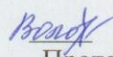
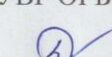


**Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Вейделевская средняя общеобразовательная школа»  
Белгородской области**


**«Согласовано»:**  
Руководитель ШМО

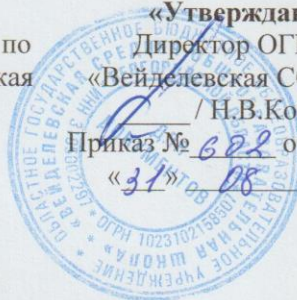
 /В.И. Волобуева/  
Протокол № 1 от  
«02» 09 2022 г.

**«Согласовано»:**  
Заместитель директора по  
УВР ОГБОУ «Вейделевская

СОШ»:  
 /Н.А.Бут/  
«31» 08 2022 г.

**«Утверждаю»:**  
Директор ОГБОУ  
«Вейделевская СОШ»:

 /Н.В.Котова /  
Приказ № 602 от  
«31» 08 2022 г.



**Адаптированная рабочая программа  
по курсу  
«Социально-бытовая ориентировка»  
для обучающихся с РАС  
(вариант 8.2)  
1-4 класс**

Программа составлена:  
Нарижной Еленой Аркадьевной

п.Вейделевка, 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» для младших школьников с РАС (вариант 8.2) разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с РАС ОГБОУ "Вейделевская СОШ" (вариант 8.2), в соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

Обучающиеся с РАС испытывают наибольшие затруднения в социальном взаимодействии и адаптации, сложности в использовании различных средств коммуникации. У большинства школьников с РАС отмечаются особенности мотивационно-волевой и эмоционально-личностной сфер, грубая асинхрония развития, которая чаще всего проявляется наличием несоответствия между уровнями развития вербального и невербального интеллекта. Также дети с РАС испытывают затруднения в понимании эмоций, желаний, поведения и чувств окружающих. Вышеперечисленные особенности негативно сказываются на формировании базовых учебных навыков обучающихся с РАС, а также способности к обобщению, переносу и использованию знаний, умений и навыков в новой ситуации.

Программа ориентирована на детей 1-4 классов, обучающихся по варианту 8.2. Данный вариант предполагает в большей степени развитие у обучающихся жизненной компетенции на основе планомерного введения в более сложную социальную среду, поэтапное формирование учебной деятельности и коммуникативного поведения, расширение жизненного опыта, социальных контактов с детьми и взрослыми.

Теоретико-методологическим обоснованием программы являются труды: Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, В.Н. Мясищева и других отечественных психологов, которые рассматривали общение как важное условие психического развития ученика, его социализации и индивидуализации, формирования личности, положение А.Н. Леонтьева о принципе единства сознания и деятельности, а также труды П. Я. Гальперина, В. В. Давыдова, А. Г. Асмолова, В. В. Рубцова. Базовым положением служит тезис о том, что развитие личности в системе образования обеспечивается прежде всего формированием универсальных учебных действий (УУД), выступающих в качестве основы образовательного и воспитательного процесса. Концепция универсальных учебных действий также учитывает опыт компетентностного подхода, в частности его правомерный акцент на достижение обучающимися способности эффективно использовать на практике полученные знания и навыки.

Коррекционно-развивающая область является обязательной частью внеурочной деятельности, поддерживающей процесс освоения содержания АООП НОО. «Социально-бытовая ориентировка» является обязательным коррекционным курсом в соответствии ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (вариант 8.2). Основное содержание курса направлено на формирование у обучающегося младшего школьного возраста первоначальных знаний и практических умений, способствующих бытовой и социальной адаптации. Социальная адаптация – основная задача в коррекционно-развивающей работе с детьми с РАС, результат решения которой оказывает значительное влияние на качество жизни не только ребенка, но и его близких.

Наблюдения и опыт изучения бытовой и социальной адаптации младших школьников показывает большие трудности в их приспособлении к самостоятельной практической жизни. Дети с расстройством аутистического спектра с трудом приспосабливаются к окружающему миру, у них отсутствуют навыки самообслуживания, или данные навыки очень слабо сформированы, с большим трудом ими усваиваются усложненные навыки ориентирования в общественной жизни: умение пользоваться общественным транспортом, навыки общения, навыки поведения в магазинах и других общественных местах.

Для овладения обучающимися с РАС знаниями и умениями, обеспечивающими их личную самостоятельность поведения, общения с окружающими людьми в различных

социально-бытовых ситуациях в структуру учебного плана введен коррекционный курс «Социально – бытовая ориентировка».

Социально-бытовая ориентировка относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учетом возрастных и специфических особенностей и возможностей обучающихся с РАС. Расстройство аутистического спектра накладывает специфические особенности на ориентировку человека в бытовой и социальной сферах жизни.

### **Особенности обучающихся с РАС, препятствующие успешной социально-бытовой адаптации**

- Трудности в освоении новых видов деятельности и навыков
- Гиперестезии
- Нарушение функции планирования и самоконтроля
- Сниженная способность к имитации
- Трудности при возникновении внештатных ситуаций
- Трудности при переносе навыков из учебной ситуации в жизненную
- Стереотипность
- Особенности эмоциональной сферы

**Цель** – формирование у обучающегося младшего школьного возраста первоначальных знаний и практических умений, способствующих бытовой и социальной адаптации.

