

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 448 Фрунзенского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Решением

Педагогического совета

ГБОУ СОШ №448

Фрунзенского района

Санкт-Петербурга

Протокол №17 от 26.05.2023 г

Приказ №129 от 26.05.2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционно-развивающего курса

«Социально – бытовая ориентировка»

для обучающихся с ОВЗ 7 «Г» класса

(слабовидящие)

Пояснительная записка

1. Общие цели специального коррекционного образования с учетом специфики учебного предмета «Социально – бытовая ориентировка»

В качестве конечной цели специального образования лиц с нарушением зрения выдвигается их социальная интеграция. Успех интеграции в значительной степени зависит от социально-бытовой компетентности человека, его способности самостоятельно организовывать свой быт. Поэтому подготовить каждого ребенка к самостоятельной, независимой от помощи окружающих, жизни является главной задачей классов коррекционной направленности. В сущности, весь процесс обучения и воспитания ребенка направлен на то, чтобы обеспечить его социальную адаптацию в обществе.

Социальная адаптация представляет собой один из механизмов социализации, позволяющей личности активно включаться в структурные различные элементы социальной среды, т.е. активно участвовать в труде и общественной жизни производственного коллектива, приобщаться к социальной и культурной жизни общества, устраивать свой быт в соответствии с нормами и правилами общежития. Социальная адаптация – это непрерывный процесс, в котором взаимодействует личность и общество.

Хотя социальную адаптацию учащихся обеспечивает изучение всех предметов, входящих в учебный план классов коррекционной направленности для детей с ОВЗ, направленное формирование социально-бытовой компетентности осуществляется в ходе занятий СБО.

Цель программы:

Научить детей строить свое поведение в элементарных жизненных ситуациях, в повседневной жизни, в общении со сверстниками и взрослыми) в соответствии с общепринятыми нормами.

Выработать навыки обращения с предметами, используемыми в быту;

Подготовить прочную базу для успешной адаптации детей в условиях школьного обучения.

2. Нормативно-правовые документы и учебно-методические документы, на основании которых разработана рабочая программа.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021г № 287.
3. Учебный план ГБОУ СОШ № 448 на 2023-24 учебный год.

3. Место и роль учебного курса, предмета.

Предмет СБО – социально-бытовая ориентировка – нацелен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни. В процессе занятий социально-бытовой ориентировкой учащиеся получают знания о разнообразных сферах жизни и деятельности человека, приобретают практические умения, которые позволяют им после окончания школы успешно адаптироваться в быту и социуме.

Социально-бытовая ориентировка относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учетом возрастных и специфических особенностей и возможностей слепых и слабовидящих детей. При этом учитываются местные особенности и национальные традиции. Занятия по социально-бытовой ориентировке направлены на формирование навыков и умений, способствующих социальной адаптации детей. Прежде всего, это навыки, которые связаны с организацией своего поведения, общения ребенка с окружающими в различных социально-бытовых ситуациях. На занятиях по социально-бытовой ориентировке формируются навыки, дающие детям возможность выполнять различные действия, как с помощью зрения, так

и без него, учат детей рационально использовать сохранные анализаторы в различных социально-бытовых ситуациях. Учитель формирует у детей представления об окружающих их в быту предметах, их назначении и возможностях использования, детям дают представления об основных видах бытового и профессионального труда.

Задачи программы:

- расширить представления детей о предметах домашнего обихода, которыми необходимо пользоваться в быту, их назначении, правилах обращения с ними;
- познакомить с различными службами быта, учреждениями и организациями, в которые они могут обратиться; сформировать навыки культуры поведения в быту, в общественных местах, в различных службах быта и учреждениях, в среде зрячих людей;
- выработать приемы самоконтроля за своим поведением, внешностью, научить детей вступать в общение с различными людьми в различных ситуациях.
- выработать необходимый объем пространственных представлений, умений и навыков, при наличии которых они смогут свободно и самостоятельно ориентироваться в пространстве и контактировать с окружающей их средой).
- осуществлять взаимосвязи содержания специальных коррекционных занятий по социально-бытовой ориентировке с общеобразовательными занятиями.

