

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

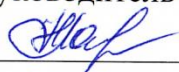
Министерство образования Тверской области

Администрация Андреапольского муниципального округа

МОУ АСОШ №3

РАССМОТРЕНО

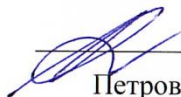
Руководитель ШМО



Лаврентьева Н.А.
Протокол №1
от 28.08.2023

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по МР




Петрова И.В.
Протокол №1
от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МОУ АСОШ №3



Хаббо Л.А.
Приказ № 40
от 30.08.2023

АДАптированная рабочая программа

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающихся 6 классов

Андреаполь 2023

Пояснительная записка

«Социально-бытовая ориентировка»

6 класс 68 часов

Рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» для учащихся 6 класса, обучающихся по специальной (коррекционной) программе VIII вида составлена на основе:

Учебного плана начального образования обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) МОУ АСОШ №3 на 2023-2024 г.

Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5 - 9 классы»,(под редакцией Воронковой В.В. издательство «Просвещение» Москва, 2013 год, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание)

Предмет «Социально-бытовая ориентировка» – это система специальных коррекционных занятий, направленных на практическую подготовку детей с интеллектуальной недостаточностью к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития учащихся, на всестороннюю подготовку к будущей самостоятельной жизнедеятельности.

Цель программы: совершенствование процесса социализации детей с нарушением интеллекта.

Основные задачи обучения социально – бытовой ориентировки состоят в следующем:

- сформировать знания о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам
- коррекция личностного развития ребёнка и подготовка его к самостоятельной жизни.

Место учебного предмета в учебном плане

Согласно Федеральному базисному плану для общеобразовательных учреждений Российской Федерации и Учебному плану МОУ АСОШ №3 на изучение социально – бытовой ориентировки в 6 специальном (коррекционном) классе VIII вида отводится 2 часа в неделю (68 часов).

Рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» для учащихся 6 класса, обучающихся по специальной (коррекционной) программе VIII вида составлена на основе:

Учебного плана начального образования обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) МОУ АСОШ№3

Планируемые результаты изучения программы

Личностные результаты:

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. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Предметные результаты:

1 Обучающиеся должны знать:

Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца

Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ

Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье

Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками

Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия

Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билетов

Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте

Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях

Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

2. Обучающиеся должны уметь:

Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи

Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ

Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки

Зашивать одежду по распорوشемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани

Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье

Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми

Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом

Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов

Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города

Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку

Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки

Основное содержание программы

(6 класс, 68 часов, 2 часа в неделю)

Одежда и обувь (6 часов)

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Личная гигиена (7 часов)

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения – контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство. Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых.

Транспорт (5 часов)

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната в разные точки города, посёлка, в ближайшие населённые пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Семья (4 часа)

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

Учреждения и организации (4 часа)

Дошкольные учреждения – детские сады с ясельной группой и без неё, школа, УВК (детский сад-школа) – учебно-воспитательный комплекс, дома детского творчества (ДДТ), гимназия, лицей, колледж и их назначение.

Средства связи (6 часов)

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Международные и на территории своего государства. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Питание (13 часов)

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Жилище (7 часов)

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.)

Торговля (5 часов)

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Медицинская помощь (6 часов)

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Культура поведения (5 часов)

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

Календарно-тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 6 классе

68 часов

| №п/п | Тема | Цели, задачи | Кол-во часов |
|---------------------------------|---|--|--------------|
| Одежда и обувь (6 часов) | | | |
| 1. | Значение опрятного вида человека. Поддержка одежды в порядке. | Формировать представление об опрятном виде человека, о требованиях, предъявляемых к внешнему виду школьника. | 1 |
| 2. | Практическая работа «Пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок». | Дать учащимся представление о разновидностях пуговиц, их назначении; познакомить с правилами пришивания пуговиц, правилами безопасной работы с колющими инструментами. | 1 |
| 3. | Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. | Познакомить учащихся с правилами и приёмами ручной стирки изделий из х/б тканей. | 1 |
| 4. | Практическая работа «Стирка изделий из х/б тканей». | Отработать полученные на предыдущем уроке навыки стирки изделий из х/б тканей. | 1 |
| 5. | Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом. | Познакомить учащихся с правилами глажения, техникой безопасности при работе с утюгом. | 1 |
| 6. | Практическая работа «Глажение фартуков, косынок, салфеток и др.». | Отработать полученные на предыдущем уроке навыки глажения. | 1 |
| | | | |
| Личная гигиена (7 часов) | | | |