#### **Задачи:**

1. Практическая подготовка к самостоятельной жизнедеятельности.
2. Развитие представлений о себе, своей семье, ближайшем социальном окружении, обществе.
3. Становление гражданской идентичности, воспитание патриотических чувств.
4. Накопление опыта социального поведения.
5. Развитие морально-этических представлений и соответствующих качеств личности.
6. Формирование культуры поведения, его саморегуляции.
7. Формирование знаний о речевой этикете, культуры устной коммуникации в условиях активизации речевой деятельности.
8. Формирование взаимоотношений с детьми и взрослыми.
9. Развитие навыков самообслуживания, помощи близким, в том числе, выполнения различных поручений, связанных с бытом семьи.
10. Формирование элементарных знаний о технике безопасности и их применение в повседневной жизни.
11. Знакомство с трудом родителей и других взрослых.
12. Формирование элементарных экономических и правовых знаний, необходимых для жизнедеятельности обучающихся.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

#### *Коррекционно-развивающая направленность курса*

Работа с обучающимися с РАС строится с учетом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал курса расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у обучающихся с РАС необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего

хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Система коррекционной и развивающей работы базируется на следующих обще-дидактических принципах и принципах организации коррекционной и развивающей работы с детьми с ОВЗ в условиях школьного образовательного учреждения:

- принцип целенаправленного коррекционно-педагогического процесса,
- принцип целостности и системности коррекционно-педагогического процесса,
- принцип гуманистической направленности коррекционно-педагогического процесса и уважения к личности ребёнка,
- принцип сознательности и активности личности в целостном коррекционно-педагогическом процессе.
- принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач,
- принцип единства диагностики и коррекции,
- принцип планирования и организации коррекционно-воспитательной работы с учётом структуры дефекта, индивидуальных особенностей детей,
- принцип группировки учебного материала в разных разделах программы по темам, которые являются сквозными на весь период начального общего образования,
- принцип комплексного использования методов и приёмов коррекционно-педагогической деятельности,
- принцип компетентного подхода,
- принцип учёта психофизического состояния ребёнка при определении объёма и характера проводимой с ним работы по освоению адаптивной образовательной программы,
- принцип взаимосвязи в работе специалистов,
- принцип дифференцированного подхода в коррекционной работе,
- принцип приоритетного формирования качеств личности, необходимых для социальной адаптации,
- принцип планирования и проведения коррекционно-развивающих мероприятий на основе сохранных функций у детей с ОВЗ,
- принцип интеграции усилий ближайшего социального окружения.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Развитие социально – бытовых навыков составляет для обучающегося с РАС особую проблему. Возникающие трудности в обучении социально- бытовым навыкам в большой степени связаны с нарушениями контакта, с затруднениями в сосредоточенности, а также страхами. Обучающимся с РАС в развитии социально – бытовых навыков мешают нарушения моторики, общая моторная неловкость тонуса мышц. Овладение тем или иным навыком бывает связано непосредственно с конкретной ситуацией и перенос этого навыка в иную ситуацию крайне затруднён. Поведение ребёнка отличается стереотипностью. В связи с этим, возникают трудности в организации ситуации обучения, разработке самой структуры и создании стереотипов.

Ребёнок с РАС может отказаться выполнять инструкции, игнорировать их, убегать от взрослого, высказывать протест или делая всё наоборот. Случаи неуспеха могут вызывать стойкий протест, замыкание и отказ ребёнка против повторной попытки повторить действие.

Поэтому крайне важно организовать ситуацию успеха, не спешить с усложнением задачи, обеспечить поддержку и постепенное предоставление самостоятельности, чтобы у него возникло ощущение безопасности и уверенности в собственных силах.

Обучение социально- бытовым навыкам обучающихся с РАС является очень

сложным, пролонгированным во времени процессом, перед которым педагог должен быть тщательно подготовлен основными знаниями в умении правильно организовать процесс взаимодействия с ребёнком, установке правильной среды и выбора методов в формировании у ребёнка необходимости быть самостоятельным и возможным использовать приобретённые навыки в дальнейшей жизни.

К особым образовательным потребностям, характерным для данной категории обучающихся относятся:

- специальная поддержка детей в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации: обратиться за информацией и помощью, выразить свое отношение, оценку, согласие или отказ, поделиться впечатлениями;
- создание особенно четкой и упорядоченной временно-пространственной структуры занятия, дающее ученику опору для понимания происходящего и самоорганизации;
- оказание помощи в проработке впечатлений, воспоминаний, представлений о будущем, развитию способности планировать, выбирать, сравнивать;
- специальная помощь в упорядочивании и осмыслении усваиваемых знаний и умений, не допускающей их механического формального накопления и использования для аутостимуляции;
- создание условий обучения, обеспечивающих обстановку сенсорного и эмоционального комфорта (отсутствие резких перепадов настроения, ровный и теплый тон голоса учителя), упорядоченности и предсказуемости происходящего;
- специальная установка педагога на развитие эмоционального контакта учеником, поддержание в нем уверенности в том, что его принимают, ему симпатизируют, в том, что он успешен на занятиях;
- психолого-педагогическое сопровождение семьи с целью ее активного включения в коррекционно-развивающую работу с ребенком; организация партнерских отношений с родителями.
- индивидуально дозированное и постепенное расширение образовательного пространства за пределы образовательного учреждения.

Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют определить уровень освоения материала, предусмотренного программой, в начале и в конце учебного года. При оценивании обучающегося следует учитывать освоение материала в соответствии с изученным материалом по разделам:

- культура поведения;
- личная гигиена;
- одежда и обувь;
- улица и жилище;
- питание;
- семья;
- транспорт;
- средства связи;
- торговля;
- медицинская помощь.

Основным критерием оценок обучающегося, освоения коррекционного курса «Социально- бытовая ориентировка», является:

-учащийся полностью усвоил учебный материал, участвует в диалоге, правильно отвечает на вопросы учителя, применяет полученные знания в повседневной жизни (86-100%);

-учащийся усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки, участвует в диалоге и отвечает с помощью наводящих вопросов, применяет полученные знания в повседневной жизни с помощью взрослого (71-85% );

- учащийся частично усвоил часть учебного материала, затрудняется ответить на вопросы, редко применяет полученные знания в повседневной жизни (51-70%);
- учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки, в большей части не применяет полученные знания в повседневной жизни, нуждается в контроле со стороны взрослого / учащийся не усвоил материал, не участвует в диалоге, не стремится ответить на вопросы, не применяет полученные знания в повседневной жизни, нуждается в постоянном контроле и сопровождении взрослого - (менее 50%);

## **МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» является обязательной частью внеурочной деятельности (коррекционно-развивающая область) учебного плана для детей, обучающихся по варианту 8.2. Данный курс рассчитан на младших школьников 1-4 классов. На изучение курса «Социально- бытовая ориентировка» в начальной школе отводится: 1-й класс – 33 часа в год, 1 час в неделю; 1-й дополнительный класс – 33 часа в год, 1 час в неделю, 2-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю; 3-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю; 4-й класс – 34 часа в год, 1 час в неделю.

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Данный курс направлен на коррекцию обучающихся с РАС и предполагает овладение обучающимися универсальными учебными действиями, обеспечивающими развитие моторной сферы, активное освоение окружающей действительности, совершенствование предметно-практической деятельности, развивает ориентировку в пространстве и самостоятельность в быту.

Реализация курса осуществляется с учетом особенностей развития обучающихся с РАС. Компенсация особенностей развития достигается путем организации обучения разным по уровню сложности видом труда, с учетом интересов воспитанников, в соответствии с их психофизическими возможностями, с использованием индивидуального подхода, эмоционально-благополучного климата в классе, разнообразных форм деятельности, ситуаций успеха, обеспечением близкой и понятной цели деятельности, использованием различных видов помощи, стимуляции познавательной активности, использования игровых приемов, дидактических игр, развития психических процессов, большого количества наглядности.

Коррекционно-развивающие занятия, реализуемые во внеурочной деятельности, будут способствовать формированию следующих жизненно важных компетенций:

- овладению умениями и навыками гигиены и охраны и укрепления своего здоровья;
- знаниям основных продуктов питания, способами приготовления и хранения пищи, сервировки стола;
- расширению навыков самообслуживания;
- формированию у детей умения и навыков пользования средствами связи, транспортом, магазинами, медицинской помощью;
- формированию представлений о себе, своей семье, ближайшем социальном окружении, обществе.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

### **Личностные и предметные результаты изучения курса**

Минимальный и достаточный уровень предметных результатов по коррекционному курсу определяется в конце учебного года, в связи с неоднородностью состава обучающихся

класса и сложностью структуры дефекта.

**Предметные результаты** по социально - бытовой ориентировке включают освоение обучающимися с расстройством аутистического спектра специфические умения, знания и навыки для данной предметной области.

**Минимальный уровень:**

- иметь представления о назначении объектов изучения;
- иметь представления об элементарных правилах безопасного поведения
- владеть элементарными санитарно-гигиеническими навыками (мыть руки, чистить зубы, расчесывать волосы и т. п.)
- иметь представления об уходе за одеждой и обувью
- иметь представления об Улице и ее частях
- иметь представления о **видах жилых помещений в городе**
- применять элементарные практические навыки с помощью учителя

**Достаточный уровень:**

- участвовать в беседе на темы, близкие личному опыту ребёнка;
- участвовать в практической деятельности,

С учётом психофизических особенностей обучающихся **личностные результаты** включают:

- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных и бытовых ситуациях, умением не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- овладение способами регуляции своего эмоционального состояния.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия:

- проявление самостоятельности в выполнении простых учебных заданий;
- положительное отношение к окружающей действительности;
- проявление элементов личной ответственности при поведении в новом социальном окружении (классе, школе);
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
- включение в общепользную социальную деятельность;

Коммуникативные учебные действия:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель- класс);
- вступать в контакт и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения ко

Регулятивные учебные действия:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.);
- активно участвовать в специально организованной деятельности (игровой, творческой, учебной).

Познавательные учебные действия:



- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявляемые на бумажных, электронных и других носителях).

*Результаты могут уточняться и конкретизироваться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.*

## **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

### **Содержание курса 1 класс**

#### **КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (5 ч)**

Правильная осанка (сдержанная поза сидя, стоя, красота походки, умеренность жестикulyций. Правила поведения при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми (знакомыми и не знакомыми в различных ситуациях, формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому человеку). Тактичность и вежливость при разговоре со старшими и сверстниками.

