****

**Пояснительная  записка.**

Рабочая программа составлена на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вид (издательство М. ВЛАДОС, 2011 год под редакцией В.В. Воронковой).

Она детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета, которые определены стандартом. Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительная записка, содержание тем учебного курса, тематическое поурочное планирование, требования к уровню подготовки обучающихся по каждому разделу программы, учебно-методическое обеспечение. Программа построена с учетом принципов системности, научности, доступности.

 Нормативные документы

* Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273(в редакции от 26.07.2019);
* Приказ Минобразования России от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (в редакции от 07.06.2017);
* Учебный план по адаптированной программе для детей с умственной отсталостью в условиях общеобразовательных классов и индивидуального обучения на дому Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Шишкинской средней общеобразовательной школы Вагайского района Тюменской области

**Количество часов отводимых на изучение данной программы, предусмотренных в соответствии с учебный планом, 34 ч. в год, 1 ч. в неделю.**

**Цель курса:**

Формирование у воспитанников коррекционной школы-интерната знаний и умений, способствующих социальной адаптации; : развивать разнообразие качества личности и способности профессиональной адаптации к изменяющимся социально-экономическим условиям.

Задачи курса:

-формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации;

-развитие коммуникативной функции речи как непременное условие социальной адаптации детей с  ограниченными возможностями здоровья;

-освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;

развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;

-повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.

-Воспитание позитивных качеств личности

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов и др. Социально-бытовая адаптация имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Учитель осуществляет закрепление полученных на занятиях по СБА знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки.

**Учебно-тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| **Темы** | **Количество часов** |
| Личная гигиена | 2 ч. |
|  Культура поведения. | 2 ч. |
|  Одежда и обувь. | 4 ч. |
|  Медицинская помощь. | 4 ч. |
| Транспорт. | 4 ч. |
| Средства связи | 4 ч. |
| Бюджет семьи | 4 ч. |
| Торговля. | 2 ч. |
|  Жилище | 4 ч. |
|  Питание. | 4 ч. |
|  | Итого: 34 ч. |

**Содержание рабочей программы**

**Практические работы:**

Разучивание тихих и подвижных игр. Ремонт разорванных мест одежды штопка, утюжка. Уборка помещений, чистка мягкой мебели, мытье окон. Изготовление несложных поделок, используемых в качестве подарка, сувениров. Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд, сервировка стола к обеду.  Заваривание травяного настоя. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка, стирка изделий из хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Заполнение бланков на бандероль, упаковка бандеролей.

Учащиеся должны знать:

Правила соблюдения личной гигиены подростка, правила смены одежды, нательного и постельного белья, санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Некоторые тихие и подвижные игры.

Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, способы утепления окон, правила ухода за мебелью, правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме, правила содержания домашних животных и птиц.

Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила вручения и приема подарков.

Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов, последовательность приготовления блюд, правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи, правила пользования столовыми приборами.

Состав домашней аптечки, правила применения и назначения медицинских средства, входящих в состав домашней аптечки, местные лекарственные растения, правила обработки ран и наложение повязки меры по предупреждению осложнений, правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах.

Функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.

Особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользования моющими средствами, устройство и правила пользования стиральной машиной. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины, последовательность и особенности утюжки белья и одежды. Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

Ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов, стоимость отдельных товаров, приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине.

Перечень предметов, посылаемых бандеролью, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки бандеролей.

Составные части бюджета семьи и их размер. Основные статьи расходов в семье, размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.

**Учащиеся должны уметь:**

Одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать первоклассникам при уборке игрушек.

Убирать жилые помещения, чистить мебель, мыть зеркала и стекла, утеплять окна.

Выбирать подходящую одежду для визита в гости, культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.

Готовить обед, готовить третьи блюда, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду.

Пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки, накладывать временные шины.

Ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону.

Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить белье и одежду.

Приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине.

Заполнять бланки на отправку бандеролей, составлять опись посылаемых предметов, упаковывать бандероли.

Подсчитывать бюджет семьи; подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.

 **Результатами изучения курса являются:**

-в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

-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.

 Изучение предмета СБА в школе обеспечивает работу:

 коррекционно – обучающую;

коррекционно – развивающую;

коррекционно – воспитательную.

Межпредметные связи:

СБА – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;

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

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

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

СБА – трудовое обучение /выполнение практических заданий по уходу за одеждой/.

 Основной формой образовательного процесса являются:

- уроки изучения нового материала,

-комбинированные,

-обобщающие уроки,

-практические работы,

-экскурсии.