4. Информация о количестве учебных часов, на которое рассчитана коррекционная программа в соответствии с учебным планом.

На изучение курса «Социально-бытовая ориентировка» в средней школе отводится следующее количество часов: 5 класс – 1 час в неделю (33 часа за год), 6, 7,8,9 класс – по 1 часу в неделю (34 часа за год).

Содержание учебного предмета, курса

1.Наименование разделов учебной программы

Программа по социально-бытовой ориентировке включает следующие разделы:

Личная гигиена и культура внешнего вида, бюджет, коммуникативная деятельность, домоводство. Права и обязанности инвалидов в законодательных актах.

Данные разделы составлены из следующих тем: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Питание», «Семья», «Культура поведения», «Жилище», «Транспорт», «Торговля», «Медицинская помощь», .права и обязанности инвалидов в законодательных актах. Овладение навыками социально-бытовой ориентировки облегчает социально-психологическую адаптацию слепых и слабовидящих детей к условиям жизни. Занятия по теме «Личная гигиена» позволяют детям овладеть умениями и навыками гигиены, охраны зрения, осязания, ухода за кожей, сохранения и укрепления своего здоровья. Занятия по теме «Питание» предусматривают ознакомление детей с основными продуктами питания, способами приготовления и хранения пищи, сервировки стола. Расширению навыков самообслуживания способствуют тематические занятия «Одежда и обувь», «Жилище». Они включают в себя повседневный уход за одеждой, обувью и жилищем. Пути и средства установления личных взаимоотношений в семье, группе, общественных местах раскрываются в темах «Семья» и «Культура поведения». Дети обучаются и закрепляют правилам поведения за столом, в магазине, транспорте и т.д. Важную роль играет формирование у детей формирование умений и навыков пользоваться средствами связи, транспортом, магазинами, медицинской помощью. Эти умения и навыки формируются при прохождении темы:«Личная гигиена», «Питание», «Культура общения и поведения», «Жилище», «Транспорт», Правовые вопросы социально-правовой защиты инвалидов по зрению».Занятия организуются таким образом, чтобы дети имели возможность наблюдать за действиями взрослых и принимали участие в них.

Содержание курса

1. Элементарная реабилитация (18 часов)

1.1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (2 часа)

1. Приятные и неприятные запахи.
2. Косметические средства.

Практические работы. Определение запахов по тесту. Использование сохранных анализаторов.

Косметические средства различного назначения: кремы, шампуни, помады, духи, дезодоранты, и их назначение. Экскурсия в парфюмерный магазин, в косметический кабинет.

1.2. КУЛЬТУРА ОДЕЖДЫ И ОБУВИ (2 часа)

1. Одежда в зависимости от сезона года и индивидуальности человека, места пребывания.
2. Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.

Практические работы. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей и их сушка. Утюжка изделий - блузок, сорочек мужских и женских, брюк и рубашек. Обучение мальчиков завязыванию галстука, складыванию рубашки, брюк.

Знания и умения. Уметь стирать и гладить шерстяные и синтетические ткани.

Знать и уметь подбирать костюм и платье на официальный праздник, гости, на ритуальные и молодёжные вечера. Уметь использовать детали в одежде для её украшения.

1.3. ЖИЛИЩЕ (2 часа)

1. Мелкий ремонт в квартире.
2. Уход за местами общего пользования (туалет, ванная).

Практические работы. Мытьё кафельных стен, чистка раковин, унитазов. Уметь вкрутить электрическую лампочку. Вбить гвоздь в стену, повесить палочку.

Знания и умения. Уметь убирать кухню, санузел с использованием моющих средств.

Учащийся должен уметь оказать посильную помощь взрослым при оклеивании стен обоями, окраской дверей и другое.

1.4 . БЮДЖЕТ (1 час)

1. Основные статьи бюджета. Распределение расходов на год, месяц, день. **Практические работы.** Планирование расходов на конкретных примерах. Заполнение квитанций по оплате коммунальных услуг.