Практические занятия. Игры: посещение кабинета врача, медсестры и отработка норм поведения.

#### **ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (12 ч)**

Режим дня, его выполнение. Соблюдение правил гигиены.

Значение соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека. Последовательность утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов и ушей,

правила расчесывания волос, выбор прически, периодичность мытья головы, подбор мыла и шампуня в зависимости от состояния волос, средства борьбы с перхотью и выпадением волос. Хранение средств гигиены и индивидуальность их использования.

Практические занятия. Посещение парикмахерской, где детям оказываются различные услуги.

#### **ОДЕЖДА И ОБУВЬ (8 ч)**

Виды одежды и головных уборов.

#### **УЛИЦА И ЖИЛИЩЕ (8 ч)**

- знание крупных объектов, расположенных вблизи школы
- элементарные правила дорожного движения и поведения пешехода
- светофор, пешеходный переход
- адрес
- помещения квартиры, умение называть их.
- назначение основных помещений в квартире

дидактические игры Повседневный уход за одеждой (использование по назначению, предупреждение загрязнений, чистка).

### **Содержание курса 2 класс**

#### **ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (4 ч)**

Правила ухода за ногтями и кожей рук (стрижка ногтей, средства ухода за руками и способы их применения).

Правила закаливания организма, правила обтирания; виды спорта; личная гигиена учащихся во время физкультурных занятий, походов.

Практические занятия. Проведение занятий по обучению детей уходу за телом, выполнение процедур закаливания и др.

#### **ОДЕЖДА И ОБУВЬ (5 ч)**

Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков).

Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и



шелковых изделий. Сушка, глажение небольших вещей (платков, воротничков, носков и др.). Складывание чистого белья. Уход за различного вида обувью и головными уборами. Практические занятия. Пришивание пуговиц, петель, вешалок на одежду, подшивание брюк, платья, зашивание по распоротому шву. Стирка и утюжка изделий из цветной хлопчатобумажной и шелковой ткани. Пользование утюгом.

#### ПИТАНИЕ (4 ч)

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (мытьё рук перед приготовлением пищи и перед едой). Чистка и мытьё посуды. Хранение пищи и продуктов питания. Знакомство с кухней. Соблюдение чистоты и порядка. Кухонная посуда. Значение растительной пищи в питании человека. Последовательность в обработке овощей: сортировка, мытьё, чистка, резка.

Правила приготовления овощных блюд (из сырых и отварных овощей).

Приготовление салатов, винегретов.

Сервировка стола к обеду. Правила поведения за столом.

Практические занятия. Отваривание овощей, приготовление из картофеля пюре. Приготовление салатов и винегретов из сырых и отварных овощей. Оформление готовых блюд.

#### СЕМЬЯ (3 ч)

Состав семьи. Имена, отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников, их возраст. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.).

Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей. Практические занятия. Игры-драматизации по общению и выполнению семейных бытовых обязанностей.

#### КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (6 ч)

Закрепление правил поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, клуба, музея, библиотеки. Закрепление правил поведения за столом во время еды в школьной столовой.

Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе, залах музея, читальном зале. Соблюдение правил поведения за столом (правильная осанка, пользование столовыми приборами, салфеткой, красивый и аккуратный прием пищи).

Практические занятия. Посещение общественных мест, отработка поведения во время приема пищи.

#### ЖИЛИЩЕ (3 ч)

Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью). Правила организации рабочего места школьников. Последовательность и объем сухой и влажной уборки классных комнат, спален. Уход за цветами.

Практические занятия. Участие в уборке помещений. Повседневные обязанности по уборке спален, игровой, классной и других помещений.

#### ТРАНСПОРТ (4 ч)

Основные транспортные средства в городе, на селе. Междугородный транспорт. Размеры оплаты на всех видах городского транспорта, стоимость проездных билетов, порядок приобретения билетов. Составление наиболее рациональных маршрутов передвижения по городу. Знакомство с расписанием движения транспорта. Пользование кассой - автоматом при покупке билета на пригородные поезда.

Практические занятия. Поездки на транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута), поведение в транспорте.

### **ТОРГОВЛЯ (3 ч)**

Основные виды продовольственных магазинов, виды специализированных магазинов. Знание видов и стоимости разных товаров, порядок приобретения товаров, умение обратиться к продавцу, кассиру.

Практические занятия. Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.

### **СРЕДСТВА СВЯЗИ (2 ч)**

Знание основных средств связи (почта, телеграф, телефон), видов и порядка почтовых отправок, стоимости услуг. Виды почтовых отправок (письма, бандероли, посылки). Умение найти индекс в справочнике, написать адрес на конверте.

Практические занятия. Написание писем, поздравительных открыток. Посещение почты и отправка телеграмм, писем.

## **Содержание курса 3-й класс (34 ч)**

### **ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (4 ч)**

Гигиенические требования к организации учебных занятий. Значение правильного режима жизни, рационального питания для здоровья. Правила пользования ножницами, вилками, ножами, иголками, спичками.

Практические занятия. Изучение приемов снятия зрительного утомления.

### **ОДЕЖДА (3 ч)**

Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей. Назначение прачечной, виды услуг, правила пользования, подготовка белья к стирке, пришивание меток, заполнение бланков, правила пользования прачечной самообслуживания.

