



## Пояснительная записка

Рабочая программа по СБО для 6 класса разработана на основании:

- АООП;
- учебного плана МБОУ «Средняя школа №13 им. Героя Советского Союза В.И. Манкевича» на 2024-2025 учебный год;
- федерального компонента государственного стандарта общего образования;
- федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

Программа ориентирована на учебник:«Социально-бытовая ориентировка» для 6 класса специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под ред. В.П. Субчева, Москва «Владос», 2013 года.

### Цель обучения:

Формирование и совершенствование у обучающихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

### Задачи:

- расширять кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- развивать навыки экономики ведения домашнего хозяйства и формировать необходимые умения;
- знакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности;
- формировать умения пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- формировать и развивать морально-этические нормы поведения, вырабатывать навыки общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развивать навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

## Общая характеристика учебного предмета

Адаптированная основная общеобразовательная программа «Социально-бытовая ориентировка» направлена на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений, индивидуально- дифференцированного подхода к обучающимся, что позволяет направлять процесс обучения не только на накопление

Определенных знаний и умений, но и на максимально возможную коррекцию психофизиологических особенностей обучающихся.

### **Основные направления коррекционной работы:**

- Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.
- Развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.
- Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.
- Формирование социальных навыков и социализации.
- Обеспечение эмоциональной разрядки.

### **Формы организации образовательного процесса:**

- урок;
- практическая работа;
- экскурсия;
- урок с использованием ИКТ.

### **Используемые технологии:**

- технология разноуровневого обучения;
- технология проблемного обучения;
- личностно-ориентированное обучение;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

### **Основные методы организации учебного процесса:**

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты, технологические карты, практическая работа.

## Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» является основной частью предметной области «Человек и общество».

№ п/п	Класс	Наименование	Кол-во часов	
			В неделю	В год
1.	6	Социально-бытовая ориентировка	1 час	34 часа

### Личностные и предметные результаты

Освоение АООП обеспечит достижение обучающимися с ОВЗ двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся в культуру, овладение ими социокультурным опытом, включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

*Личностные результаты освоения образовательной АООП отражают:*

- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

*Предметные результаты освоения АООП общего образования включают:* освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой образовательной области, готовность к их применению, рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений. Образовательная программа выделяет два уровня овладения предметными результатами:

- минимальный - является обязательным для всех обучающихся с ОВЗ;
- достаточный - не является обязательным для всех обучающихся.
- 

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета по итогам обучения в 6 классе**

В результате реализации программы у обучающегося должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

### **Личностные универсальные учебные действия.**

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. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
5. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь)

### **Метапредметные результаты** выражаются в следующих качествах:

-в результате выполнения под руководством учителя работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность.

-владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

### **Предметные результаты**

- Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца;
- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног.
- 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 билета;
- 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.
- 

### **Обучающийся научится:**

Различать разные группы продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их значения для ЗОЖ.

Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя.

Представление о санитарно- гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи.

Знать отдельные виды одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними.

Знать правила личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого.

Знать названия предприятий бытового обслуживания и их назначения.

Знать названия торговых предприятий, их видов и назначения.

Умению совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого. Представлению о различных видах средств связи.

Знанию и соблюдению некоторых правил поведения в общественных местах.

### **Межпредметные связи**

СБО – русский язык – закрепление навыков письма при выполнении письменных работ;

СБО – математика – математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п.;

СБО – география – знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий;

СБО – биология – знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления;

СБО – трудовое обучение – выполнение практических заданий по уходу за одеждой.

### **Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы Формы контроля:**

диагностический

тест, устный опрос,

письменный опрос,

тестовая работа по

теме, контрольная

работа,

практическая

работа.

**Критерии оценивания предметных результатов:** бальная оценка.

## **Содержание учебного предмета**

### **Личная гигиена (3 часа)**

*Теоретические сведения.*

1. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений.

2. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).

3. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

*Практические работы:*

Мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

### **Одежда (4 часа)**

*Теоретические сведения.*

1. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, крючков).
2. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.
3. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

*Практические работы:*

Пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок к домашней и школьной одежде.

### **Питание (6 часов)**

*Теоретические сведения*

1. Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности.
2. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов.

*Практические работы*

Сервировка стола к ужину.

### **Семья (2 часа)**

*Теоретические сведения.*

1. Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.)
2. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

### **Культура поведения (2 часа)**

*Теоретические сведения.*

1. Правила поведения в общественных местах (театре, кинотеатре, клубе, музее, библиотеке).
2. Поведение при посещении массовых мероприятий.

### **Жилище (3 часа)**

*Теоретические сведения.*

1. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.
2. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пылесос.
3. Уход за полом. Средства по уходу за полом.

*Практические работы*

Сухая и влажная уборка помещения.

### **Транспорт (3 часа)**



### *Теоретические сведения*

1. Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты).
2. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты.
3. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

### **Торговля (2 часа)**

#### *Тематические сведения*

1. Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.
2. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

### **Средства связи (3 часа)**

#### *Тематические сведения*

1. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма).
2. Виды писем (открытое, закрытое, простое, заказное, ценное с уведомлением). Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.
3. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм.