Знания и умения. Учащиеся должны знать основные статьи расходов в семье, правила учёта расходов, размер квартплаты, тарифы на электричество и газ, порядок и периодичность оплаты коммунальных услуг и телефона.

1.5. КУЛИНАРИЯ (11 часов)

1. Первые блюда из овощей.
2. Рыбные супы, - уха.
3. Мясные супы - рассольник, борщ, щи. (2 занятия)
4. Вторые блюда из мяса и овощей.
5. Приправа и соусы.
6. Приготовление пищи.
7. Холодные закуски из рыбы и мяса.
8. Нетрадиционная кухня.

9. Сервировка стола к обеду.

10. Горячие блюда из рыбы.

Практические работы. Приготовление первых и вторых блюд с использованием тифло - технических приспособлений.

Знания и умения. Учащиеся должны знать способы обработки мясных, рыбных, овощных продуктов. Уметь пользоваться столовыми прибор; использовать скороварку, уметь сервировать стол к обеду.

2. Коммуникативная деятельность (11 часов)

1. Поведение в гостях.

2. Речевой этикет. Искусство говорить.

3. Воспитание чувств. Хорошие манеры.

4. Отношения учителей и учеников. Культура общения.

5. Простые основы бесконфликтности.

6. Программа выживания подростков. Стрессы, душевные кризисы.

7. Азбука предпринимательства.

8. Социальные общения в сфере бытовых услуг.

9. Культура общения между юношами и девушками при первом знакомстве, общении на дискотеке, на официальном и семейном празднике.

10. Общение незрячих и слабовидящих школьников в метро.

11. Общение со сверстниками во время посещения концертных залов, спортивных комплексов.

Практические работы. Сюжетно-ролевая игра: «Приём гостей».

Моделирование ситуации, знакомство юноши и девушки на дискотеке, на праздниках.

Сюжетно-ролевые игры: «Самый вежливый», «Говорю правильно и красиво». Моделирование конфликтных ситуаций. Сюжетно- ролевые игры «Наш бизнес», «Экономия денег». Экскурсия в промтоварный магазин, в метро. Посещение спортивных комплексов, концертных залов.

Знания и умения. Ученики должны знать о культуре общения между юношами и девушками, разновозрастными категориями людей. Уметь сдерживать свои отрицательные эмоции в общении со сверстниками и взрослым. Учащиеся должны знать основы предпринимательства. Уметь обращаться к обслуживающему персоналу в сфере бытовых услуг, в метро, на концерте, в спортивных комплексах.

3. Права и обязанности инвалидов по зрению в законодательных актах (5 часов)

3.1. Законодательные акты Российской Федерации об инвалидах по зрению. Устав ВОС и постановление ЦП ВОС о льготах инвалидов по зрению.

1. Законодательство Российской Федерации о мерах формирования доступной инвалидам детства среды жизнедеятельности. Всероссийское общество слепых (ВОС), история его деятельности и основные задачи по социальной защите инвалидов по зрению - детей и учащейся молодёжи. Центры реабилитации.

Практические работы. Знакомство с работой областного, городского, регионального центров реабилитации инвалидов по зрению. Знакомство с деятельностью местного отделения ВОС и его отделениями.

Звания и умения. Школьники должны знать о функциях центров реабилитации, порядок направления выпускников центра реабилитации, уметь оформить заявление с просьбой принять на учёбу; расположение местного правления ВОС и уметь самостоятельно обратиться с просьбой об оказании необходимой помощи.

3.2. Международные акты о социальной защите инвалидов.

1. Конвенция ООН о правах ребёнка.

Практические работы. Изучение конвенции ООН - глава 23 «О правовой защите детей - инвалидов за рубежом».

Знания и умения. Учащиеся должны знать, куда они могут обратиться с просьбой о правовой защите ООН.

