

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Степановская средняя общеобразовательная школа

Согласовано на заседании

Методического совета

Протокол № 1

От «30» августа 20 19 г

Зам. Директора по УМР

И.И. Гусева Ю.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ

Степановская сош

Н.Е. Куревина / Куревина Н.Е./

Приказ № 02-04-63

От «30» августа 20 19 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

социально-бытовая ориентировка

(наименование учебного курса, предмета)

7 (с ограниченными возможностями здоровья)

(класс)

Количество часов в год- 68, количество часов в неделю – 2

Количество часов по программе (в год, в неделю)

Кашкарева Ольга Степановна

(Ф.И.О. учителя - разработчика)

Учитель технологии

(должность)

10 лет

(педагогический стаж)

1 категория

Квалификация

2019 - 2020 учебный год

Степановка 2019г

Пояснительная записка

Данная программа составлена в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта общего образования (утвержден 05.03. 2004 г. № 1089); ФБУП (утвержден 09.03. 2004 г. № 1312 с изменениями от 20.08.2008 г. № 241, от 30.08.2010 г. № 889, от 03.06.2011 г. № 1994, от 01.02.2012 г. № 74); «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 кл.: В 2 сб.»/ Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС. 20011. – Сб. 1, учебным планом школы на 2019 - 2020 учебный год (утвержден приказом от 30.08.2019 г. №02-04-63); Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта специального (коррекционного) образования по социально-бытовой ориентировке и авторской программой учебного курса.

Основа содержания учебного предмета

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному.

Цель: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышению уровня развития.

Задачи:

- формирование уверенности в себе, способности познавать себя;
- развитие ориентации в социально - бытовых отношениях, формирование умения включаться в них, утверждать себя и участвовать в созидательной деятельности;
- формирование навыков и умений осуществлять контакт с окружающими людьми, адекватно вести себя в обществе;
- развитие пространственно - временных представлений, ориентировки в окружающей среде и её адекватное познание.

Планируемые результаты

Личностными результатами изучения курса являются:

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
3. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
5. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

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

-владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий

— исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий;

научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

К концу 7 класса

Обучающиеся должны знать:

— Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.

— Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.

— Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки. Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.

— Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия. Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.

— Назначение и различие универмага и универсама.

— Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

— Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

— Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

Обучающиеся должны уметь:

— Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

— Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

— Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

— Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

— Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры. Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна.

— Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

— Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей. Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

— Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

— Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена (4 часа).

Особенности личной гигиены в жизни подростка.

Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.

Особенности ухода за кожей лица и волосами.

Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.

Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

Одежда и обувь (10 часов).

Значение продления срока службы одежды.

Виды штопки, наложение заплат.

Использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка вручную.

Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.

Прачечная, виды услуг и правила пользования прачечной.

Семья (6 часов).

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание.

В соблюдении чистоты и порядка в школе, интернате, дома.

Правила приема приглашения в гости и формы отказа.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки.

Жилище (8 часов).

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.

Подготовка квартиры и дома к лету и зиме.

Санитарная обработка помещения в случае необходимости.

Уход за полом, в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства по уходу за полом.

Уход за мебелью.

Мытье стекол, зеркал.

Правила пользования пылесосом, уход за ним.

Транспорт (6 часов).

Междугородний железнодорожный транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.

Вокзалы. Их назначение и основные службы.

Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Пункт назначения, вид поезда, тип вагона.

Формы приобретения ж/д билетов.

Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.

Средства связи (4 часа).

Виды бандеролей (простые, заказные, ценные с уведомлением).

Порядок их отправления. Упаковка.

Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок.

Правила отправления. Стоимость отправления. Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом.

Экскурсия на почту.

Питание (10 часов).

Правила гигиены при приготовлении пищи.

Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.

Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами.

Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.

Виды питания.

Планирование рационального питания.

Значение первых блюд. Виды первых блюд. Приготовление холодных и горячих блюд.

Значение вторых блюд из овощей. Приготовление овощного салата. Значение вторых блюд из рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных продуктов.

Значение третьих блюд. Приготовление компота.

Составление собственного рецепта блюда. Подбор продуктов по рецепту.

Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.

Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

Оформление блюд и правила их подачи к столу. Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину). Составление меню завтрака, обеда и ужина.

Торговля(6 часов).

Универмаги и универсамы, их назначение.

Сельмаг и сельпо. Их назначение.

Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров.

Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи.

Хранение чека или его копии.

Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.

Права потребителя и их защита. Распродаж товаров.

Экскурсия в магазин.

Медицинская помощь (7 часов).

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.).

Лекарственные растения в домашней аптечке.

Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны.

Меры по предупреждению переломов.

Учреждения, организации и предприятия (5 часов).

Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: д/садик «Ёлочка».

Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: предприятия связанные с лесным хозяйством.

Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: дом - интернат «Уют».

Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: с/совет.

Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: почта.

- Беседа на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения.
- Сюжетно-ролевые игры в основном применяются как один из ведущих методов обучения.
- Использование на уроках СБО метода тестирования важно то, что учащиеся с заниженным интеллектом учатся работать с заданиями анкетного характера.
- Приобретение умений и навыков в заполнении анкет является важным этапом социальной адаптации учащихся VIII вида.
- На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки. Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного.