Практические занятия. Стирка изделий, сдача белья в прачечную, заполнение бланка и получение белья из прачечной.

### **ПИТАНИЕ (5 ч)**

Изготовление изделий из теста, их оформление. Знание способов консервирования овощей, последовательного приготовления консервов разными способами (квашение, соленье). Умение составлять меню, учитывая рациональность питания и наличие продуктов.

Практические занятия. Приготовление блинчиков, кексов из теста. Консервирование овощей. Упражнения в составлении меню, помощь повару на кухне.

### **СЕМЬЯ (3 ч)**

Помощь другим в самообслуживании, знание разнообразных игр, умение их проводить в группе, помощь в уборке игрушек, проведение прогулок.

Практические занятия. Проведение с первоклассниками и в дошкольных группах игр, вечеров досуга, оказание им помощи во время выполнения бытовых обязанностей.

### **КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (6 ч)**

Развитие способности воспринимать, чувствовать красоту произведения искусства и окружающей жизни. Развитие художественного вкуса, умения сопереживать, делать добро, осуждать зло.

Правила поведения во время экскурсий в лес. Умение заметить, осмыслить красоту форм и красок природы, поддержать беседу с товарищами, высказать свое мнение. Правила поведения в гостях: внимание, поведение при встрече и расставании, за столом.

Правила вручения и приема подарков, требования к выбору подарков, умение изготовить несложные подарки своими руками.

Практические занятия. Организация и проведение дней рождения товарищей, вручение

изготовленных учащимися подарков и т.д.

### **ЖИЛИЩЕ (3 ч)**

Объем и последовательность периодической и сезонной уборки. Санитарная уборка помещения. Уход за мебелью. Способы ухода за окнами, подбор моющих средств. Соблюдение офтальмо- гигиенических требований во время уборки.

Способы утепления окон.

Практические занятия. Проведение сухой и влажной уборки комнат, чистка пылесосом мягкой мебели, мытье стекол, зеркал.

### **ТРАНСПОРТ (3 ч)**

Функции железнодорожного транспорта, метро. Назначение вокзалов, основные службы вокзалов. Умение пользоваться расписанием (определение номера поезда, времени отправления, прибытия). Значение видов пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Порядок приобретения билета (покупка в кассе, заказ по телефону). Практические занятия. Экскурсии: на вокзалы, автостоянки.

### **ТОРГОВЛЯ (2ч)**

Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок покупки товаров. Правила поведения в магазине.

Практические занятия. Экскурсии в промтоварный магазин и покупка товаров.

### **СРЕДСТВА СВЯЗИ (2 ч)**

Отправление ценного письма. Ассортимент бандеролей, предельный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки, заполнение бланков.

Практические занятия. Отправка по почте писем, бандеролей родственникам, друзьям, в другую школу, детский сад.

### **МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ (3 ч)**

Набор домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники). Их назначение и правила применения. Вред самолечения. Пользование термометром. Местные лекарственные растения.

Правила первой помощи: обработка раны и наложение повязки.

Практические занятия. Наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности.

## **Содержание курса 4-й класс (34 ч)**

### **ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (4 ч)**

Охрана здоровья и зрения. Порядок рабочего места и учеб ных пособий. Значение выполнения санитарно -гигиенических правил. Чтение книг. Физический труд.

Чтение и письмо при соблюдении определенных гигиенических требований (освещение рабочего места, вред чтения лежа, в движущемся транспорте, за едой, на ходу, на ярком солнце). Недопустимо чтение старых книг с рваными, пожелтевшими страницами (это вредно для зрения). Гигиенические требования во время самообслуживания. Соблюдение чистоты помещения (для охраны зрения).

### **ПИТАНИЕ (6 ч)**

Приготовление пищи. Закуски, блюда из овощей, сладкие блюда. Сковорода. Сервировка стола к обеду, ужину.

Способы обработки овощных продуктов. Использование консервированных продуктов и полуфабрикатов. Оформление готовых блюд. Приготовление блюд в сковороде, правила

пользования ею. Соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил безопасности работы при приготовлении пищи. Правила сервировки стола к обеду, пользование столовыми приборами.

Практические занятия. Помощь повару в приготовлении овощных блюд Знакомство с технологией обработки овощных продуктов и техникой безопасности при использовании различных приборов: мясорубки, ножей, овощерезок и др. Сервировка стола ко дню рождения товарища.

### СЕМЬЯ (3 ч)

Взаимопомощь, доброта, восприимчивость, честность, правдивость. Пример и авторитет отца, матери. Личные взаимоотношения с членами семьи. Посильный труд, обязанности по дому.

Посильный домашний труд в семье (уборка своей постели, содержание в порядке вещей, помощь в уборке комнаты, уход за цветами, умение накрывать на стол перед едой, чистка платья и обуви и др.). Соблюдение режима, определенных норм и правил поведения. Чистота, опрятность, вежливость. Помощь родителям в уходе за младшим братом, сестрой. Совместные прогулки, походы, занятия физической культурой. Обращение к старшим утром и вечером со словами «Доброе утро», «Спокойной ночи». Внимание, чуткость, заботливое отношение к старшим (отцу, матери, бабушке, дедушке).

Практические занятия. Помощь дошкольникам и первоклассникам в чистке одежды, обуви, подготовке ко сну.

### КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (6 ч)

Культура речи. Дела, поступки, контроль за своим поведением. Прочные, устойчивые навыки и привычки культурного поведения. Правила поведения с товарищами. Разговор со взрослыми, с друзьями, умение поддерживать беседу, выражать свои мысли ясно и точно. Умение одеться просто, красиво и аккуратно. Строгое соблюдение личной и общественной гигиены. Красивая походка, содержание в чистоте своего тела, одежды. Контроль за своим поведением. Умение чувствовать красоту родной природы, накопление жизненного опыта.

Практические занятия. Организация и проведение игры «День рождения дедушки (бабушки)».

### ЖИЛИЩЕ (2 ч)

Уход за мебелью. Уход за окнами. Объем и последовательность ухода за мебелью. Протирка мягкой сухой тряпкой деревянных частей мебели, мокрой тряпкой, смоченной в теплой воде, чистка плюшевой обивки мебели (стульев). Мытье стекол.

Практические занятия. Работа с пылесосом. Чистка ковров, обивки мебели. Уборка в спальне, сушка по стельного белья.

### ОДЕЖДА И ОБУВЬ (2 ч)

Уход за кожаными изделиями. Уход за костюмом. Способы ухода за обувью. Уход за резиновой обувью.

Практические занятия. Чистка обуви, одежды Знакомство с чисткой пятен на одежде и практическое исполнение.

### ТРАНСПОРТ (3 ч)

Дальнейшее изучение железнодорожного транспорта. Камера хранения багажа. Справочное бюро. Примерная стоимость проезда до разных пунктов следования. Зал ожидания.

Практические занятия. Поездка на электропоезде за город.

### ТОРГОВЛЯ (3 ч)

Дальнейшее изучение специализированных промтоварных магазинов, их отделов. Стоимость отдельных товаров, порядок их покупки. Работа продавцов. Правила поведения в магазине.

Практические занятия. Посещение магазина, покупка мелких товаров: целлофановых пакетов, пуговиц, иголок, крема для лица, обуви, расчесок и т.д.

#### СРЕДСТВА СВЯЗИ (2 ч)

Виды посылок, предельный вес, упаковка, порядок их отправления, стоимость, заполнение бланков.

Практические занятия. Отправление посылок. Заполнение адреса на бланках отправлений.

#### МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ (3 ч)

Своевременное принятие лечебных процедур, выполнение рекомендаций врача.

### Календарно-тематическое планирование 1 класс (33 ч.)

№	Раздел, тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Культура поведения (5 ч)			
1	Школа хороших манер.	1		
2	Вежливые слова	1		
3	Поведение при встрече и расставании	1		
4	Правила поведения на улице	1		
5	Поведение в гостях.	1		
	Личная гигиена (12 ч.)			
6	Чистюля – грязнуля	1		
7	Предметы личной гигиены	1		
8	«Чистые руки»	1		
9	Средства ухода за ногтями пальцев рук. Уход за ногтями пальцев рук	1		
10	Средства для ухода за ногами. Средства ухода за ногтями пальцев ног	1		
11	Уход за ногтями пальцев ног – практическое занятие	1		
12	Средства ухода за зубами. Необходимость и периодичность чистки зубов.	1		
13	Средства ухода за ушами. Необходимость и периодичность чистки ушей	1		
14	Бережём зрение. Гигиена зрения	1		
15	Гигиена чтения и просмотра телевизионных передач. «Уход за глазами»	1		
16	Обобщающий урок	1		
17	«Путешествие в страну Гигиены»	1		
	Уход за одеждой и обувью (8 ч.)			

18	Обувь и её значение. Подбор обуви.	1		
19	Надевание и зашнуровывание обуви	1		
20	Уход за различного вида обувью	1		
21	Одежда и её значение	1		
22	Способы расстегивания и застёгивания одежды	1		
23	Складывание одежды	1		
24	Подбор одежды и головных уборов	1		
25	Повседневный уход за одеждой	1		
	Улица и жилище (8 ч.)			
26	Транспорт. Виды транспорта	1		
27	Поведение в транспорте	1		
28	Дидактическая игра «Пассажиры»	1		
29	Дидактическая игра «Пассажиры»	1		
30	Жилое помещение (квартира, комната) «Адрес моего места жительства».	1		
31	Обстановка. Мебель.	1		
32	Рабочий ученический уголок.	1		
33	Уборка помещения	1		
	Итого:	33		



**Календарно-тематическое планирование 1 дополнительный класс (33 ч.)**

№	Раздел, тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Культура поведения (5 ч)			
1	Школа хороших манер.	1		
2	Вежливые слова	1		
3	Поведение при встрече и расставании	1		
4	Правила поведения на улице	1		
5	Поведение в гостях.	1		
	Личная гигиена (12 ч.)			
6	Чистюля – грязнуля	1		
7	Предметы личной гигиены	1		
8	«Чистые руки»	1		
9	Средства ухода за ногтями пальцев рук. Уход за ногтями пальцев рук	1		
10	Средства для ухода за ногами. Средства ухода за ногтями пальцев ног	1		
11	Уход за ногтями пальцев ног – практическое занятие	1		
12	Средства ухода за зубами. Необходимость и периодичность чистки зубов.	1		
13	Средства ухода за ушами. Необходимость и периодичность чистки ушей	1		
14	Бережём зрение. Гигиена зрения	1		
15	Гигиена чтения и просмотра телевизионных передач. «Уход за глазами»	1		
16	Обобщающий урок	1		
17	«Путешествие в страну Гигиены»	1		
	Уход за одеждой и обувью (8 ч.)			