2. Планируемые результаты

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

овладение первоначальными навыками адаптации в изменяющемся мире;

уровень положительного отношения к предмету «Социально-бытовая ориентировка»;

познавательные мотивы учебной деятельности, понимание того, как знания и умения, приобретаемые на занятиях, могут быть полезны в жизни;

представление о личной ответственности за свои поступки на основе понимания их последствий;

этические чувства и нормы на основе представлений о взаимоотношениях людей в семье, семейных традициях, своей родословной, осознания ценностей дружбы, согласия, взаимопомощи;

способность к сотрудничеству со взрослыми и сверстниками на основе взаимодействия при выполнении совместных заданий, в том числе учебных проектов;

установка на безопасный, здоровый образ жизни на основе представлений о режиме дня, правилах личной гигиены, правилах безопасного поведения в быту, на улице.

Прогнозируемые результаты Учащиеся научатся: К концу учебного года учащиеся должны уметь: правильно ухаживать за своим телом; знать правила закаливания организм готовить овощные блюда, сервировать стол, пользоваться столовыми приборами; выполнять различные виды труда в семье, быть чутким, внимательным к окружающим; вести себя в обществе, подчиняться правилам поведения, уважать окружающих; ухаживать за обувью и одеждой, пользоваться стиральной машиной, пылесосом, убирать помещение; знать правила поведения в общественных местах; знать виды продовольствия, виды и стоимости товаров, порядок приобретения товаров, правила поведения при покупке товаров; уметь пользоваться расписанием движения транспорта, кассой - автоматом; уметь ухаживать за комнатными цветами

Специальная адаптация рабочей программы

1. Освещенность рабочего места подбирается индивидуально в соответствии с особенностями реактивности зрительной системы ребёнка.
2. Оптимальное расстояние от глаз наглядного материала – 20-30 см.
3. Длительность зрительной работы должна учитывать эргономические особенности глаза. В перерывах для отдыха – визуальная фиксация удаленных объектов, способствующая уменьшению напряжению аккомодации, или же адаптация к белому фону средней яркости.
4. Определенные требования предъявляются к наглядному материалу.

- ✓ Изображения на рисунках должны иметь оптимальные пространственные и временные характеристики (яркость, контраст, цвет, структура, соотношения элементов, время экспозиции и т.д.).
- ✓ Важно ограничивать информационную емкость изображений и сюжетных ситуаций с целью исключения избыточности, затрудняющей опознание.
- ✓ Имеют значение количество и плотность изображений, степень их расчлененности.
- ✓ Каждое изображение должно иметь четкий контур, высокий контраст (до 60-100%); его угловые размеры подбираются индивидуально в зависимости от остроты зрения и состояния поля зрения.
- ✓ Хроматические объекты должны иметь насыщенные цвета.

3. Система оценки планируемых результатов

Характеристика словесной оценки (оценочное суждение)

Словесная оценка есть краткая характеристика результатов учебного труда школьников. Эта форма оценочного суждения позволяет раскрыть перед учеником динамику результатов его учебной деятельности, проанализировать его возможности и прилежание. Особенностью словесной оценки являются ее содержательность, анализ работы школьника, четкая фиксация успешных результатов и раскрытие причин неудач. Причем эти причины не должны касаться личностных характеристик учащегося.

Оценочное суждение сопровождает любую отметку в качестве заключения по существу работы, раскрывающего как положительные, так и отрицательные ее стороны, а также пути устранения недочетов и ошибок. Поэтому выявление знаний только через устную речь нельзя признать полным и объективным.

На занятиях по СБО используются предварительный, текущий и итоговый контроль: Предварительная проверка, как знаний, так и умений проводится в начале учебного года или перед изучением новой темы. Она служит выявлению исходного уровня учащихся, на который можно опереться при изучении нового материала, а также для выявления того учебного материала, который слабо усвоен и требует повторения.