Для приобретения практических навыков и повышения уровня знаний на уроках СБА значительное внимание отводится

- экскурсиям (на промышленные предприятия, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения)

- практическим работам по разделам «Питание», «Одежда и обувь», Жилище», «Средства связи»

- проведению сюжетно-ролевых игр по разделам «Торговля», «Семья», «Жилище»,

- демонстрации видеофильмов, презентации.

**Коррекционная работа:**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы программы | Коррекционная работа |
| «Питание» | Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие в процессе приготовления 1х и 2х блюд. |
| «Личная гигиена» | Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с особенностями личной гигиены в жизни подростка. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора. |
| «Одежда» |  Развивать мелкую моторику рук и глазомер при  практическом выполнении ремонта одежды. Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь. |
| «Семья» | Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки, осуществляя связь с жизнью |
| «Культура поведения» |  Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды в соответствии с назначением и подборе и оформлении подарков. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил приёма и отказа от приглашения в гости. Корригировать поведенческие навыки. |
| «Жилище» |  Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний. |
| «Транспорт» | Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о железнодорожном транспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корригировать внимание и поведенческие навыки в процессе практического повторения изученного. |
| «Торговля» | Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при определении назначения и выделения отличий и сходств универмага и универсама. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью. |
| «Средства связи» | Расширять словарный запас, развивать слуховое внимание и восприятие при оформлении квитанций на денежный перевод. Активизировать математическое, логическое мышление в процессе практического применения полученных знаний. |
| «Медицинская помощь» | Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность. |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Содержание (тема урока)** | **Примечание** | **Дата проведения** |
| План | Факт |
| 1. | **Вводное занятие.** | Вводный инструктаж по ТБ |  |  |
| 2. | **Личная гигиена- 4 часа.**Особенности личной гигиены в жизни подростка. Индивидуальные предметы гигиены. |  |  |  |
| 3. | Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. |  |  |  |
| 4. | Гигиена одежды, нательного и постельного белья. |  |  |  |
| 5. | Правила смены одежды и нательного и постельного белья. |  |  |  |
| 6. | **Одежда- 4 часа.**Значение продления срока службы одежды. Практическая работа: ремонт одежды по распоровшемуся шву. |  |  |  |
| 7. | Виды штопки.Практическая работа: ремонт одежды – штопка. | Правила ТБ при работе с иглами, булавками и ножницами. |  |  |
| 8. | Видео-экскурсия в химчистку. |  |  |  |
| 9. | Использование стиральной машины при стирке одежды из хлопчатобумажной ткани.Экскурсия в школьную прачечную. | Правила ТБ при работе на стиральной машине. |  |  |
| 10. | **Питание – 7 часов.**Рациональное питание. |  |  |  |
| 11. | Приготовление первых блюд из овощей, рыбных и мясных продуктов.Чтение рецептов, подбор продуктов. |  |  |  |
| 12. | Практическая работа: приготовление щей из свежей капусты. |  |  |  |
| 13. | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.  | Правила ТБ при пользовании электроприборами на кухне. |  |  |
| 14. | Практическая работа: приготовление омлета с использованием миксера. |  |  |  |
| 15. | Составление меню для обеда. Упражнение в подборе продуктов для первого, второго и третьего блюда. |  |  |  |
| 16. | Обобщающий урок по теме «Питание». |  |  |  |
| 17. | **Семья – 5 часов.**Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. |  |  |  |
| 18. | Практическая работа: разучивание и проведение с детьми младшей группы тихих игр. |  |  |  |
| 19 | Практическая работа: разучивание и проведение с детьми младшей группы подвижных игр. |  |  |  |
| 20. | Практическая работа: оказание помощи в причесывании, одевании, обувании детей младших групп. |  |  |  |
| 21. | Итоговое занятие по теме: «Семья» |  |  |  |
| 22. | **Культура поведения -3 часа.**Правила приема приглашения в гости, формы отказа. Правила поведения при встрече и расставании. |  |  |  |
| 23. | Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки. |  |  |  |
| 24. | Практическая работа: изготовление несложных сувениров.  |  |  |  |
| 25. | **Жилище - 4 часов.**Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Периодичность, значение. |  |  |  |
| 26. | Практическая работа: уборка в кабинете . Соблюдение санитарно-гигиенических требований. |  |  |  |
| 27. | Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Способы утепления жилища. |  |  |  |
| 28. | Уход за полом в зависимости от покрытия (масляная краска, линолеум). Средства ухода за полом. |  |  |  |
| 29. | **Транспорт – 1 час.**Междугородний транспорт.Правила безопасного поведения |  |  |  |
| 30. | **Торговля – 2 часов.**Универмаги и универсамы, их назначение. |  |  |  |
| 31. | Сельмаг и сельпо. Их назначение. Экскурсия в магазин Порядок приобретения товаров. Выбор товара, примерка, оплата. Хранение чека. |  |  |  |
| 32. | **Средства связи -6 часов.**Виды почтовых отправлений.Экскурсия на почту.  |  |  |  |
| 33. | **Медицинская помощь - 1 час.**Виды доврачебной помощи. Практическая работа: оказание доврачебной помощи (измерение температуры, обработка ран при микротравмах).. |  |  |  |
| 34. | **Экономика домашнего хозяйства – 3 часа.**Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы. Практическая работа: упражнение по определению доходов семьи. |  |  |  |

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

В результате реализации программы у детей 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.