| | | | |
|--|---|--|---|
| 7. | Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. | Ввести понятие закаливания; рассказать учащимся о значении закаливания организма. | 1 |
| 8. | Правила и приёмы закаливания. | Познакомить учащихся с правилами и приёмами закаливания организма человека. | 1 |
| 9. | Выбор сезонной одежды. | Научить детей правильно выбирать одежду в зависимости от времени года. | 1 |
| 10. | Практическая работа «Разучивание комплекса упражнений для утренней зарядки». | Рассказать о значении утренней зарядки; разучить с учащимися комплекс упражнений для утренней зарядки. | 1 |
| 11. | Уход за зрением. Способы сохранения зрения. | Познакомить учащихся с тем, как ухаживать за зрением, что необходимо делать для того, чтобы сохранить своё зрение. | 1 |
| 12. | Губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на организм. | Рассмотреть вместе с учащимися в чём губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на организм. | 1 |
| 13. | Практическая работа «Просмотр учебных видеофильмов о вреде курения, алкоголя и наркотиков». | При просмотре видеофильмов закрепить знания учащихся о вреде алкоголя, никотина, наркотиков. | 1 |
| Транспорт (5 часов) | | | |
| 14. | Основные транспортные средства. | Обобщить и углубить знания учащихся по данной теме. | 1 |
| 15. | Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Маршруты передвижения. | Вспомнить с учащимися виды городского транспорта; познакомить со способами оплаты проезда; выбрать маршруты передвижения по городу. | 1 |
| 16. | Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. | Познакомить учащихся с таким средством передвижения, как пригородный поезд; каково расписание движения поездов; ввести понятие разовых и сезонных билетов. | 1 |
| 17. | Способы заказа и приобретения билетов. | Рассказать учащимся о способах заказа и приобретения билетов. | 1 |
| 18. | Видеоэкскурсия на вокзал. Наблюдение за приобретением билетов. | Во время экскурсии понаблюдать за тем, как приобретаются билеты в кассах. | 1 |
| Семья (4 часа) | | | |
| 19. | Состав семьи учащихся. Родственные отношения в семье. | Выяснить знание учащимися членов их семей и ближайших родственников и их родственные отношения. | 1 |
| 20. | Права и обязанности каждого члена семьи. | Разобраться вместе с учащимися в том, какие могут быть права и обязанности у каждого члена семьи. | 1 |
| 21. | Практическая работа «Записывание фамилии, имени, отчества и даты рождения каждого члена семьи». | Проверить знание учащимися фамилий, имён и отчеств каждого члена семьи и умение правильно и без ошибок их записывать. | 1 |
| 22. | Место работы, должность каждого члена семьи. | Проверить знание учащимися мест работы (учёбы) каждого члена семьи и его занимаемую должность. | 1 |
| Учреждения и организации (4 часа) | | | |

