

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МОУ СОШ №2
от 31.08.2021 № 116/2-26-195
внесены изменения
приказом директора школы
от 11.01.2022 № 116/2-26-30

**АДАптированная основная общеобразовательная
ПРОГРАММА начального общего образования для
обучающихся с легкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
(вариант 1)**

по внеурочной деятельности
общекультурного направления
«Социально-бытовая ориентировка»
(вариант 1)

4 класс

Составлена:
Петуховой А.Н.,
учителем начальных
классов
высшей категории;
Чупровой Э.В.,
учителем ОБЖ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа АООП НОО для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) курса «Социально-бытовая ориентировка» для учащихся 4 класса разработана на основе требований к результатам освоения АООП с УО (ИН) МОУ СОШ № 2 г. Саянска и государственной программы для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 1-4 кл.: В 2 сб. / Под редакцией В.В. Воронковой М.: ВЛАДОС, 2013. — Сб. 1. — 224 с

Программа «Социально-бытовая ориентировка» входит во внеурочную деятельность по направлению «Общекультурное развитие личности».

Программа предмета Социально-бытовая ориентировка является частью Основной образовательной программы ООО МОУ СОШ №2 и обеспечивает формирование системы базовых **ценностей**, определенных «Концепцией воспитания детей в Иркутской области», а также знаковых или базовых ценностей: Человек, Отечество, Знание в соответствии Концепцией школы позитивной социализации и самореализации школьников. Рабочая программа по литературному чтению предполагает обязательное формирование знаковых национальных **ценностей**: Природа, Человек, Отечество, Знание, Общество, Семья, Культура - через содержание учебного предмета.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку учащихся 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 учеников и т. д.

Учебная программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых. Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов и др. В программе значительное место отводится экскурсиям.

Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

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

Задачи предмета социально – бытовая ориентировка:

научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;

сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;

коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке воспитанники:

научатся правилам ведения домашнего хозяйства;

получат практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;

скорректируется личностное развитие и подготовка их к самостоятельной жизни.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

Уровни социально-бытовой подготовленности:

1. Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

2. Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

3. Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

Обучение ведется с опорой на личный опыт и знания учащихся.

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение - проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ - повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках СБО используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа - это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитывается знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках СБО.

Практические работы - целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

Экскурсии - им отводится значительное место в программе. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом

сюжетно-ролевых игр является метод моделирования реальных сюжетных ситуаций и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

3. МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) рассчитан на 2 н/ часа по программе: 4 класс — 68 ч; (34 недели)

4 класс

Содержание разделов программы.

Личная гигиена (18)

Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.

Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.

Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание силы воли.

Практические работы

Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос, подмывание на ночь; стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем; стирка носового платочка, трусиков, носок; установка настольной лампы на рабочем месте.

Одежда и обувь(12ч.)

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.

Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Практические работы

Сушка и чистка — домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.

Контрольное тестирование

Питание (8)

Значение питания в жизни и деятельности людей.

Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.

Место приготовления пищи и оборудование его.

Приготовление пищи не требующей тепловой обработки.

Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.

Сервировка стола.

Практические работы

Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей; строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами;

приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки овощной на кефире, напитка из варенья; сервировка стола с учетом различных меню; мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения; стирка салфеток.

Культура поведения (4)

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом.

Практические работы

Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки; ролевая игра — ситуативные диалоги — при встрече, расставании и за столом.

Жилище (12)

Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения.

Виды жилья: собственное, государственное.

Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции — комнаты (отдельные, смежные); по назначению — спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе. Почтовый адрес дома, школы-интерната.

Практические работы

Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе; организация рабочего места школьника.

Транспорт(6)

Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Экскурсии

Коллективные поездки в транспорте.

Практические работы

Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы-интерната. Изготовление знаков дорожного движения, встречающиеся по дороге к дому, интернату.

Рассчитать стоимости проезда от дома до школы-интерната и обратно. Определить сумму денег, необходимую им на проезд в течение недели, месяца.

Торговля (8)

Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных.

Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.

Продуктовые специализированные; «Булочная», Булочная-кондитерская», «Овощи и фрукты» и др.

Виды товаров фасованные и в развес и розлив.

Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).

Срок годности, стоимость.

Хранение товаров фасованных и в развес, разлив.

Практические работы

Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы; определенные сроки годности (на примере молочных продуктов); приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.

Требования к знаниям, умениям, навыкам

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.

