МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ОБРАЗОВАНИЯ**

Учебная программа по учебному предмету

«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

для I—V классов первого отделения вспомогательной школы

(вспомогательной школы-интерната)

с белорусским и русским языками обучения

Минск, 2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Целью** обучения учащихся с лёгкой интеллектуальной недостаточностью по учебному предмету «Социально-бытовая ориен­тировка» (СБО) является формирование у учащихся *базовых практических умений* по организациисвоего быта, поведению и общению в типичных жизненных ситуациях.

Достижение данной цели предусматривает необходимость решения следующих задач на этапе обучения в I—V классах:

* формирование у учащихся бытовых трудовых умений: умений в области организации питания, ухода за телом, жилищем, одеждой, обувью и другими предметами обихода;
* формирование экономико-бытовых умений: умений бережного обращения с окружающими предметами, пищей, водой, электричеством;
* ориентировка учащихся в услугах различных предприятий и учреж­дений, формирование практических умений пользоваться ими;
* формирование умений пользоваться услугами общественного транспорта;
* ориентировка учащихся в нормах культуры поведения, взаимо­отношений с различными людьми (знакомыми и незнакомыми, старшими и младшими, сверстниками), формирование умений общения и культурного поведения.

Задачи указывают на главные направления педагогической работы, на основании которых выделены следующие разделы учебной программы «Социально-бытовая ориентировка»:

1. Личная гигиена.
2. Одежда. Обувь.
3. Жилище.
4. Питание.
5. Предприятия, учреждения.
6. Улица. Транспорт.

В программе не выделен отдельно раздел, посвящённый формиро­ванию умений общения и культурного поведения. Это обусловлено тем, что вопросы, составляющие его содержание, органично входят в другие, выде­ленные выше разделы, — это культура поведения за столом, в доме и на ули­це, в транспорте, в различных учреждениях, на предприятиях, в парке и т. д. Умения общения также формируются во всех изучаемых ситуациях: общение со сверстниками (за столом, в процессе совместного труда по уборке поме­щения, уходу за комнатными растениями и т. д., в процессе овладения социальными ролями пешеходов, пассажиров, покупателей, зрителей, чита­телей и т. д.); общение со знакомыми взрослыми (в процессе экскурсий по школе, бесед с ее работниками — поваром, библиотекарем, медсестрой и др., а также с учителями и воспитателями повседневно) и незнакомыми людьми (в процессе экскурсий вне школы).

Программа построена по концентрическому принципу: по всем разде­лам процесс обучения осуществляется с I по V класс.

Изучение разделов программы в течение учебного года может плани­роваться педагогом в иной последовательности, чем представлено в программе.

Ввиду резкой дифференциации детей по запасу практических умений, содержание обучения учащихся разных классов одной параллели может быть различным. В связи с этим *регламентация программного содержания по классам, а также указание на количество часов по разделам являются примерными*. Поэтому учителю следует, опираясь на программный материал всех лет обучения в рамках каждого раздела и «Основные требования к умениям учащихся, завершающим обучение в V классе», *определять содер­жание работы в своём классе на диагностической основе* — с учётом реального уровня осведомлённости и подготовленности учеников.

Формируемые у учащихся на уроках СБО умения требуют закреп­ления, совершенствования, регулярного и систематического применения в практической деятельности. Но широкий круг жизненно значимых социально-бытовых умений, которые необходимо сформировать у учащихся, и ограничение возможностей учителей фактором времени (2 урока в неделю) не позволяют им осуществлять полноценное закрепление многих, перво­начально формируемых на уроках умений. Поэтому успешность педагоги­ческой работы по социально-бытовой ориентировке учащихся зависит от *взаимодействия учителя, воспитателя, классного руководителя (а еще лучше и родителей)*: согласованности их действий, информированности о работе друг друга и ее результатах, скоординированности планов работы. В результате такой интеграции педагогических усилий обеспечивается целостность и системность процесса социально-бытовой ориентировки уча­щихся. Таким образом, данная программа адресована как учителю учебного предмета СБО, так и воспитателям, классным руководителям, родителям учащихся.

Эффективность педагогического процесса зависит и от используемых методов и приемов обучения. Основными на уроках по социально-бытовой ориентировке в младших классах являются следующие методы обучения: демонстрация, объяснение, упражнение, экскурсия, моделирование реальных ситуаций, сюжетно-ролевая игра.

Спецификой данного учебного предмета является необходимость обеспечения ряда уроков специальными материалами и предметами труда: продуктами, посудой, столовыми приборами, кухонными принадлежностями, тазиками, мылом, лейками, щетками, кремом для обуви и др. Проведение некоторых уроков требует специально оборудованного помещения (стирка, умывание и др.). Поэтому целесообразно оборудовать в школе отдельное помещение для проведения уроков СБО. Кабинет должен быть уком­плектован всем необходимым (согласно программным требованиям). Лишь при условии необходимого материального обеспечения уроков по социально-бытовой ориентировке возможна реализация программы в полном объеме.

Завершает программу *перечень основных требований к умениям учащихся, которые завершают обучение в V классе.* Однако, ввиду возможных индивидуальных затруднений у тех или иных учеников, педагогические усилия должны быть направлены на достижение каждым ребёнком максимально возможного для него уровня развития в области социально-бытовой ориентировки.