18	Обувь и её значение. Подбор обуви.	1		
19	Надевание и зашнуровывание обуви	1		
20	Уход за различного вида обувью	1		
21	Одежда и её значение	1		
22	Способы расстегивания и застёгивания одежды	1		
23	Складывание одежды	1		
24	Подбор одежды и головных уборов	1		
25	Повседневный уход за одеждой	1		
	Улица и жилище (8 ч.)			
26	Транспорт. Виды транспорта	1		
27	Поведение в транспорте	1		
28	Дидактическая игра «Пассажиры»	1		
29	Дидактическая игра «Пассажиры»	1		
30	Жилое помещение (квартира, комната) «Адрес моего места жительства».	1		
31	Обстановка. Мебель.	1		
32	Рабочий ученический уголок.	1		
33	Уборка помещения	1		
	Итого:	33		

### Календарно-тематическое планирование 2 класс (34 ч.)

№	Раздел, тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Личная гигиена (4 ч)			
1	Правила ухода за ногтями и кожей рук (стрижка ногтей, средства ухода за руками и способы их применения).	1		
2	Правила закаливания организма, правила обтирания; виды спорта	1		
3	Личная гигиена учащихся во время физкультурных занятий.	1		
4	Практические занятия. Проведение занятий по обучению детей уходу за телом, выполнение процедур закаливания и др.	1		
	Одежда и обувь (5 ч.)			
5	Смена одежды и обуви по сезонам.	1		
6	Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков).	1		
7	Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и шелковых изделий.	1		
8	Сушка, глажение небольших вещей (платков, воротничков, носков и др.).Складывание чистого белья.	1		
9	Уход за различного вида обувью и головными уборами.	1		
	Питание (2 ч)			
10	Сервировка стола к обеду.	1		
11	Правила поведения за столом. Практические занятия.	1		
	Семья (3 ч)			
12	Состав семьи. Имена, отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников, их возраст.	1		
13	Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.). Личные взаимоотношения в семье.	1		
14	Практические занятия. Игры-драматизации по общению и выполнению	1		
	Культура поведения (6 ч)			

15	Закрепление правил поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, клуба, музея, библиотеки.	1		
16	Закрепление правил поведения за столом во время еды в школьной столовой.	1		
17	Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе, залах музея, читальном зале.	1		
18	Соблюдение правил поведения за столом (правильная осанка, пользование столовыми приборами, салфеткой, красивый и аккуратный прием пищи).	1		
19	Практическое занятия. Посещение общественных мест.	1		
20	Практическое занятия. Отработка поведения во время приема пищи	1		
	Жилище (3 ч)			
21	Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание,	1		
22	Правила организации рабочего места школьников.	1		
23	Последовательность и объем сухой и влажной уборки комнат, спален. Уход	1		
	Транспорт (4 ч)			
24	Основные транспортные средства в городе, на селе.	1		
25	Знакомство с расписанием движения транспор	1		
26	Поведение в транспорте.	1		
27	Практическое занятие. Поездки на транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута	1		
	Торговля (2 ч.)			
28	Основные виды продовольственных магазинов, виды специализированных магазинов.	1		
29	Практические занятия. Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.	1		
	Средства связи (2 ч)			
30	Практические занятия. Написание писем, поздравительных открыток.	1		

31	Практические занятия. Написание писем, поздравительных открыток.	1		
	Медицинская помощь (3 ч)			
32	Набор домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники). Их назначение и правила применения.	1		
33	Правила первой помощи: обработка раны и наложение повязки.	1		
34	Практические занятия. Наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности.			
	Итого:	34		

### Календарно-тематическое планирование 3 класс (34 ч.)

№	Раздел, тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Личная гигиена (4 ч)			
1	Гигиенические требования к организации учебных занятий.	1		
2	Значение правильного режима жизни, рационального питания для здоровья.	1		
3	Правила пользования ножницами, вилками, ножами, иголками, спичками.	1		
4	Практические занятия.	1		
	Одежда (3 ч.)			
5	Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей.	1		
6	Назначение прачечной, виды услуг, правила пользования, подготовка белья к стирке, пришивание меток, заполнение бланков, правила пользования прачечной самообслуживания.	1		
7	Практические занятия. Стирка изделий, сдача белья в прачечную, заполнение бланка и получение белья из прачечной.	1		
	Питание (5ч.)			
8	Изготовление изделий из теста, их оформление.	1		
9	Составление меню, учитывая рациональность питания и наличие продуктов.	1		
10	Практические занятия. Упражнения в составлении меню	1		
11	Практическое занятие. Помощь повару на кухне.	1		
12	Сервировка стола.	1		
	Семья (3 ч.)			
13	Состав семьи. Имена, отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников, их возраст.	1		
14	Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.). Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно- бытовых обязанностей.	1		

