

СОГБОУ «Вяземская –школа интернат №1
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

<p>ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол №1 от «30» августа 2021 года</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Приказ № 151 от «01» сентября 2021 Директор школы  /О.А.Богданова/</p> 
---	---

Адаптированная Образовательная рабочая программа
по предмету : социально-бытовая ориентировка (СБО)

7Акласс

Учитель первой квалификационной категории:

Большакова Елена Ивановна

Вязьма
2021-2022 учебный

Пояснительная записка

Данная рабочая программа по предмету социально-бытовая ориентировка (СБО) разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Приказ МО РФ № 1599 от 19.12.2014 г.

-

Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5 - 9 классы», под редакцией Воронковой В.В. издательство «Просвещение» Москва, 2013 год, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации

- Утвержденного Учебного плана (7-9 кл.) на 2021 -2022 уч. год;

- Утвержденной Программы Воспитания.

Реализация программы в соответствии с количеством предметных часов 2 час в неделю, 62 часа в год.

Программа может быть реализована с применением дистанционных технологий.

Цель: практическая подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. К их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи

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.

Воспитывающий потенциал учебного предмета:

Согласно Программе Воспитания, во время проведения уроков реализуются воспитательные задачи, основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) формулируется общая **цель воспитания** в общеобразовательной организации – **личностное развитие** школьников, проявляющееся:

- в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

- в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);
- в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует не на обеспечение соответствия личности ребенка единому стандарту, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности. В связи с этим важно сочетание усилий педагога по развитию личности ребенка и усилий самого ребенка по своему саморазвитию. Их сотрудничество, партнерские отношения являются важным фактором успеха в достижении цели.

Важными воспитательными задачами уроков являются формирования отношения:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Психолого-педагогическая характеристика класса.

В 7А классе 7 обучающихся. Из них 4 мальчика и 3 девочки. Все обучаются по данной программе.

Обучающиеся к предмету проявляют положительное отношение. 5 обучающихся понимают существенные стороны учебной информации, 2 испытывают затруднения. У 5 обучающихся усвоение предметных знаний сводятся к содержательно-деятельностному уровню.

2 обучающихся с практическими работами справляются только при помощи учителя.

Содержание

«Личная гигиена»	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. Средства борьбы с перхотью.
«Одежда»	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат. использование бытовой техники при стирке белья

	из х/б ткани, ручная стирка изделий из шелка. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.
«Питание»	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.
«Культура поведения»	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. порядок сдачи и получения его.
«Торговля»	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
«Медицинская помощь»	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

Планируемые предметные результаты.

Обучающиеся получают возможность знать:

правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических салфеток, правила ухода за кожей лица и волосами;

особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и правила пользования ею, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды и стирке вручную и с помощью стиральной машины санитарно-гигиенические требования – последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей, назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную, правила пользования прачечной самообслуживания;

виды питания, их особенности, значение первых, вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи;

правила ухода за младшими детьми, различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки;

правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила поведения при вручении и приеме подарков;

последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон, способы утепления окон, правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия;

функции железнодорожного транспорта, тип пассажирского вагона, примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа, о сроках и месте возврата приобретенного билета;

назначение универмага и универсама, различия между ними, за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам, стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров;

перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке, максимальный вес почтовых отправок, виды и способы упаковок, виды почтовых отправок;

меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила обработки раны и наложения повязки, меры предупреждения осложнений после микротравмы, правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах;

местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, название цехов, отделов, рабочих специальностей, виды выпускаемой продукции.

Обучающиеся смогут выполнять:

определить тип кожи и волос, подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос, правильно ухаживать за лицом и волосами;

ремонтировать разорванные места одежды: разными видами штопки, накладыванием заплат, стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить одежду и белье;

пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, сбивалкой (миксером) и др., приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов, составить меню завтрака, обеда, ужина на день;

ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать младшим при уборке игрушек, рассказывать им сказки, петь с ними детские песенки;

культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки;

убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;

ориентироваться в расписании, приобретать билеты в ж/д кассе, ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом, выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте;

обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;

найти нужные товары в отделах универмага или универсама, приобретать товары с учетом необходимости в потребности их и финансовым возможностям;

заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить описание посылаемых предметов, упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке, определить стоимость почтовых отправок;

использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои, отвары из лекарственных растений, обрабатывать раны, накладывать повязки;

обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Учебно-методическое обеспечение

1. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. - М., «Владос», 2006
2. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. - М., НЦЭНАС, 2003
3. Девяткова Т. А., Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида».
4. Зыкова Т. С, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя. - Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003г
5. Д.В. Колесов, Р.Д. Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10 классов средней школы. Москва Просвещение 1989г
6. Субчева В.П. Учебник: «Социально-бытовая ориентировка», гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Телевизор, DVD проигрыватель, учебные диски, демонстрационные материалы.