На основе педагогической диагностики в конце обучения ребёнка в младших классах может составляться его *выпускной паспорт*, пред­ставляющий собой описание уровня его социально-бытовой компетентности по изучавшимся разделам и темам. Этот паспорт передаётся учителю, ведущему учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» в средних и старших классах, что в определенной мере будет способствовать обес­печению преемственной связи между обучением учащихся в младших и последующих классах.

Уроки по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» ведёт учитель вспомогательной школы, а в условиях интегрированного обучения и воспитания — учитель-дефектолог. Особенностью реализации программы в условиях интегрированного обучения и воспитания является опора на взаимодействие с родителями учащихся, классными руково­дителями. При планировании работы учитель-дефектолог определяет учебный материал, который будет изучаться детьми на уроках, и материал, изучение которого он будет координировать через работу с родителями учащихся, классными руководителями.

ПРОГРАММА

I КЛАСС (68 ч)

Вводные уроки (4 ч)

*Значение учебного предмета СБО для учащихся.* Чему будут учиться учащиеся на уроках СБО. Значение уроков СБО для подготовки к самостоятельной жизни.

*Педагогическая диагностика состояния социально-бытовой подготовленности учащихся.* Выявление состояния сформированности (объём, правильность, уровень самостоятельности) социально-бытовых знаний и умений, предусмотренных программой первого класса.

**Личная гигиена (8 ч)**

*Мытьё рук.* Предметы гигиены (мыло, полотенце). Правила и последовательность действий.

*Мытьё лица, ушей, шеи.* Предметы гигиены (мыло, полотенце). Правила и последовательность действий.

*Мытьё ног*. Предметы гигиены (мыло, полотенце). Правила и последовательность действий.

*Уход за зубами.* Предметы гигиены (зубная щётка, зубная паста). Правила и последовательность действий при выполнении чистки зубов. Полоскание полости рта после каждого приёма пищи.

*Расчёсывание волос.* Предмет гигиены (расчёска). Пользование расчёской. Расчёсывание коротких волос. Самоконтроль за расчёсыванием волос с помощью зеркала.

*Утренний и вечерний туалет*. Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета. Личные и общие предметы гигиены. Хране­ние предметов личной гигиены.

**Одежда. Обувь (16 ч)**

*Выбор одежды в соответствии с предстоящей деятельностью.* Виды одежды в зависимости от назначения*:* школьная, домашняя, спортивная, праздничная. Выбор одежды в соответствии с предстоящей деятельностью.

*Застёгивание и расстёгивание одежды.* Виды застёжек для одежды: пуговицы, кнопки, крючки, молнии, липучки. Застёгивание и расстёгивание одежды с разными застёжками.

*Складывание одежды.* Складывание носовых платков, трусов, маек, кофт, штанов, носков.

*Развешивание одежды.* Развешивание одежды на крючках, на платя­ных вешалках.

*Размещение одежды на стуле.* Развешивание одежды (брюки, рубашка, пиджак и др.) на спинке стула, складывание предметов одежды на сиденье.

*Надевание обуви.* Нахождение в группе предметов обуви одинаковых по наименованию пар. Составление пар обуви. Правильное надевание обуви, различение правого и левого ботинка. Зашнуровывание обуви.Выполнение шнуровки. Завязывание узелка и бантика.

*Уход за резиновой обувью.* Резиновая обувь, ее свойства, исполь­зование. Мытьё резиновой обуви. Сушка мокрой резиновой обуви.

**Жилище (10 ч)**

*Наведение порядка в помещении.* Порядок — размещение и хранение вещей в определённом месте. Наведение порядка в портфеле, на рабочем месте ученика в классе. Наведение порядка на полках (с игрушками, учеб­ными принадлежностями, книгами и др.): удаление пыли с полок, аккуратное размещение предметов.

*Уход за игрушками.* Удаление пыли, мытьё игрушек из разного материала (деревянных, резиновых, пластмассовых, мягких).

*Застилание постели.* Постельные принадлежности. Последователь­ность и правила выполнения действий при застилании постели.

*Уход за комнатными растениями.* Полив. Удаление сухих листьев.

**Питание (14 ч)**

*Продукты питания: овощи.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Мытьё овощей. Кулинарные блюда из овощей (суп, салат и др.). Распознавание свежих и испорченных продуктов (овощей).

*Продукты питания: фрукты.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Мытьё фруктов. Кулинарные блюда из фруктов (салат, компот, сок и др.). Распознавание свежих и испорченных продуктов (фруктов).

*Продукты питания: ягоды.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Мытьё ягод. Кулинарные блюда из ягод (компот, сок и др.). Распознавание свежих и испорченных продуктов (ягод).

*Пользование посудой* (тарелка, кружка, стакан) *и столовыми приборами* (вилка, столовая и чайная ложки). Пользование салфеткой. Правила приема пищи (есть тихо, не торопясь, хорошо пережёвывая пищу и др.). Культура поведения за столом.

*Уборка стола после еды.*

**Предприятия, учреждения (8 ч)**

*Магазин.* Назначение магазина. Cпециализированные магазины («Обувь», «Одежда», «Игрушки», «Овощи, фрукты» и др.), ассортимент их товаров. Продавец, покупатель. Действия покупателя в магазине: выбор товара и его оплата (моделирование реальных ситуаций). Поведение поку­пателей в магазине. Экскурсия в магазин.

*Места культуры и отдыха. Парк.* Способы отдыха в парке. Правила поведения в парке.