15	Практические занятия. Игры-драматизации по общению и выполнению семейных бытовых обязанностей	1		
	Культура поведения (6 ч)			
16	Закрепление правил поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, клуба, музея, библиотеки.	1		
17	Закрепление правил поведения за столом во время еды в школьной столовой.	1		
18	Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе, залах музея, читальном зале.	1		
19	Соблюдение правил поведения за столом (правильная осанка, пользование столовыми приборами, салфеткой, красивый и аккуратный прием пищи).	1		
20	Практическое занятия. Посещение общественных мест.	1		
21	Практическое занятия. Отработка поведения во время приема пищи	1		
	Жилище (3 ч)			
22	Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью).	1		
23	Правила организации рабочего места школьников.	1		
24	Последовательность и объем сухой и влажной уборки комнат, спален. Уход за цветами. Практическое занятия.	1		
	Транспорт (4 ч)			
25	Основные транспортные средства в городе, на селе.	1		
26	Знакомство с расписанием движения транспорта.	1		
27	Поведение в транспорте.	1		
28	Практическое занятие. Поездки на транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута)	1		
	Торговля (2 ч.)			
29	Основные виды продовольственных магазинов, виды специализированных магазинов.	1		
30	Практические занятия. Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.	1		



	Средства связи (1 ч)			
31	Практические занятия. Написание писем, поздравительных открыток. Посещение почты и отправление телеграмм, писем.	1		
	Медицинская помощь (3 ч)			
32	Набор домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники). Их назначение и правила применения.	1		
33	Правила первой помощи: обработка раны и наложение повязки.	1		
34	Практические занятия. Наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности.	1		
	Итого:	34		

### Календарно-тематическое планирование 4 класс (34 ч.)

№	Раздел, тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Личная гигиена (4 ч)			
1	Порядок рабочего места и учебных пособий. Значение выполнения санитарно - гигиенических правил	1		
2	Гигиенические требования к организации учебных занятий.	1		
3	Чтение и письмо при соблюдении определенных гигиенических требований (освещение рабочего места, вред чтения лежа, в движущемся транспорте, за едой, на ходу, на ярком солнце).	1		
4	Практическое занятие	1		
	Питание (3 ч.)			
5	Приготовление пищи. Закуски, блюда из овощей, сладкие блюда.	1		
6	Сервировка стола к обеду, ужину.	1		
7	Способы обработки овощных продуктов.	1		
	Семья (3 ч.)			
8	Взаимопомощь, доброта, восприимчивость, честность, правдивость. Пример и авторитет отца, матери. Личные взаимоотношения с членами семьи. Посильный труд, обязанности по дому.	1		
9	Соблюдение режима, определенных норм и правил поведения. Чистота, опрятность, вежливость.	1		
10	Практические занятия. Помощь в чистке одежды, обуви, подготовке ко сну.	1		
	Культура поведения (6 ч)			
11	Культура речи. Правила поведения с товарищами.	1		
12	Разговор со взрослыми, с друзьями, умение поддержать беседу, выражать свои мысли ясно и точно.	1		
13	Умение одеться просто, красиво и аккуратно.	1		

14	Строгое соблюдение личной и общественной гигиены.	1		
15	Красивая походка, содержание в чистоте своего тела, одежды. Контроль за своим поведением. Умение чувствовать красоту родной природы, накопление жизненного опыта.	1		
16	Практические занятия. Игра «День рождения бабушки (дедушки)».	1		
	Жилище (2 ч)			
17	Уход за мебелью. Уход за окнами. Объем и последовательность ухода за мебелью.	1		
18	Практические занятия. Работа с пылесосом.	1		
	Торговля (3 ч.)			
19	Дальнейшее изучение специализированных промтоварных магазинов, их отделов.	1		
20	Стоимость отдельных товаров, порядок их покупки. Работа продавцов. Правила поведения в	1		
21	Практические занятия. Посещение магазина, покупка мелких товаров:	1		
	Жилище (3 ч)			
22	Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью).	1		
23	Правила организации рабочего места школьников.	1		
24	Последовательность и объем сухой и влажной уборки комнат, спален. Уход за цветами. Практическое занятие.	1		
	Транспорт (4 ч)			
25	Основные транспортные средства в городе, на селе.	1		
26	Знакомство с расписанием движения транспорта.	1		
27	Поведение в транспорте.	1		
28	Практическое занятие. Поездки на транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута)	1		
	Торговля (2 ч.)			

29	Основные виды продовольственных магазинов, виды специализированных магазинов.	1		
30	Практические занятия. Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.	1		
	Средства связи (1 ч)			
31	Виды посылок, предельный вес, упаковка, порядок их отправления, стоимость, заполнение бланков.	1		
	Медицинская помощь (3 ч)			
32	Своевременное принятие лечебных процедур.	1		
33	Выполнение рекомендаций врача.	1		
34	Практическое занятие. Наложение повязки.	1		
	Итого:	34		

### **Учебно-методическое обеспечение**

- 1) Зыкова Т.С., Хотеева Э.Н. «Социально бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
- 2) Щербакова А.М. Пособие для учителя «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
- 3) Моллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии детей. М., 2000.

### **Материально-техническое обеспечение**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса включает в себя методическое обеспечение программы курса, описание печатных пособий, технических средств обучения, экранно-звуковых пособий, игр и игрушек, оборудования класса. Эти материалы представлены в таблицах.

- Игрушки, предметы-заместители.
- Магнитная доска с набором приспособлений для крепления карт и таблиц.
- Набор мерок (длины, объема, площади).
- Наборы сюжетных и предметных картинок определённой в программе.
- Настенные доски для вывешивания иллюстративного материала.