Текущая проверка показывает, могут ли учащиеся выполнять задания, связанные с изучаемой темой, самостоятельно и какие трудности они при этом испытывают. Текущий контроль осуществляется в процессе рассказа учащимися хода выполнения ими задания, учета ответов учащихся в процессе закрепления и повторения изученного материала, анализа результатов их практической деятельности и т.п. По итогам текущей проверки педагог может сделать вывод о возможности продолжения изучения темы или о необходимости дополнительных разъяснений.

Итоговый контроль позволяет проверить знания и умения учащихся после изучения раздела или разделов в конце учебной четверти или учебного года. Итоговый контроль включают задания и вопросы из разных разделов курса СБО, позволяющие проверить как теоретические знания, так и практические умения.

2023/24 учебный год

Предмет социально бытовая ориентировка

Класс: 7 «Г»

Учитель: Соловьева Ю.К

Количество часов всего: 34, в неделю 1 час

Плановых практических работ: 15, тестов 4

Планирование составлено на основе АООП ООО.

Материально-техническое оснащение: компьютер, ксерокс, наглядные пособия.

Поурочно- тематический план представлен в виде следующей таблицы

№	ЭОР	Тема занятия	Форма проведения занятия	Планируемые результаты обучения	Виды и формы контроля
<i>Элементарная реабилитация (18 часов)</i>					
1		Вводное занятие Личная гигиена	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся научатся: правильно использовать средства личной гигиены; правильно ухаживать за руками.	текущий Практическая работа
2		Приятные и неприятные запахи.	Занятие от-крытия нового знания 1 час	Обучающиеся познакомят-ся со средствами личной гигиены для девочки, научатся использовать их.	текущий
3		Косметические средства	Занятие от-крытия нового знания 1 час	Обучающиеся познакомят-ся со средствами личной гигиены, для мальчиков, научатся использовать их.	текущий
4		Культура одежды и обу-ви	Занятие вве-дения новых знаний 1 час	Обучающиеся познакомят-ся: С современными фасонами костюмов для мальчиков и девочек.	текущий
5		Жилище.Мелкий ремонт в квартире.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся научатся: правильно подбирать одежду и обувь по цвету и по сезону.	Текущий Практиче-ская работа
6		Уход за местами общего пользования (туалет, ванная).	Занятие вве-дения новых знаний 1 час	Обучающиеся познакомят-ся с обстановкой в квартире. С размещением мест ком-мунального пользования.	текущий
7		Бюджет Основные статьи бюдже-та. Распределение расхо-дов на год, месяц, день	Занятие вве-дения новых знаний 1 час	Обучающиеся научатся: правилам безопасных при-емов труда, особенностям ухода. Уборки книжных полок, ковров, батарей с правилами	Текущий Практиче-ская работа

				пользования современной бытовой техникой.	
8		Кулинария Первые блюда из овощей.	Занятие введения новых знаний 1 час	Обучающиеся научатся: правилам безопасных приемов труда, при с химическими средствами	Текущий Практическая работа
9		Рыбные супы - уха.	Занятие введения новых знаний 1 час	Обучающиеся познакомятся с калорийностью продуктов и их использование для приготовления блюд , как физиологической потребностью, пищевыми (питательными) веществами, пищевой пирамидой Видами экологического. загрязнения пищевых продуктов, влияющие на здоровье человека;	текущий
10		Мясные супы. Рассольник	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся со способами тепловой кулинарной обработки продуктов, технологии приготовления блюд из вареных овощей, требования к качеству готовых блюд.	текущий Практическая работа
11		Мясные супы. Борщ или щи	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся научатся правилам безопасных приемов труда. Познакомятся с санитарно-гигиеническим требованиями при приготовлении блюд из круп;. выполнять обработку круп; читать маркировку и штриховые коды на упаковках.	текущий Практическая работа
12		Вторые блюда из мяса и овощей.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся должны научиться составлять технологические карты приготовления макаронных изделий.	текущий Практическая работа
13		Приправа и соусы.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся с правилами безопасных приемов труда при обработке овощей и приготовления блюд из них.	текущий Практическая работа
14		Приготовление пищи.	Занятие-практикум 1 час	Составление технологической карты приготовления закуска к ужину. Калорийность продуктов, правила сервировки стола	текущий Практическая работа