#### *Практическая работа.*

Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.

### **Медицинская помощь (2 часа)**

#### *Тематические сведения*

1. Виды медицинской учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их значение в оказании медицинской помощи. Их назначение.
2. Виды медицинской помощи. Использование различных видов первой помощи.

### **Учреждения, организации и предприятия – 3 часа**

#### *Тематические сведения*

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение.

## **Коррекционная работа**

<b>Разделы программы</b>	<b>Коррекционная работа</b>
«Личная гигиена»	Способствовать развитию навыков гигиены, развивать самоконтроль при выполнении утренних и вечерних процедур.
«Одежда»	Развивать мелкую моторику при выполнении практических заданий по уходу за собственной

	одеждой. Активизировать словарный запас, и зрительное внимание.
«Питание»	Активизировать мыслительную деятельность, мелкую моторику рук при приготовлении пищи. Развивать зрительное и слуховое внимание при работе с рецептами.
«Семья»	Расширять кругозор, способствовать развитию пространственной ориентировки, распределению зрительного внимания при заполнении таблиц.
«Культура поведения»	Способствовать развитию пространственной ориентировки, расширению кругозора, зрительного и слухового внимания. Развивать навыки культурного поведения при посещении культурно – досуговых центров города.
«Жилище»	Активизировать мыслительные процессы и словесно-логическое мышление при восстановлении последовательности выполнения уборки жилого помещения, опираясь на жизненный опыт учащихся.
«Транспорт»	Корректировать мыслительные и речевые процессы при ознакомлении с разновидностями транспорта.
«Торговля»	Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки в процессе практического знакомства со специализированными магазинами города и района. Развивать осознанное восприятие.
«Средства связи»	Расширять словарный запас по теме в процессе знакомства с видами предоставляемых услуг почты.
«Медицинская помощь»	Развивать осознанное восприятие при практической работе по оказанию первой медицинской помощи. Активизировать мыслительную и речевую деятельность
Учреждения, организации и предприятия	Расширять словарный запас по теме. Активизировать мыслительную и речевую деятельность

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Содержание учебного материала	Дата
<b>1</b>	Знакомство с предметом «Основы социальной жизни»	
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (3 ч.)</b>		
<b>2</b>	Закаливание организма	

3	Правила закаливания организма	
4	Уход за кожей рук и ногтями	
<b>ОДЕЖДА И ОБУВЬ (4 ч.)</b>		
5	Поддержание одежды в чистоте и порядке	
6	Мелкий ремонт одежды (подготовительные работы)	
7	Пришивание пуговиц, Пришивание кнопок и крючков <i>Практическая работа № 1</i>	
8	Правила ручной стирки и сушки изделий	
<b>КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (2 ч.)</b>		
9	Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке)	
10	Экскурсия в музей	
<b>ПИТАНИЕ (6 ч.)</b>		
11	Гигиена приготовления пищи Хранение продуктов и готовой пищи	
12	Замораживание, размораживание. Определение срока годности.	
13	Приготовление пищи. Ужин.	
14	Приготовление блюд из круп. Приготовление блюд из макаронных изделий.	
15	Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Приготовление блюд из молока и молочных продуктов.	
16	Сервировка стола к ужину <i>Практическая работа №2</i>	
<b>ТРАНСПОРТ (3 ч.)</b>		
17	Основные транспортные средства Правила пользования городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта	
18	Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты. <i>Практическая работа №3</i>	
19	Пригородные поезда. Расписание. Направления. Разовые и сезонные билеты на пригородные поезда	
<b>СЕМЬЯ (2 ч.)</b>		

20	Состав семьи уч-ся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.	
21	Личные взаимоотношения в семье Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя, тётя.	
<b>ЖИЛИЩЕ (3 ч.)</b>		
22	Гигиенические требования к жилому помещению Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная).	
23	Комнатные растения, их назначение, допустимое количество	
24	Уход за полом. Средства по уходу за полом. <i>Практическая работа №4</i>	
<b>ТОРГОВЛЯ (2 ч.)</b>		
25	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины	
26	Экскурсия в специализированный продовольственный магазин	
<b>СРЕДСТВА СВЯЗИ (3 ч.)</b>		
27	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон) Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки)	
28	Виды писем. Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки.	
29	Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм	
<b>МЕДИЦИНА (2 ч.)</b>		
30	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, больницы. Их назначение.	
31	Виды первой помощи Использование различных видов первой помощи	
<b>УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ (3 ч.)</b>		
32	Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа). Колледж, лицей, гимназия Их назначение.	
33	Учреждения дополнительного образования детей и их назначение.	
34	Подведение итогов	

## **Учебно-методический материал.**

- В.П.Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие 5-9 класс. ВЛАДОС, Москва, 2017 г.
- Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова , Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, Москва, 2003 г.
- В.П.Субчева, Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие.5, 6, 7, 8, 9 класс. Для специальной (коррекционной) школы VIII вида.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС,2014.-78с.
- С.А. Львова, Практический материал к урокам Социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида, ВЛАДОС, 2018г.