| | | | |
|---------------------------------|---|---|---|
| 23. | Дошкольные учреждения, их назначение. | Рассказать учащимся обо всех существующих ныне дошкольных учреждениях и их назначении. | 1 |
| 24. | Школьные учреждения, их назначение. | Рассказать учащимся обо всех существующих ныне школьных учреждениях и их назначении. | 1 |
| 25. | Учреждения дополнительного образования. | Познакомить учащихся с таким понятием, как «учреждения дополнительного образования»; рассказать, что это такое и для чего предназначено. | 1 |
| 26. | Экскурсия в учреждение дополнительного образования. | Во время экскурсии наглядно представить детям учреждения дополнительного образования нашего города. | 1 |
| Средства связи (6 часов) | | | |
| 27. | Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Их назначение. | Познакомить учащихся с разнообразием основных средств связи и их назначением. | 1 |
| 28. | Почта. Виды почтовых отправлений. | Рассказать учащимся об основном назначении почты; познакомить с тем, какие бывают почтовые отправления. | 1 |
| 29. | Виды писем. Международные и на территории своего государства. | Рассказать учащимся о существующих в нашей стране видах писем; о письмах, посылаемых на территории нашей страны и за рубеж. | 1 |
| 30. | Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. | Познакомить учащихся с порядком отправления письма различного вида; со стоимостью пересылки (тарифы). | 1 |
| 31. | Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. | Рассказать учащимся о назначении телеграфа; о том, какие существуют виды телеграмм и телеграфных услуг; познакомить с тарифами на эти услуги. | 1 |
| 32. | Практическая работа «Заполнение телеграфных бланков. Телеграммы». | Практиковаться в написании текста телеграмм, заполнении телеграфных бланков. | 1 |
| Питание (13 часов) | | | |
| 33. | Гигиена приготовления пищи. | Познакомить учащихся с санитарно-гигиеническими требованиями к приготовлению пищи. | 1 |
| 34. | Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. | Рассказать учащимся о способах хранения продуктов и готовой пищи; познакомить с правилами хранения с назначением и устройством холодильника. | 1 |
| 35. | Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, рыбных, мясных и др. | Познакомить учащихся со способами выбора доброкачественных продуктов. | 1 |
| 36. | Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. | Рассказать учащимся о блюдах, которые можно приготовить на электрической плите с минимумом тепловой обработки. | 1 |
| 37. | Практическая работа «Заваривание чая». | Рассказать учащимся о происхождении чая, способах заваривания и технологию заваривания чая. Отработать практически навыки заваривания чая. | 1 |

| | | | |
|-------------------------|--|--|---|
| 38. | Блюда из круп. Практическая работа «Приготовление каши». | Познакомить учащихся с разновидностями каш, технологией приготовления каши на молоке; научить рассчитывать расход продуктов; закрепить ТБ при работе с электроплитой; отработать практически приготовление каши на молоке. | 1 |
| 39. | Блюда из яиц. Практическая работа «Приготовление варёных яиц и омлета». | Рассказать учащимся о значении яиц, способах и продолжительности варки; о технологии и разновидности приготовления омлета; отработать практически варку яиц и приготовление омлета. | 1 |
| 40. | Блюда из макаронных изделий. Практическая работа «Приготовление отварных макарон». | Познакомить учащихся с технологией приготовления макаронных изделий, правилами приготовления, временем приготовления, способами подачи к столу; отработать на практике приготовление макарон. | 1 |
| 41. | Блюда из овощей. Практическая работа «Приготовление жареного картофеля». | Рассказать учащимся о технологии приготовления жареного картофеля, оправильнойобработкеи способах нарезки картофеля; отработать практически приготовление жареного картофеля. | 1 |
| 42. | Практическая работа «Сервировка стола к завтраку». | Ввести понятие «Сервировка стола»; рассказать о вариантах сервировки стола к завтраку, последовательности сервировки; практически отработать навыки сервировки стола к завтраку. | 1 |
| 43. | Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. | Познакомить учащихся с правилами и приёмами ухода за посудой; рассказать о разновидностях моющих средств, чистящих средств, способах мытья посуды. | 1 |
| 44. | Чтение рецептов. | Ввести понятие «рецепт»; познакомить учащихся с вариантами записи рецептов; научить подбору продуктов по рецепту, работе с кулинарными книгами. | 1 |
| 45. | Составление рецепта приготовления блюд. | Поупражняться в составлении своего рецепта какого-либо блюда. | 1 |
| Жилище (7 часов) | | | |
| 46. | Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. | Познакомить учащихся с гигиеническими требованиями к жилому помещению и мерами по их обеспечению; добиваться от учащихся строгого соблюдения норм гигиены. | 1 |
| 47. | Повседневная сухая и влажная уборка помещения. | Рассказать учащимся о видах уборки помещения, их отличиях; познакомить с правилами и приспособлениями для сухой уборки и для влажной уборки помещения. | 1 |
| 48. | Пылесос и его устройство. | Познакомить учащихся с разновидностями пылесоса, его назначением; рассказать о составных частях пылесоса, правилах пользования пылесосом. | 1 |
| 49. | Практическая работа «Работа с пылесосом». | На практике отработать навыки пользования пылесосом (сборка и разборка пылесоса, работа с пылесосом). | 1 |
| 50. | Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. | Познакомить учащихся с тем, какие бывают виды мебели; какой материал используется для её изготовления; рассказать о видах покрытия мебели, их особенностях; научить ухаживать за мебелью в зависимости от её по- | 1 |

