

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 23 городского округа Чапаевск Самарской области

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 27.08.2019 г.

Проверено
Ответственная за учебную работу
 Иншакова С.В.
27.08.2019 г.

Утверждаю
Директор ГБОУ ООШ № 23
г.о. Чапаевск
 Копылова Ж.В.
Приказ № 68-од от 27.08.2019г.



**Адаптированная образовательная программа
«Социально-бытовая ориентировка» (СБО)
для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
(вариант 5.2)**

5 класс

2019-2020 учебный год

Составитель программы:
Иншакова Светлана Владимировна,
учитель информатики

2019 г.

Адаптированная образовательная программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка (СБО)» 5 класса составлена на основе по АООП основного общего образования и учебного плана ГБОУ ООШ № 23 г.о. Чапаевск для детей с умственной отсталостью (вариант 5.2), на основе «Программы обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под ред. Л.Б. Баряевой, Н.Н.Яковлевой, С. -Пб.2017 г.

Учебно-методическое обеспечение

- Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под ред. Л.Б.Баряевой/. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2017г
- «Знакомство с окружающим миром» под редакцией Е.Д. Худенко, И.А. Тереховой. Учебное пособие для специальных(коррекционных) школ VIII вида. изд. «АРКТИ» -М. 2017г.

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

Коррекционно-образовательные:

- Формирование основных бытовых умений и навыков, обеспечивающих постепенное вхождение в социально-жизненную среду;
- Формирование спектра социально-бытовых умений, навыков, которые необходимы в процессе жизнедеятельности в разные временные периоды;
- Формирование умения общаться в предметно-бытовом и межличностном общении с помощью невербальных и вербальных средств коммуникации.

Коррекционно-развивающие:

- -развивать коммуникативную функцию речи учащихся, удовлетворяя их коммуникативную потребность;
- -создавать условия для речевой активности учеников;
- -формировать интерес к чтению как визуальному, так и аудиальному процессу;
- -формировать словарный запас учащихся.

Коррекционно-воспитательные:

- Воспитывать желание общаться в предметно-бытовом и межличностном общении с помощью невербальных и вербальных средств коммуникации.
- Воспитывать интерес к чтению как визуальному, так и аудиальному процессу

Место в учебном плане

Общее количество часов по программе: 5 класса 1 час в неделю, т.е.34 часа в год

Планируемые результаты обучения

- Сформированность основ безопасности собственной жизнедеятельности;
- Сформированность навыков осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям.

Личная гигиена

учащиеся должны знать: последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения.

учащиеся должны уметь: совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

Одежда и обувь

учащиеся должны знать: виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов.

учащиеся должны уметь: различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.

Питание

учащиеся должны знать: значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения.

учащиеся должны уметь: прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

Семья

учащиеся должны знать: родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

учащиеся должны уметь: записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

Культура поведения

учащиеся должны знать: требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

учащиеся должны уметь: следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.

Жилище

учащиеся должны знать: виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

учащиеся должны уметь: писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

Транспорт

учащиеся должны знать: основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы-интерната, правила дорожного движения, дорожные знаки.

учащиеся должны уметь: соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

Торговля

учащиеся должны знать: виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

учащиеся должны уметь: выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

Содержание программного материала

Введение Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях. Основные требования к знаниям и умениям учащихся: учащиеся должны иметь представление о предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нем.

Личная гигиена 1. Личная гигиена. 2. Уход за волосами (мытьё прически). 3. Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

Практические работы: Мытье рук, лица, причесывание волос. Чистка ушей. Учащиеся должны иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать: • последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; • периодичность и правила чистки зубов; • периодичность и правила чистки ушей; • периодичность мытья головы; • правила освещения помещения; • правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.

Учащиеся должны уметь: • совершать утренний туалет; • совершать вечерний туалет в определенной последовательности; • причесывать волосы и выбирать прическу.

Одежда и обувь 1. Виды одежды и головных уборов. 2. Уход за одеждой. 3. Обувь, уход за обувью. Практическая работа: Чистка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Планируемые результаты

Учащиеся должны иметь представление • почему нужно содержать одежду и обувь в чистоте; • как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов.

Учащиеся должны знать: • виды одежды и обуви, • правила ухода за одеждой и обувью.

Учащиеся должны уметь: • подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону; • различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная); • сушить мокрую одежду; • чистить одежду; • подбирать крем и чистить кожаную обувь; • чистить замшевую и текстильную обувь; • сушить мокрую обувь; • подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

Питание 1. Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. 2. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой. 3. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. 4. Яйца отварные, яичница и омлет. 5. Приготовление салата, винегрета. 6. Заваривание чая. 7. Сервировка стола к завтраку.

Практические работы: Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды.

Планируемые результаты

Учащиеся должны иметь представление о • значении продуктов питания для здоровья человека; • витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.

Учащиеся должны знать: • виды бутербродов; • различные меню завтрака; • санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи; правила сервировки стола к завтраку; • правила заваривания чая; • назначение кухонных принадлежностей и посуды; • правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником; • санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.

Учащиеся должны уметь: • резать ножом продукты для бутербродов; • отваривать яйца, жарить яичницу и омлет; • нарезать вареные овощи кубиками и соломкой; • накрывать на стол с учетом конкретного меню; • мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду; • пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

Культура поведения 1. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. 2. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. 3. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. 4. Разговор со старшими и сверстниками. 5. Правила поведения за столом.

Планируемые результаты Учащиеся должны знать: • требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя; • правила поведения при встрече и расставании; • формы обращения с просьбой, вопросом; • правила поведения за столом. Учащиеся должны уметь: • следить за своей осанкой; • принимать правильную позу в положении сидя и стоя; • следить за своей походкой и жестиком; • 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; • тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками; • правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

Жилище 1. Виды жилых помещений в городе и деревне. 2. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. 3. Почтовый адрес дома и школы-интерната.

Практическая работа: Заполнение почтового адреса на открытках.

Учащиеся должны знать: • виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; • почтовый адрес своего дома и школы-интерната. Учащиеся должны уметь: • писать адреса на почтовых открытках.

Транспорт 1. Наземный городской транспорт. 2. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта). 3. Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Экскурсии Коллективные поездки в транспорте.

Практическая работа: Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Учащиеся должны знать: • наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; • варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; • правила передвижения на велосипеде. Учащиеся должны уметь: • соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу); • соблюдать правила дорожного движения.

Торговля 1. Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, назначение. 2. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Экскурсии Экскурсия в продовольственный магазин

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать: • основные виды магазинов, их назначение; • виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них; • стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака. Учащиеся должны уметь: • выбирать продукты для приготовления завтрака; • оплачивать покупку; • соблюдать правила поведения в магазине

Тематическое планирование

Тема	Всего	теория	практика
Предмет СБО	1	1	0
Личная гигиена	5	3	2
2. Одежда и обувь	6	4	2
3. Питание	7	3.5	3.5
4. Семья	2	1	1
5. Культура поведения	5	4	1
6. Жилище	6	5	1
7. Транспорт	5	4	1
8. Торговля	5	3	2
Итоговый урок		1	1
Итого	34	19,5	14,5