**Улица. Транспорт (6 ч)**

*Поведение пешеходов на улице.* Правила поведения пешеходов на улице: правила движения по тротуару (правостороннее движение; нельзя толкаться, перегораживать весь тротуар и др.); переход улицы по пеше­ходному переходу. Соблюдение чистоты, порядка на улице.

*Игры на улице.* Игры во дворе. Опасные ситуации при играх с мячом, катании на санках с горки. Недопустимость организации игр на проезжей части улицы, дороги.

**Итоговые уроки (2 ч)**

Обобщение изученного на уроках СБО за год.

**Требования к подготовке учащихся**

**Учащиеся умеют:**

* мыть руки, лицо, уши, шею, ноги;
* чистить зубы;
* расчёсывать короткие волосы, контролировать себя при расчёсывании волос с помощью зеркала;
* выполнять утренний и вечерний туалет;
* выделять личные предметы гигиены, хранить их;
* выбирать вид одежды (школьную, домашнюю, спортивную, праздничную) в соответствии с предстоящей деятельностью;
* расстёгивать и застёгивать одежду с разными застёжками;
* складывать предметы одежды;
* развешивать одежду на крючках, на платяных вешалках;
* размещать одежду на стуле;
* находить пару обуви, правильно ее надевать (на правую, левую ноги);
* надевать и зашнуровывать обувь со шнурками;
* ухаживать за резиновой обувью (мыть, сушить);
* наводить порядок в портфеле, на рабочем месте ученика в классе, на полках;
* ухаживать за игрушками из разного материала (деревянные, резиновые, пластмассовые, мягкие): удалять пыль, мыть;
* застилать постель;
* поливатькомнатные растения, удалять сухие листья;
* выделять продукты питания, относящиеся к группам овощей, фруктов, ягод;
* мыть овощи, фрукты, ягоды;
* распознавать свежие (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) овощи, фрукты, ягоды;
* пользоваться посудой (тарелка, кружка, стакан) и столовыми прибо­рами (вилка, столовая и чайная ложки);
* пользоваться салфеткой во время приёма пищи;
* соблюдать изученные правила приёма пищи и культуры поведения за столом;
* убирать стол после еды;
* определять назначение магазина, ориентироваться в ассортименте товаров изученных специализированных магазинов;
* выполнять основные действия покупателя в магазине (выбор товара и его оплата) в смоделированных ситуациях;
* правильно вести себя в парке;
* соблюдать правила движения пешеходов по тротуару;
* переходить улицу по пешеходному переходу;
* соблюдать чистоту на улице.

**II КЛАСС (68 ч)**

Вводные уроки (2 ч)

Актуализация изученного на уроках СБО в первом классе.

Выявление состояния сформированности (объём, правильность, уро­вень самостоятельности) социально-бытовых знаний и умений, предусмот­ренных программой второго класса.

**Личная гигиена (8 ч)**

*Расчёсывание волос и создание причёски*. Расчёсывание волос. Виды расчёсок для волос разной длины. Создание причёски. Причёски мальчиков. Причёски девочек. Использование резинок, заколок, обруча для создания причёски. Заплетание косички.

*Мытьё и чистка ушей.* Правила и способы ухода за ушами (мытьё, чистка).

**Одежда. Обувь (14 ч)**

*Чистка одежды.* Определение предметов одежды, нуждающихся в чистке. Чистка одежды щёткой.

*Складывание* *одежды*. Складывание разных предметов повседневной одежды. Укладывание сложенной одежды в стопку.

*Развешивание одежды*. Развешивание брюк, юбок на платяных вешалках с крючками; на специальных вешалках с зажимами.

*Размещение одежды в шкафу*. Способы размещения одежды в шкафу: складывание на полках, развешивание на вешалках, укладывание в выдвижных ящиках. Правила размещения одежды в шкафу.

*Уход за кожаной обувью.* Кожаная обувь, ее свойства, использование. Удаление пыли и грязи с кожаной обуви. Чистка кожаной обуви губкой со специальным составом. Сушка мокрой кожаной обуви.

**Жилище (8 ч)**

*Удаление пыли в помещении.* Удаление пыли с предметов жёсткой мебели (с мебели с неполированной поверхностью, с мебели с полированной поверхностью). Удаление пыли с подоконника.

*Уход за комнатными растениями.* Удаление пыли с крупных плотных гладких листьев. Удаление пыли с опушенных листьев.

**Питание (20 ч)**

*Продукты питания: молочные.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Кулинарные блюда из молочных продуктов (молочный суп, запеканка, сырники и др.).

*Продукты питания: мучные.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Кулинарные блюда из муки (блины, пироги и др.).

*Режим питания*. Соотнесение времени суток с приёмом пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Ориентирование в основных блюдах завтрака, обеда, ужина.

*Приёмы извлечения продуктов из упаковок*: разворачивание упаковок (конфеты, сырка, мороженого и др.); вскрытие упаковок путём разрывания их по линии склеивания (пакет сушек, пряников и др.); развязывание полиэтиленовых пакетов (с печеньем, конфетами и др.) и другие приёмы. Выкладывание продуктов из упаковок на общие блюда.

*Сервировка стола к завтраку.* Выбор необходимой посуды и столовых приборов, правила и последовательность их размещения на столе.

*Культура поведения и речевой этикет за столом*: как брать пищу с общего блюда (брать ближайший кусок, бутерброд и т. п.); как обращаться к соседям по столу с просьбой подать блюдо, если оно стоит далеко, и др.