15		Холодные закуски из рыбы и мяса.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся с правилами безопасных приемов труда при приготовлении блюд из молока и молочных продуктов..	текущий Практическая работа
16		Нетрадиционная кухня.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся с ассортиментом русских блюд. подачей их к столу и оформление.	текущий Практическая работа
17		Сервировка стола к обеду.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся с значением и применением соусов в питании человека, с использованием их в кулинарии.	текущий Практическая работа
18		Горячие блюда из рыбы.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся познакомятся с оформлением блюд и правилами их подачи к столу. Сервировка к столу. Правила поведения за столом.	текущий Практическая работа
Коммуникативная деятельность (11 часов)					
19		Поведение в гостях.	Занятие-практикум 1 час	<u>Обучающиеся научатся</u> распределять хозяйственно-бытовые обязанности. Участвовать в распределении бюджета семьи.	текущий Практическая работа
20		Речевой этикет. Искусство говорить.	Занятие-практикум 1 час	<u>Обучающиеся познакомятся</u> с правилами уважительного отношения мальчиков к девочкам. Научатся работать над собой, исправлять свои вредные привычки. Посмотреть на себя с другой стороны. Найти у себя хорошие и плохие стороны.	текущий
21		Воспитание чувств. Хорошие манеры.		<u>Обучающиеся научатся:</u> правилам культуры общения в коллективе, со старшими.	Текущий (тест)
22		Отношения учителей и учеников. Культура общения.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся научатся: правильно писать письмо, телеграмму, поздравительную открытку	текущий Практическая работа
23		Простые основы бесконфликтности.	Занятие-практикум 1 час	Обучающиеся узнают о речевых и неречевых средствах общения.	текущий
24		Программа выживания подростков. Стрессы, душевные кризисы	Занятие-рефлексия 1 час	Обучающиеся узнают о речевых и неречевых средствах общения.	текущий

25		Азбука предпринимательства.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: общаться со взрослыми.	текущий
26		Социальные общения в сфере бытовых услуг.	Занятие-игра 1 час	Обучающиеся научатся с правилами культуры общения во взрослыми.	Текущий (тест)
27		Культура общения между юношами и девушками при первом знакомстве, общении на дискотеке, на официальном и семейном празднике.	Занятие - рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: правилам поведения работы в Интернете.	текущий
28		Общение незрячих и слабовидящих школьников в метро.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: правилам поведения в общественных местах (театр), обобщить и закрепить сведения, полученные на прошлых уроках.	текущий
29		Общение со сверстниками во время посещения концертных залов, спортивных комплексов.	Занятие-практикум, 1 час	Обучающиеся познакомятся с коммуникативной культурой общения. Научатся корректировать свое поведение.	текущий
<i>Права и обязанности инвалидов по зрению в законодательных актах (5часов)</i>					
30		Законодательство Российской Федерации о мерах формирования доступной инвалидам детства среды жизнедеятельности.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: Общению с работниками транспорта при поездках. Алгоритму входа и выхода из транспорта.	Текущий (тест)
31		Всероссийское общество слепых (ВОС), история его деятельности и основные задачи по социальной защите инвалидов по зрению – детей и учащейся молодежи.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: правилам поведения в общественных местах (кинотеатре), обобщить и закрепить сведения, полученные на прошлых уроках.	тематический (тест)
32		Всероссийское общество слепых (ВОС), история его деятельности и основные задачи по социальной защите инвалидов по зрению – детей и учащейся молодежи.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся научатся: правилам поведения в общественных местах (кинотеатре), обобщить и закрепить сведения, полученные на прошлых уроках.	тематический (тест)

33		Центры реабилитации.	Занятие рефлексия 1 час	Обучающиеся должны знать уметь обратиться с конкретным вопросом к инструктору и другим должностным лицам.	текущий
34		Обобщающий урок.	Занятие рефлексия 1 час		