В течение девяти лет обучения в школе учащиеся с  ограниченными возможностями здоровья  должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда:

в сфере организации питания:

– различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты. Крупы, кондитерские изделия;

– определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жареном виде) разных продуктов питания;

– различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;

– размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;

– обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;

– готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);

– правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);

– сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);

– убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;

– соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;

в сфере ухода за телом:

– выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);

– мыть тело;

– мыть и расчёсывать волосы;

– чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;

– пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;

– пользоваться дезодорантом;

– оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

в сфере ухода за одеждой и обувью:

– пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);

– складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);

– чистить одежду щёткой;

– стирать одежду вручную и в стиральной машине;

– гладить одежду;

– выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, вдевать резинку в пояс предметом одежды, зашивать одежду по распоровшемуся шву);

– зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;

– чистить обувь;

– сушить мокрую обувь;

в сфере ухода за жилищем:

– наводить порядок в помещении;

– застилать постель;

– удалять пыль с мебели, зеркал и др.;

– подметать и мыть, пол;

– пользоваться механической щеткой для чистки ковровых покрытий; вытряхивать половики;

– пользоваться пылесосом;

– выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);

– ухаживать за комнатными растениям (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

В процессе обучения у детей формируются следующие жизненно значимые умения:

– ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск). Службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая). Связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека). Культуры (библиотека, кинотеатр, музей);

– различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.

– ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;

– осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.

– ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;

– обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;

– правильно вести себя в учреждениях культуры;

– пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;

– ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;

– пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения способам проведения досуга. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр) и местами отдыха (парк). У детей формируются:

– представления о способах организации досуга (посещения парка, кинотеатра, библиотеки и др.);

– умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

 В рамках социально-бытовой адаптации у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и социально значимые умения:

– называть свою фамилию, имя, отчество, возраст, адрес;

– называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;

– определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);

– ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;

– планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семьи за месяц, планировать расходы;

– называть правила ухода за маленькими детьми в семье;

– приглашать и принимать гостей;

– поздравлять с праздником;

– называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Критерии оценки достижения учащихся

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей учащихся, необходимо учитывать:

правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;

самостоятельность ответа;

умение переносить полученные знания на практику;

степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

**Материально-техническое обеспечение**

Компьютер,  мультимедийный проектор, демонстрационные материалы (плакаты, таблицы)

Раздаточный материал: (карточки-задания, теоретический материал, перфокарты,

технологические карты)

Опорные конспекты, книжный фонд, периодические издания, рабочая программа,

**Список использованной литературы**

1. В.В. Воронкова «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДОС – 2011 год.

2. Бейкер Б., Брайтман А. Обучение детей бытовым навыкам: Путь к независимости /Пер, и ред. А. Битова. Обнинск, 1999.

3. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2000.

4. Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова Социально-Бытовая Ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида.

**Литература, рекомендуемая для подготовки учителя к занятиям.**

1. Агранович-Пономарева Е.С, Аладова Н.И. Наша квартира: конструктивные приемы обустройства удобного и красивого жилища. М.; Минск, 2002.

2. Астафьев В.И., Черданцева А.Ф. Советы по домоводству. Минск, 2001.

3. Борисова М. Моя первая кулинарная книга. СПб., 2002. Ваша квартира от А до Я: Энциклопедия домашнего хозяйства. М.; Минск, 2000.

4. Кияткина О. И. Этикет и сервировка стола. М.; Минск, 2002.

5. Коробковский Г.В., Смирнов Г.Л. Экономика домашнего хозяйства. Л., 1991.

6. Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых: Учебное пособие. М., 2001.

7. Маслов А.Г., Марков В.В., Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 6 класса. М., 2001.

8. Симоненко В.Д., Шелепина О.И. Семейная экономика: Учебное пособие для 7-8 классов. М., 2002.

9. Топорков И.К. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 5-6 классов. М., 2002.

10. Форштат М.Л. Учись быть пешеходом: Учебное пособие по ПДД для 5 класса. М., 1998.