**Предприятия, учреждения (8 ч)**

*Магазин.* Виды продовольственных магазинов, отделов магазинов. Виды промтоварных магазинов, отделов магазинов. Оборудование и инвен­тарь магазина. Места и способы размещения товаров в магазине. Действия покупателя в магазине (отделе) самообслуживания. Культура выбора товара, поведения в магазине.

*Места культуры и отдыха.* *Кинотеатр.* Необходимость приобретения билетов. Покупка билетов, соблюдение речевого этикета. Правила поведения зрителей.

**Улица. Транспорт (6 ч)**

*Поведение пешеходов на улице.* Правила перехода улиц: по пеше­ходному переходу; ориентирование на сигналы светофора.

*Поведение пассажиров общественного транспорта.* Правила посадки в общественный транспорт и выхода из него. Правила поведения пассажиров в общественном транспорте. Речевой этикет пассажиров.

**Итоговые уроки (2 ч)**

Обобщение изученного на уроках СБО в первом — втором классах.

**Требования к подготовке учащихся**

**Учащиеся умеют:**

* расчёсывать волосы разной длины;
* мыть, чистить уши;
* чистить одежду щёткой;
* складывать предметы одежды, укладывать сложенную одежду в стопку;
* развешивать брюки, юбки на платяных вешалках с крючками; на специальных вешалках с зажимами;
* размещать одежду в шкафу (складывать на полках, развешивать на вешалках, укладывать в выдвижных ящиках);
* ухаживать за кожаной обувью (удалять грязь, чистить губкой со специальным составом, сушить мокрую обувь);
* удалять пыль с предметов жесткой мебели (с мебели с неполированной поверхностью, с мебели с полированной поверхностью);
* удалять пыль с подоконника;
* удалять пыль с крупных плотных гладких листьев, с опушенных листьев комнатных растений;
* выделять продукты питания, относящиеся к группам молочных, муч­ных продуктов;
* различать продукты питания разных групп (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные продукты);
* соотносить время суток с приёмом пищи (завтрак, обед, полдник, ужин);
* ориентироваться в основных блюдах завтрака, обеда, ужина;
* извлекать продукты из упаковок *(*разворачивание, развязывание, раз­рывание упаковки по линии склеивания);
* сервировать стол к завтраку;
* соблюдать изученные правила культуры поведения и речевого этикета за столом;
* ориентироваться в изученных видах продовольственных и промтовар­ных магазинов, отделов магазинов;
* соблюдать правила поведения и выполнять действия покупателя в магазине (отделе) самообслуживания;
* правильно вести себя в кинотеатре;
* переходить улицу, ориентируясь на сигналы светофора;
* соблюдать правила посадки в общественный транспорт и выхода из него;
* соблюдать изученные правила поведения пассажиров в общественном транспорте.

**III КЛАСС (70 ч)**

Вводные уроки (2 ч)

Актуализация изученного на уроках СБО в первом — втором классах.

Выявление состояния сформированности (объём, правильность, уро­вень самостоятельности) социально-бытовых знаний и умений, предусмот­ренных программой третьего класса.

**Личная гигиена (8 ч)**

*Чистка ногтей.* Предметы гигиены (щеточка, пилочка). Правила и последовательность действий.

*Подстригание ногтей на пальцах рук.* Предметы гигиены (ножницы, пилочка). Правила и последовательность действий.

*Подстригание ногтей на пальцах ног.* Предметы гигиены (ножницы, пилочка). Правила и последовательность действий.

**Одежда. Обувь (14 ч)**

*Складывание одежды.* Способы складывания рубашки.

*Виды мелкого ремонта одежды.* Виды мелкого ремонта одежды (пришивание пуговиц, зашивание растянувшихся петель для пуговиц, замена резинки в поясе, зашивание разрывов и др.).Инструменты и принадлеж­ности, необходимые для ремонта одежды (иглы, ножницы, нитки, булавки, напёрсток), правила обращения с ними.

*Пришивание пуговиц.* Подготовка иглы и нити к работе. Пришивание пуговицы с двумя отверстиями вплотную к ткани. Пришивание пуговицы с двумя отверстиями с образованием «ножки».

*Уход за кожаной обувью.* Чистка кожаной обуви кремом.

**Жилище (6 ч)**

*Подметание пола.* Необходимый инвентарь. Правила и способы действий при подметании пола веником, щёткой. Уборка мусора.

*Сухая уборка помещения.* Основные виды работ по проведению сухой уборки помещения (наведение порядка, подметание пола, вытирание пыли, проветривание, вынос мусора). Правила и последовательность проведения сухой уборки помещения.

*Уход за комнатными растениями.* Рыхление земли в цветочном горшке. Вытирание цветочных горшков, мытьё поддонов.

**Питание (20 ч)**

*Зерновые продукты питания (крупы)*. Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Каши из разных круп (манная, рисовая, гречневая, овсяная, перловая, пшённая).

*Группы продуктов питания (обобщение).* Обобщение и расширение знаний об изученных группах продуктов (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые продукты): их узнавание, называние, какие продукты к какой группе относятся, способы употребления в пищу, кулинарные блюда. Ориентирование в названиях основных блюд, употребляемых детьми в процессе повседневных завтраков, обедов, полдников, ужинов. Выбор про­дуктов, необходимых для приготовления простейших блюд (в процессе дидактических игр).