| | | | |
|-------------------------------------|--|--|---|
| | | крытия. | |
| 51. | Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии. | Познакомить учащихся с разновидностями предметов бытовой химии, которые используются при уборке помещения, и санитарно-гигиеническими требованиями и правилами ТБ при работе с этими предметами. | 1 |
| 52. | Практическая работа «Уборка помещения». | Отработать практические навыки уборки помещения, полученные на предыдущих уроках, на примере уборки классной комнаты. | 1 |
| Торговля (5 часов) | | | |
| 53. | Магазины промышленных товаров и их отделы: ткань, обувь, одежда, галантерея, книги, школьно-письменных принадлежностей, хозяйственные и др. | Рассказать учащимся о назначении магазинов промышленных товаров, разновидностях их отделов; познакомить с правилами поведения покупателя. | 1 |
| 54. | Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книги»: словари, учебники, детская художественная литература и др.; «Обувь»: детская, женская, мужская и др. и т. д. | Ввести понятие специализированного магазина промышленных товаров; рассказать об отделах этих магазинов. | 1 |
| 55. | Порядок приобретения товара, оплата. | Познакомить учащихся с порядком приобретения и оплаты товаров в магазине; вспомнить правила покупателя; отработать навыки при моделировании ситуации. | 1 |
| 56. | Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли. | Объяснить в чём назначение чека, и почему необходимо его хранить; познакомить учащихся с ситуациями, в которых предусмотрен возврат товара и правилами возврата товара. | 1 |
| 57. | Экскурсия в магазин промышленных товаров. | Во время экскурсии узнать месторасположение магазина; названия, назначение и нахождение его отделов; понаблюдать за поведением покупателей. | 1 |
| Медицинская помощь (6 часов) | | | |
| 58. | Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. | Ввести понятия «доврачебная или первая помощь» и «врачебная помощь»; объяснить в чём их сходство и различие. | 1 |
| 59. | Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи. | Рассказать учащимся о видах медицинских учреждений и их назначении в оказании медицинской помощи. | 1 |
| 60. | Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др. | Познакомить учащихся с профессиями работников медицинских учреждений и их обязанностями. | 1 |
| 61. | Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный | Углубить знания учащихся о врачебной помощи, рассказав им о её видах. | 1 |

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|-----------------|
| | приём, госпитализация. | | |
| 62. | Меры предупреждения глистных заболеваний. | Ввести понятие глистных заболеваний и отчего они появляются; познакомить с мерами по предупреждению этих заболеваний. | 1 |
| 63. | Экскурсия в аптеку. | Во время экскурсии познакомиться с ассортиментом аптеки; понаблюдать за работой фармацевта. | 1 |
| Культура поведения (5 часов) | | | |
| 64. | Правила поведения в театре, кинотеатре. | Сформулировать вместе с учащимися правила поведения в театре, кинотеатре. | 1 |
| 65. | Ролевая игра «Посещение театра». | При проведении игры отработать распределение ролей, практическое выполнение правил поведения; научиться выполнять разбор обыгранных ситуаций. | 1 |
| 66. | Правила поведения в музее, библиотеке. | Сформулировать вместе с учащимися правила поведения в музее, библиотеке. | 1 |
| 67. | Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. | Сформулировать вместе с учащимися правила ведения разговора со взрослыми, со своими сверстниками. | 1 |
| 68. | Подведение итогов учебного года. | Подвести итоги учебного года, повторить весь программный материал, изученный в течение учебного года. | 1 |
| Итого | | | 68 часов |

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения учебного процесса

Программы:

Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5 - 9 классы», (под редакцией Воронковой В.В. издательство «Просвещение» Москва, 2013 год, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание)

Методическая литература для учителя, используемая на уроках 6 классов.

- 1 Львова С, А. «Практический материал к урокам социально – бытовой ориентировки в спец.(кор.) общеобразовательной школе 8 вида.
2. Девяткова Т. А. ,Кочетова Л. Л. И др. «Социально – бытовая ориентировка в спец. (кор.) общеобразовательных учреждениях 8 вида.