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

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.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов
	Личная гигиена (18 часов)	
1	Вводное занятие. Беседа о содержании и значении предмета СБО. Знакомство с кабинетом	1
2	Инструкция по ТБ в кабинете СБО. Оформление	1

	тетрадей по предмету.	
3-4	Правила личной гигиены в течение дня.	2
5-6	Предметы и средства личной гигиены.	2
7-8	Уход за ногтями	2
9-10	Уход за полостью рта.	2
11-12	Уход за ушами.	2
13-14	Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора). Гимнастика для глаз.	2
15-16	Уход за волосами.	2
17-18	Контрольная работа «Личная гигиена»	2
	Культура поведения (4 часа)	
19.	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1
20	Формы обращения со сверстниками и старшими при встрече и расставании. Разговор со сверстниками и старшими.	1
21	Формы обращения с просьбой ,вопросом	1
22	Правила поведения за столом.	1
	Жилище (12 часов)	
23-24	ТБ. Виды жилых помещений в городе и в деревне.	2
25	Виды помещений в жилых домах (варианты жилых и подсобных помещений).	1
26	Почтовый адрес дома	
27-28	Гигиенические требования к жилому помещению.	2
29-30	Инвентарь и приспособления для уборки.	2
31-32	Правила вытирания пыли.	2
33-34	Контрольная работа «Культура поведения», «Жилище».	2
	Транспорт (6 часов)	
35-36	ТБ. Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе.	2
37-38	Правила поведения в транспорте, на улице.	2
39-40	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	2
	Торговля (8 часов)	
41-42	ТБ. Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	2
43-44	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров.	2
45-46	Порядок приобретения товара в продовольственном магазине.	2
47-48	Контрольная работа «Транспорт», «Торговля»,	2

	«Питание»	
	Питание (8 часов)	
49	ТБ. Значение продуктов питания для здоровья человека.	1
50	Кухонная посуда, приборы и приспособления – назначение	1
51	Заваривание чая	1
52	Уход за посудой. Практическая работа.	1
53	Приготовление салата, винегрета.	1
54	Приготовление завтрака. Бутерброды.	1
55	Яйца отварные , яичница, омлет.	1
56	Сервировка стола к завтраку	1
	Одежда и обувь (12 часов)	
57-58	ТБ. Виды одежды и головных уборов, их назначение.	2
59-60	Повседневный уход за одеждой и подготовка к хранению.	2
61-62	Виды обуви, их назначение.	2
63-64.	Уход за обувью и подготовка её к хранению.	2
65-66	Виды головных уборов	2
67-68	Контрольная работа «Питание», «Одежда»	2

Основные виды деятельности учащихся по предмету

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; Дифференцирование, разно уровневое обучение; Наглядные пособия, раздаточный материал; Создание игровых ситуаций; Занимательные упражнения.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Электронные образовательные ресурсы:

1) Платформы Учи.ру, Яндекс - учебник.

Технические средства обучения:

Оборудование рабочего места учителя:

- классная доска;
- магнитная доска;
- персональный компьютер с МФУ;
- мультимедийный проектор;
- мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие тематике программы.

Учебно-практическое оборудование - простейшие школьные инструменты: ручка, карандаши цветные и простой, линейка, ластик; - материалы: бумага (писчая).

Оборудование класса

- ученические столы двухместные с комплектом стульев;
 - стол учительский с тумбой;
 - шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий, учебного оборудования и прочего;
 - настенные доски (полки) для вывешивания иллюстративного материала.
- Специальное техническое обеспечение.

Перечень методической литературы

1. Энциклопедия тайн и загадок. Чудеса света. Москва. 2008г.
2. Популярная энциклопедия. Терра. Москва. 2008г.
3. Большая книга животных. Москва. 2008г.
4. Большая энциклопедия животного мира. Москва. 2008г.
5. Я познаю мир. Тайны природы. Москва. 2001 г.
6. Я познаю мир. Насекомые. Москва. 2003г.
7. 1000 загадок. Ярославль. 1997 год.
8. Игры, ребусы, загадки. Ярославль. 2001 г.
9. И.Ф.Ишкина. Биология. Поурочные планы. Волгоград. 2002 г.
10. Н.Ю.Захарова. Тесты по биологии. Москва. 2006г.
11. Г.В. Чередникова. Природа живая и неживая. Волгоград. 2007г.
12. В.М.Паншина. Клуб любознательных. Ярославль. 2007г.
13. М.Е.Сергеева. Игровые технологии на уроках и во внеурочной деятельности. Волгоград. 2007г.
14. Т.А.Шоргина. Овощи. Москва. 2008г.
15. Т.А.Шоргина. Травы. Москва. 2008г.

- 16.Т.А. Шоргина. Домашние животные. Москва.2008г.
- 17.Т.А. Шоргина. Грибы. Москва.2008г.
18. Т.А.Шоргина. Фрукты. Москва.2008г.

Перечень медиатеки

1. Уроки биологии Кирилла и Мефодия .6,7,8,9 классы.
 2. Детская энциклопедия о животных.
 3. Биология. Интерактивные творческие задания.
 4. Биология. Презентации, слайды, видео.
 5. Животные и растения.
 6. Мир животных.
 7. Биология. Лабораторный практикум
 8. Путешествия натуралиста.
 9. Биология в школе. Тесты.
 10. Биология. Растительный мир.
 11. Тайны морей и океанов. Оборудование кабинета СБО
1. Телевизор. 2. Экран 3. Компьютер. 4. Проектор.