*Хранение продуктов питания.* Места хранения продуктов питания (в хлебнице, холодильнике, кладовке и др.). Экскурсия на школьный пищеблок.

*Напитки.* Горячие напитки (чай, кофе, какао). Холодные напитки (сок, нектар, квас, минеральная вода, фруктово-ягодный газированный напиток, морс и др.).

*Приемы извлечения напитков из упаковок.* Виды упаковок холодных напитков (пакет, бутылка, банка). Открывание бутылок с завинчивающимися крышками (с фруктовым напитком, минеральной водой и др.); вскрытие пакетов с соком, молоком и др. Наливание напитка из бутылки, пакета в кружку, стакан. Правила приёма пищи (напитков).

*Приготовление холодных напитков.* Простые способы приготовления напитков: размешивание варенья в воде, приготовление напитка из растворимых порошков.

*Сервировка стола к ужину.* Выбор необходимой посуды и столовых приборов, правила и последовательность их размещения на столе.

*Культура поведения и речевой этикет за столом*.

*Мытьё посуды.* Требования к воде. Предметы труда (тряпочка, губка и др.), моющие средства. Организация рабочего места. Правила и способы действий. Сушка вымытой посуды.

**Предприятия, учреждения (8 ч)**

*Магазин.* Универсальные магазины. Разнообразие товаров в одном магазине, удобство универсальных магазинов для покупателей. Ориентировка в универсальном магазине. Процесс совершения покупки в магазине через продавца. Общение с продавцом, речевой этикет покупателя. Правила поведения покупателей в магазине (соблюдение очереди и др.).

*Места культуры и отдыха. Библиотека.* Запись в библиотеку. Общение читателей с библиотекарем. Правила пользования книгами.

**Улица. Транспорт (8 ч)**

*Поведение пешеходов на улице.* Правила перехода улиц: ориенти­рование на сигналы светофора; по пешеходному переходу (повторение). Правила перехода улиц, где нет ни светофора, ни пешеходного перехода.

*Поведение пассажиров общественного транспорта.* Места посадки в общественный транспорт (остановки). Правила поведения на остановках общественного транспорта, посадки в общественный транспорт и выхода из него. Культура поведения пассажиров общественного транспорта.

**Итоговые уроки (4 ч)**

Обобщение изученного на уроках СБО в первом — третьем классах.

**Требования к подготовке учащихся**

**Учащиеся умеют:**

* чистить ногти;
* подстригать ногти на пальцах рук, ног;
* складывать рубашку;
* пришивать пуговицы с двумя отверстиями вплотную к ткани;
* пришивать пуговицы с двумя отверстиями с образованием «ножки»;
* чистить кожаную обувь кремом;
* подметать пол веником, щёткой, убирать мусор;
* выполнять сухую уборку помещения;
* рыхлить землю в цветочном горшке;
* вытирать цветочные горшки, мыть поддоны;
* выделять продукты питания, относящиеся к группе зерновых про­дуктов (круп);
* различать продукты питания разных групп (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые продукты);
* определять места хранения продуктов питания (в хлебнице, холо­дильнике, кладовке и др.);
* ориентироваться в названиях основных блюд, употребляемых детьми в процессе повседневных завтраков, обедов, полдников, ужинов;
* извлекать напитки из упаковок (пакет, бутылка, банка);
* готовить холодные напитки изученными способами;
* сервировать стол к ужину;
* мыть посуду;
* соблюдать изученные правила культуры поведения и речевого этикета за столом;
* ориентироваться в универсальном магазине;
* выполнять действия покупателя при совершении покупки в магазине через продавца;
* правильно вести себя в библиотеке;
* переходить улицу, где нет ни светофора, ни пешеходного перехода;
* соблюдать правила поведения на остановках общественного транспор­та, правила посадки в общественный транспорт и выхода из него;
* соблюдать изученные правила поведения пассажиров в общественном транспорте.

**IV КЛАСС (70 ч)**

Вводные уроки (2 ч)

Актуализация изученного на уроках СБО в первом — третьем классах.

Выявление состояния сформированности (объём, правильность, уровень самостоятельности) социально-бытовых знаний и умений, предусмотренных программой четвёртого класса.

**Личная гигиена (6 ч)**

*Уход за телом в течение дня.* Уход за кожей лица, ушами, волосами. Уход за полостью рта, зубами. Уход за руками, ногами. Переодевание, переобувание.

*Самоконтроль внешнего вида.* Оценка своего внешнего вида (чистота кожи лица, шеи, рук, состояние ногтей, чистота зубов, чистота и причё­санность волос) с помощью зеркала и без него. Умение при необходимости вносить изменения.

**Одежда. Обувь (20 ч)**

*Ручная стирка одежды.* Оборудование рабочего места, приготовление воды, моющих средств. Последовательность выполнения процесса стирки. Ручная стирка мелких предметов одежды. Развешивание одежды для просушки.

*Пришивание пуговиц.* Пришивание пуговицы с четырьмя отверстиями. Пришивание пуговицы с ушком.

*Замена резинки в поясе предметов одежды*.

*Уход за текстильной обувью.* Текстильная обувь, её свойства, использование. Чистка и сушка текстильной обуви.

*Уход за пластиковой обувью*. Пластиковая обувь, её свойства, использование. Чистка и сушка пластиковой обуви.