Раздаточный материал: (карточки-задания, теоретический материал, диагностические методики). Опорные конспекты, книжный фонд, периодические издания.

Тематический план

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Введение. Разделы и темы. ТБ	1	03.09
Личная гигиена-3			
2	Личная гигиена подростка (мальчика и девочки).	1	07.09
3	Пользование шампунем	1	10.09
4	Практическая работа. Подбор шампуня соответственно своему типу волос	1	14.09
Культура поведения-3			
5	Правила приёма приглашения в гости	1	17.09
6	Подготовка к поездке в гости	1	21.09
7	Практическая работа. Подарки своими руками	1	24.09
Семья-3			
8	Помощь родителям в уходе за младшими детьми	1	28.09
	Разучивание тихих подвижных игр.	1	01.10
9	Организация игр	1	12.10
Жилище-6			
10	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения:	1	15.10
11	Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Правила содержания в доме животных	1	19.10
12	Способы и периодичность ухода за окнами. Виды моющих средств.	1	22.10

13	Виды мебели: мягкая, корпусная, столы, стулья. Способы ухода Покрытие: мягкая ткань, кожа; корпусная, столы, стулья – полировка, шпон, пластик.	1	26.10
14	Практическая работа. Уборка помещения. Чистка мягкой мебели.	1	29.10
15	Способы ухода за зеркалами. Средства и приспособления по уходу. Практические задания	1	02.11
Средства связи-3			
16	Виды бандеролей, порядок их отправления.	1	05.11
17	Упаковка, заполнение бланков.	1	09.11.
18	. С/р игра «Почта»	1	12.11
2 триместр			
Транспорт-6часов			
19	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы	2	23.11
20.	.		26.11
21.	Справочные службы вокзалов. Расписание поездов.	1	30.11
22.	Виды пассажирских вагонов, типы поездов (пассажирский, скорый).	1	03.12
23.	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1	07.12
24	С/Р игры «Отправляемся в поездку»	1	10.12
Торговля-4часа			
25	Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1	14.12
26	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1	17.12
27	Правила поведения в магазине	1	21.12
28	Практическая работа. Подсчет затрат на покупки	1	24.12
Одежда-9часов			
29	Ремонт разорвавшихся мест одежды. Штопка	1	28.12
30	Практическая работа «Ремонт одежды». ТБ со швейными	2	10.01
31	предметами.		14.01
32	Стирка Х/Б белья вручную, с помощью стиральной	2	18.01
33	машины. Подбор средств. Устройство стиральной машины		21.01
34	Практическая работа «Стирка» ТБ во время работы	1	25.01
35	Утюжка белья. Приспособления и их устройство	1	28.01
36	Практическая работа. «Утюжим белье» ТБ во время работы	2	01.02
37			04.02
38	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. С/Р игра «Химчистка» Видеоролик	1	08.02
Учреждения, организации, предприятия-3часа			
39	Промышленные предприятия. Сельскохозяйственные объекты.	1	11.02
40	Название цехов, отделов. Виды выпускаемой продукции	1	15.02
41	Название рабочих специальностей . С/Р игра «На предприятии»	1	18.02

3 триместр			
Питание-9часов			
42	Способы обработки овощных, мясных, рыбных блюд	2	01.03
43			04.03
44	Использование электробытовых приборов. Соблюдение ТБ	1	11.03
45	Практическая работа. Приготовление обеда.	1	15.03
46	Сервировка стола к обеду Правила пользования столовыми приборами	2	18.03
			22.03
47	Практическая работа. Сервировка стола к обеду.	2	25.03
49			29.03
49	Видеоролик «Оформление блюд»	1	01.04
Медицинская помощь-7часов			
50	Домашняя аптечка (состав). Назначение и хранение домашней аптечки. Термометр.	2	05.04
51			08.04
52	Лекарственные растения. Приготовление отваров, настоев. Практическая работа Приготовление отваров. Измерение температуры	2	19.04
53			22.04
54	Первая медицинская помощь при травме (ранах) – микротравмы, ушибы, вывих, перелом.	2	26.04
55			29.04
56	Практическая работа. Обработка раны. Накладывание повязки	1	06.05
Экономика домашнего хозяйства-4часа			
57	Деньги. Их назначение и значение в нашей жизни	1	10.05
58	Бюджет семьи. Источники доходов	1	13.05
59	Годовая проверочная работа	1	17.05
60	Практическая работа. Определение(подсчет)доходов семьи.	2	20.05
61			24.05
62	Повторение	1	27.05

2 урока по расписанию выпали из программы из-за праздничных дней.