
| 2. | Золотые правила питания и приготовление пищи. Советы доктора Айболита. | 1 | 25.11.2019 |
| Раздел № 4.Завтрак. | | | |
| 1. | Заваривание чая. Лесные чаи. | 1 | 02.12.2019 |
| 2. | Отваривание яиц. | 1 | 09.12.2019 |
| 3. | Приготовление яичницы. | 1 | 16.12.2019 |
| 4. | Салаты - самая здоровая пища. Приготовление салата. | 1 | 23.12.2019 |
| 5. | Приготовление винегрета. | 1 | 13.01.2020 |
| 6. | Творог - ценный продукт питания. Приготовление сладкой творожной массы. | 1 | 20.01.2020 |
| 7. | Приготовление бутербродов. | 1 | 27.01.2020 |
| 8. | Что можно приготовить из чёрствого хлеба? Гренки. | 1 | 03.02.2020 |
| 9. | Порядок на кухне. Уход за посудой, кухонными принадлежностями и приборами. | 1 | 10.02.2020 |
| 10. | Сервировка стола к завтраку. | 1 | 17.02.2020 |
| Раздел № 5. Культура поведения. | | | |
| 1. | Школа хороших манер. В чём секрет волшебных слов? | 1 | 24.02.2020 |
| 2. | Поведение в школе. | 1 | 02.03.2020 |
| 3. | Поведение в столовой. | 1 | 09.03.2020 |
| 4. | Как себя вести на празднике. | 1 | 16.03.2020 |
| Раздел № 6. Жилище. | | | |
| 1. | Виды жилых помещений в городе, деревне. | 1 | 30.03.2020 |
| 2. | Правила уборки комнаты. Уроки Золушки. | 1 | 06.04.2020 |
| 3. | Почтовый адрес дома и школы. | 1 | 13.04.2020 |
| Раздел № 7. Здоровье. | | | |
| 1. | Можно ли дожить до ста лет? Что нужно для этого? | 1 | 20.04.2020 |
| 2. | Кто помогает мне сохранить здоровье? | 1 | 27.04.2020 |
| Раздел № 8. Транспорт и безопасность дорожного движения. | | | |
| 1. | Виды транспорта. Правила поведения в транспорте. | 1 | 18.05.2020 |
| 2. | Коллективные поездки в транспорте. | 1 | 25.05.2020 |
| 3. | Правила поведения на дороге. | 1 |  |
| Раздел № 9. Торговля. | | | |
| 1. | Продовольственные и промтоварные магазины. Их назначение. Поведение в магазине. | 1 |  |
| 2. | Промежуточная аттестация в форме тестирования. | 1 |  |

**Необходима коррекция расписания по предмету в объеме 3 часа до 29.05.2019.**

**5. Список литературы, используемый при оформлении рабочей программы.**

1. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе /Под ред. В. В. Воронковой. – М.: Школа-Пресс, 1994. – С. 182-197.
2. Словарь психолога-практика / Сост. С.Ю. Головин. – Минск, 2000. – С.462.
3. В.В.Воронкова, С.А.Казакова «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2011г.
4. Шпек О. Люди с умственной отсталостью: Обучение и воспитание: Пер с нем. А.П. Голубева; Науч. ред. рус. текста Н.М. Назарова. – М.: Изд. центр «Академия», 2003. – 432 с.
5. Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования: Специальность 03170 – Олигофренопедагогика. – Москва, 2005.
6. Т.А.Девяткова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2005.
7. Сластенин В.А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки. – М.: Просвещение, 1976. – 159 с.