*Складывание и упаковывание одежды и обуви при переноске.* Склады­вание и упаковывание разных предметов одежды. Упаковывание обуви. Укладывание сложенной одежды, упакованной обуви в чемодан, сумку, пакет при их переноске.

**Жилище (6 ч)**

*Уборка жилища.* Вытряхивание и застилание небольших половиков.

*Освещение помещения.* Способы освещения помещения (естественное — солнцем; искусственное — с помощью осветительных приборов). Бережное отношение к расходованию электроэнергии. Включение и выключение осветительных приборов. Техника безопасности. Пользование настольной лампой.

*Уход за комнатными растениями.* Удаление пыли с мелких гладких листьев. Мытьё комнатных растений.

**Питание (18 ч)**

*Продукты питания: мясные.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Места и правила хранения мясных продуктов. Выбор доброкачественных продуктов. Кулинарные блюда из мясных продуктов.

*Продукты питания: рыбные.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Способы употребления в пищу. Места и правила хранения рыбных продуктов. Выбор доброкачественных продуктов. Кулинарные блюда из рыбных продуктов.

*Группы продуктов питания (обобщение).* Обобщение и расширение знаний об изученных группах продуктов (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые, мясные, рыбные продукты): их узнавание, называние, какие продукты к какой группе относятся, способы употребления в пищу, кулинарные блюда, места и правила хранения продуктов и приготовленных блюд.

*Состав основных блюд повседневного рациона*. Основные блюда повседневного рациона. Выбор продуктов, необходимых для приготовления простейших блюд (в процессе дидактических игр).

*Пользование столовыми приборами (вилкой и ножом) в процессе приёма пищи.* Блюда, которые едят с помощью вилки и ножа. Расположение вилки и ножа в руках. Действия с помощью вилки и ножа во время приёма пищи.

*Приготовление бутербродов из готовых компонентов*. Определение состава продуктов демонстрируемых бутербродов. Намазывание кусочка хлеба сливочным маслом. Расположение на кусочке хлеба с маслом готовых компонентов бутерброда (колбасы, сыра, огурца и др.). Составление разных по внешнему виду бутербродов из одинаковых компонентов. Украшение бутербродов. Размещение бутербродов на блюде, тарелке.

*Чайная, кофейная посуда*. Сервировка стола к чаю (кофе): выбор необходимой посуды и приборов, их размещение на столе.

*Простые способы приготовления горячих напитков.* Простые способы приготовления горячих напитков: приготовление кофе, какао из растворимых порошков; приготовление чая с использованием заварки в пакетиках. Добавление сахара, молока, сливок в различные напитки. Правила приёма пищи (напитков).

*Мытьё чайной, кофейной посуды.* Необходимость удаления с чашек пятен, налётов от чая, кофе. Чистящие средства для удаления пятен с предметов посуды. Мытьё чайной, кофейной посуды с использованием чистящих средств.

**Предприятия, учреждения (8 ч)**

Небольшие *торговые точки:* *лотки, киоски*. Ассортимент товаров (овощи, фрукты, булочки, книги, ручки, тетради и др.). Покупка мелкого штучного товара под наблюдением педагога.

*Места культуры и отдыха.* *Цирк.* Необходимость приобретения билетов. Покупка билетов, соблюдение речевого этикета. Правила поведения зрителей.

**Улица. Транспорт (6 ч)**

*Поведение пешеходов на загородной дороге.* Загородная дорога, особенности ее строения (проезжая часть и обочина). Правила движения пешеходов по загородной дороге.

*Поведение пассажиров общественного транспорта.* Необходимость платы за проезд в общественном транспорте (покупка проездных билетов, талонов). Ориентирование в проездных билетах, талонах (полные и льгот­ные). Места приобретения проездных документов: киоск, магазин, касса, у водителя, у кондуктора. Приобретение талона. Правила обращения с проезд­ными документами: компостирование; предъявление контролеру, водителю; сохранение до конца поездки. Культура поведения и речевой этикет пассажиров (при покупке талонов; при передаче талона на компостер и др.).

**Итоговые уроки (4 ч)**

Обобщение изученного на уроках СБО в первом — четвёртом классах.

**Требования к подготовке учащихся**

**Учащиеся умеют:**

* ухаживать за телом в течение дня (мыть лицо, уши, руки, чистить зубы, полоскать рот после еды, причёсывать волосы);
* переодеваться, переобуваться;
* осуществлять самоконтроль внешнего вида с помощью зеркала и без него;
* выполнять ручную стирку мелких предметов одежды; развешивать одежду для просушки;
* пришивать пуговицы с четырьмя отверстиями;
* пришивать пуговицы с ушком;
* втягивать резинку в пояс предмета одежды;
* ухаживать за текстильной обувью (чистить, сушить мокрую обувь);
* ухаживать за пластиковой обувью (чистить, сушить мокрую обувь);
* складывать одежду, упаковывать обувь, укладывать сложенную одежду, упакованную обувь в чемодан, сумку, пакет при их переноске;
* вытряхивать и застилать небольшие половики;
* пользоваться настольной лампой;
* удалять пыль с мелких гладких листьев, мыть комнатные растения;
* выделять продукты питания, относящиеся к группам мясных и рыбных продуктов;
* различать продукты питания разных групп (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые, мясные, рыбные продукты);
* называть основные блюда повседневного рациона;
* пользоваться столовыми приборами (вилкой и ножом) в процессе приема пищи;
* готовить бутерброды из готовых компонентов;
* сервировать стол к чаю (кофе);
* готовить горячие напитки изученными способами;
* мыть чайную, кофейную посуду с использованием чистящих средств;
* совершать покупку мелкого штучного товара в киоске под наблюдением педагога;
* правильно вести себя в цирке;
* правильно передвигаться по загородной дороге;
* ориентироваться в проездных билетах, талонах (полные и льготные), местах их приобретения, правилах обращения;
* соблюдать изученные правила поведения пассажиров в общественном транспорте.