Учебно-методическое обеспечение

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 кл.: В 2 сб.»/ Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС. 2011. – Сб. 1

Пособие для учителей:

Оборудование класса

- ученические столы двухместные с комплектом стульев;
- стол учительский с тумбой;
- шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий, учебного оборудования и пр.;

Оборудование рабочего места учителя.

- Классная доска.
- Кафедра

Учебно-тематическое планирование – СБО (ОВЗ) – 7класс

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1.	Вводное занятие. 1 час	1		
Личная гигиена (4 ч.)				
2.	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	1		
3.	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1		
4.	Особенности ухода за кожей лица и волосами.	1		
5.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос. <i>Практическая работа:</i> <i>«Подбор мыла и шампуня для волос в зависимости с их физиологическими особенностями».</i>	1		
Одежда и обувь (10 ч.)				
6.	Значение продления срока службы одежды.	1		
7.	Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды.	1		
8.	Виды штопки, наложение заплат.	1		
9.	Виды штопки, наложение заплат. <i>Практическая работа: «Наложение заплат».</i>	1		
10.	Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой.	1		
11.	Правила ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки.	1		
12.	Использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка вручную.	1		
13.	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1		
14.	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1		
15.	Прачечная, виды услуг и правила пользования прачечной.	1		
Семья (6 ч.)				
16.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание.	1		
17.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. <i>Практическая работа: «Одевание малышей на прогулку»</i>	1		
18.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми <i>Практическая работа: «Разучивание</i>	1		

	<i>игр с малышами», «Проведение игр с малышами».</i>			
19.	Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты и порядка в школе, дома.	1		
20.	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.	1		
21.	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки.	1		
Жилище (8 ч.)				
22.	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. <u>Практическая работа:</u> «Уборка помещения».	1		
23.	Подготовка квартиры и дома к лету и зиме.	1		
24.	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1		
25.	Уход за полом, в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер.	1		
26.	Средства для ухода за полом. <u>Практическая работа:</u> «Мытье пола».	1		
27.	Уход за мебелью	1		
28.	Мытье стекол, зеркал.	1		
29.	Правила пользования пылесосом, уход за ним. <u>Практическая работа:</u> «Пользование пылесосом».	1		
Транспорт (6 ч.)				
30.	Междугородний железнодорожный транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.	1		
31.	Вокзалы. Их назначение и основные службы.	1		
32.	Справочная служба вокзалов.	1		
33.	Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Пункт назначения, вид поезда, тип вагона. <u>Практическая работа:</u> «Определение пункта назначения, типа вагона».	1		
34.	Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов.	1		
35.	Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.	1		
Средства связи (4 ч.)				
36.	Виды бандеролей (простые, заказные, ценные с уведомлением).	1		
37.	Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды	1		

	упаковок.			
38.	Правила отправления. Стоимость отправления. Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом.	1		
39.	<u>Практическая работа:</u> Экскурсия на почту.	1		
Питание (10 ч.)				
40.	Правила гигиены при приготовлении пищи.	1		
41.	Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.			
42.	Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. <u>Практическая работа:</u> « <i>Знакомство с инструкцией по работе с микроволновой печью</i> »	1		
43.	Виды питания.	1		
44.	Планирование рационального питания.	1		
45.	Значение первых блюд. Виды первых блюд. Приготовление холодных и горячих блюд.	1		
46.	Значение вторых блюд из овощей. Приготовление овощного салата. Значение вторых блюд из рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных продуктов. <u>Практическая работа:</u> « <i>Приготовление салата из овощей</i> »	1		
47.	Значение третьих блюд. Приготовление компота. <u>Практическая работа:</u> « <i>Приготовление компота из яблок</i> »	1		
48.	Составление собственного рецепта блюда. Подбор продуктов по рецепту. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю. <u>Практическая работа:</u> « <i>Чтение рецептов, подбор продуктов</i> ». « <i>Составление меню завтрака</i> ».	1		
49.	Оформление блюд и правила их подачи к столу. Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину). Составление меню завтрака, обеда и ужина.	1		
Торговля (6 ч.)				
50.	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо. Их назначение.	1		
51.	Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров.	1		
52.	Порядок приобретения: выбор товара,	1		

	рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии.			
53.	Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.	1		
54.	Права потребителя и их защита. Распродаж товаров.	1		
55.	<i>Практическая работа: Экскурсия в магазин.</i>	1		
Медицинская помощь (7ч.)				
56.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, др.).	1		
57.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (укусы насекомых и др.).	1		
58.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	1		
59.	Первая медицинская помощь при травмах: вывих.	1		
60.	Первая медицинская помощь при травмах: перелом	1		
61.	Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны.	1		
62.	Меры по предупреждению переломов.	1		
Учреждения, организации и предприятия (5 ч.)				
63.	Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: д/садик «Ёлочка».	1		
64.	Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: предприятия связанные с лесным хозяйством.	1		
65.	Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: дом - интернат «Уют».	1		
66.	Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: с/совет.	1		
67.	Промышленные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села: почта.	1		
68.	Обобщающий урок.	1		
	Итого:	68		