**V КЛАСС (70 ч)**

Вводные уроки (2 ч)

Актуализация изученного на уроках СБО в первом — четвертом классах.

Выявление состояния сформированности (объем, правильность, уровень самостоятельности) социально-бытовых знаний и умений, предусмотренных программой пятого класса.

**Личная гигиена (2 ч)**

*Правила и способы соблюдения личной гигиены.* Правила и способы осуществления личной гигиены утром, в течение дня, вечером. Предметы гигиены (личные и общие). Средства гигиены. Хранение предметов и средств гигиены.

*Использование защитных косметических средств для ухода за кожей лица, рук и губ.* Косметические средства для защиты кожи лица, рук и губ (крем, гигиеническая помада, бальзам), их назначение. Использование крема для ухода за кожей рук. Использование гигиенической помады, бальзама. Применение детского крема для ухода за кожей лица (ситуации, в которых необходимо пользоваться кремом; приёмы нанесения крема на кожу).

**Одежда. Обувь (18 ч)**

*Ручная стирка одежды.* Отбор одежды, нуждающейся в стирке. Правила хранения грязной одежды до стирки. Сортировка одежды по цвету (белое и цветное бельё). Стирка мелких предметов одежды. Способы сушки одежды.

*Глаженье одежды.* Приготовление рабочего места для глаженья. Правила техники безопасности при работе с утюгом. Глаженье мелких хлоп­чатобумажных вещей: носовых платков, косынок и др.

*Пришивание вешалок.* Пришивание вешалок из готового материала (тесьмы, шнурка и др.) к одежде.

*Зашивание одежды.* Выполнение шва «строчка». Зашивание одежды по распоровшемуся шву швом «строчка». Зашивание разрывов ткани.

*Подшивание подогнутого края одежды.* Выполнение подрубочного шва. Подшивание подогнутого края одежды подрубочным швом.

*Комплектация набора принадлежностей для мелкого ремонта одежды.* Виды мелкого ремонта одежды. Необходимый набор принадлежностей для их выполнения (иглы, ножницы, нитки разных цветов, булавки, напёрсток, запас разных пуговиц, застёжек-молний, кнопок, крючков, резинок и др.). Места хранения комплекта принадлежностей в доме.

*Повседневный уход за одеждой.* Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Места хранения одежды в квартире (доме).

*Повседневный уход за обувью.* Правила и приёмы повседневного ухода за обувью. Места хранения обуви в квартире (доме).

**Жилище (8 ч)**

*Уборка дома и возле него.* Подметание лестницы, крыльца. Уборка возле дома (подметание дорожек, сбор мусора и др.).

*Уход за комнатными растениями.* Выполнение комплекса освоенных действий(полив, удаление сухих листьев, пыли с листьев, рыхление земли, вытирание цветочных горшков, мытьё поддонов).

*Размножение комнатных растений.* Размножение комнатных растений розетками-«детками». Нахождение «деток» на растениях, отделение их от материнского растения. Посадка молодого растения в подготовленный педагогом цветочный горшок.

Размножение комнатных растений стеблевыми черенками. Наблюдение за заготовкой черенков педагогом. Посадка черенков в подготовленные педагогом цветочные горшки.

Уход за молодым растением (опрыскивание из пульверизатора, полив).

**Питание (16 ч)**

*Кондитерские изделия, сладости.* Какие продукты относятся к этой группе продуктов. Правила употребления в пищу. Места и правила хранения. Срок годности.

*Группы продуктов питания (обобщение).* Обобщение и расширение знаний об изученных группах продуктов (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые, мясные, рыбные продукты, кондитерские изделия, сладости): их узнавание, называние, какие продукты к какой группе отно­сятся, способы употребления в пищу, кулинарные блюда, места и правила хранения продуктов и приготовленных блюд. Различение пригодных для использования и испорченных продуктов питания.

*Меню.* Ориентировка в названиях и комплексах основных блюд, традиционно употребляемых в процессе повседневных завтраков, обедов, полдников, ужинов. Отбор продуктов к определенному меню (в процессе дидактических игр).

*Заваривание чая.* Влияние чая на организм человека. Ингредиенты, необходимые для приготовления чая: чайная заварка или листья, цветки растений (земляники, малины, липы, ромашки и др.); кипяток; сахар. Зава­ривание чая. Соблюдение техники безопасности при обращении с кипятком. Значение правильного приготовления чая для сохранения его свойств. Определение по надписям на упаковках чая вида чайной заварки (листовой чай или в пакетиках).

*Приготовление бутербродов.* Определение состава продуктов демонстрируемых бутербродов. Отбор продуктов для приготовления бутер­брода. Обработка продуктов для приготовления бутерброда: удаление шкурки (с колбасы, сыра, с отварных и сырых овощей), разрезание, нарезание, растирание вилкой. Намазывание на хлеб масла, мягкого сыра, приготовленной бутербродной пасты и т. п. Размещение компонентов бутер­брода на кусочке хлеба. Украшение бутербродов различными способами (веточками зелени, рубленой зеленью, капельками майонеза, кетчупа и др.). Способы размещения бутербродов на блюдах разной формы.

*Блюда быстрого приготовления.* Приготовление сухого завтрака путём добавления в смесь хлопьев молока, сока или йогурта. Приготовление блюд (каша, суп) путем заваривания кипятком сухого наполнителя и размешивания получившейся смеси. Соблюдение техники безопасности при обращении с кипятком. Польза и вред блюд быстрого приготовления.

**Предприятия, учреждения (14 ч)**

*Магазин.* Кулинарный отдел магазина.Ассортимент товаров. Действия покупателя. Правила поведения и речевой этикет покупателя.

*Парикмахерская.* Услуги парикмахерской. Правила поведения по­сетителей.

*Почта.* Услуги почты. Виды почтовой корреспонденции (письма, открытки, телеграммы). Разнообразие открыток. Выбор и покупка открыток к определённому празднику. Подписывание открыток.

*Средства связи.* Телефон, его назначение. Пользование домашним телефоном. Различение гудков «занято» и «свободно» в трубке телефона. Ведение беседы по телефону.

*Места культуры и отдыха.* *Музей.* Виды музеев. Приобретение билетов. Правила поведения посетителей в музее.

**Улица. Транспорт (6 ч)**

*Ориентирование и поведение пешеходов на улице.* Улица: наличие названий улиц, номеров домов, расположение с одной стороны улицы зданий с чётными номерами, с другой — с нечётными. Ориентирование на улице. Формулы речевого этикета при обращении к прохожим с целью нахождения определённой улицы или дома. Названия ближайших улиц, наиболее часто посещаемых улиц. Поведение в ситуации «Если ты заблудился...».

*Поведение пассажиров общественного транспорта.* Наличие маршрута у общественного транспорта. Выбор нужного автобуса (трол­лейбуса и др.): ориентирование по маршрутной табличке и номеру автобуса (троллейбуса и др.).

*Ориентирование на остановках общественного транспорта.* Остановки общественного транспорта: каждая имеет свое название, условные обозначения видов транспортных средств, которые на ней останавливаются, номера автобусов (троллейбусов, трамваев). Ориентирование на остановках общественного транспорта. Использование формул речевого этикета при необходимости узнать о маршруте следования транспортного средства, о названии остановки и т. п.

**Итоговые уроки (4 ч)**

Обобщение изученного на уроках СБО в первом — пятом классах.

**ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ, ЗАВЕРШАЮЩИМ ОБУЧЕНИЕ В V КЛАССЕ**

**Учащиеся умеют:**

* осуществлять личную гигиену утром, в течение дня, вечером;
* оценивать свой внешний вид (чистота кожи лица, рук, волос, состояние ногтей, причёсанность волос, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения;
* использовать защитные косметические средства для ухода за кожей лица, рук и губ (крем, гигиеническую помаду, бальзам);
* складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу;
* чистить одежду щёткой;
* стирать мелкие предметы одежды вручную;
* гладить одежду простого покроя;
* выполнять мелкой ремонт одежды (пришивать пуговицы, вешалки, зашивать, подшивать одежду);
* осуществлять повседневный уход за одеждой, обувью;
* замечать в помещении непорядок — где чисто, а где грязно;
* выполнять сухую уборку помещения;
* ухаживать за комнатными растениями (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;
* убирать возле дома (подметание крыльца, дорожек, сбор мусора и др.);
* различать продукты питания изученных групп (овощи, фрукты, ягоды, молочные, мучные, зерновые, мясные, рыбные продукты, кондитерские изделия, сладости);
* различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
* мыть фрукты, овощи, ягоды;
* извлекать продукты из упаковок;
* ориентироваться в названиях и комплексах основных блюд, тради­ционно употребляемых в процессе повседневных завтраков, обедов, полдников, ужинов;
* готовить простейшие блюда (бутерброды, блюда быстрого при­готовления), заваривать чай;
* сервировать стол к завтраку, ужину, к чаю (кофе);
* пользоваться столовыми приборами во время еды (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом);
* убирать стол после еды;
* мыть посуду;
* ориентироваться в магазине;
* определять, в каком магазине можно приобрести указанный товар;
* совершать покупки мелких предметов;
* правильно вести себя в магазине, на почте, в парикмахерской, в местах культуры и отдыха;
* пользоваться телефоном;
* соблюдать правила поведения пешеходов на улице (правила движения пешеходов по тротуару, соблюдение чистоты);
* ориентироваться на улице (наличие названий улиц, номеров домов);
* обращаться к прохожим с целью нахождения определённой улицы или дома;
* переходить улицу, регулируемую и не регулируемую светофором;
* правильно передвигаться по загородной дороге;
* ориентироваться на остановках общественного транспорта;
* узнавать о маршруте следования транспортного средства, о названии остановки;
* выбирать нужный автобус (троллейбус и др.), ориентируясь по маршрутной табличке и номеру;
* соблюдать правила поведения пассажиров в общественном транспорте.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка ………………………………………………………. 2

I класс ………………………………………………………………………….. 5

II класс ………………………………………………………………………… 10

III класс ……………………………………………………………………….. 14

IV класс ……………………………………………………………………….. 18

V класс ……………………………………………………………………….... 23