


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

ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол №1 от « 28 » августа 2020г.	УТВЕРЖДЕНО Приказ № <u>135</u> от « 02 » сентября 2020г Директор школы  /О.А. Богданова/
--	--

Адаптированная образовательная рабочая программа
по предмету: социально-бытовая ориентировка (СБО)
7А класс

Учитель первой квалификационной категории
Большакова Елена Ивановна

Вязьма
2020-2021 учебный год

Содержание программы:

1. Пояснительная записка

2. Содержание

3 Планируемые предметные результаты.

4.Учебно-методическое обеспечение

5. Тематический план

1. Пояснительная записка

1.Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе 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. Учебного плана на 2020-2021 учебный год

Реализация программы возможна с применением дистанционных образовательных 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 (память, мышление, внимание, воображение, речь)

2. 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, стирка изделий из шелка в ручную. 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	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к

поведения»	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.

3 Планируемые предметные результаты.

К концу обучения в 7 классе 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.

К концу обучения в 7 классе обучающиеся смогут научиться:

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 опись 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.

4. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература:

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева, 6 кл., гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

- 1 В.Д. Симоненко «Технология». Москва, Вентана-Граф-2002 год
- 2 В.И. Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва, Просвещение 1993г.
- 3 Д.В. Колесов, Р.Д. Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10 классов средней школы. Москва Просвещение 1989г
- 4 Л.Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва.Центрополиграф,2004г

5 Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида».

6 Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя.- Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003г

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. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. –

Телевизор, DVD проигрыватель, учебные диски, демонстрационные материалы.

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

5. Тематический план

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Введение. Разделы и темы. ТБ	1	05.06
Личная гигиена-3			
2	Личная гигиена подростка (мальчика и девочки).	1	07.09
3	Пользование шампунем	1	08.09
4	Практическая работа. Подбор шампуня соответственно своему типу волос	1	14.09
Культура поведения-3			
5	Правила приёма приглашения в гости	1	15.09
6	Подготовка к поездке в гости	1	21.09
7	Практическая работа. Подарки своими руками	1	22.09
Семья-3			
8	Помощь родителям в уходе за младшими детьми	1	28.09
	Разучивание тихих подвижных игр.	1	29.09
9	Организация игр	1	12.10
Жилище-6			
10	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения:	1	13.10
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	20.10
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	27.10
15	Способы ухода за зеркалами. Средства и приспособления по уходу. Практические задания	1	02.11
Средства связи-4			
16	Виды бандеролей, порядок их отправления.	1	03.11

17	Упаковка, заполнение бланков.	1	09.11.
18-	. С/р игра «Почта»	1	10.11
2 триместр			
Транспорт-6часов			
19-20.	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы	2	23.11 24.11
21.	Справочные службы вокзалов. Расписание поездов.	1	30.11
22.	Виды пассажирских вагонов, типы поездов (пассажирский, скорый).	1	01.12
23.	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1	07.12
24	С/Р игры «Отправляемся в поездку»	1	08.12
Торговля-4часа			
25	Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1	14.12
26	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1	15.12
27	Правила поведения в магазине	1	21.12
28	Практическая работа. Подсчет затрат на покупки	1	22.12
Одежда-9часов			
29	Ремонт разорвавшихся мест одежды .Штопка	1	11.01
30-31	Практическая работа «Ремонт одежды». ТБ со швейными предметами.	2	12.01 18.01
32-33	Стирка Х/Б белья вручную, с помощью стиральной машины. Подбор средств. Устройство стиральной машины	2	19.01 25.01
34	Практическая работа «Стирка» ТБ во время работы	1	26.01
35	Утюжка белья. Приспособления и их устройство	1	01.02
36-37	Практическая работа. «Утюжим белье» ТБ во время работы	2	02.02 08.02
38	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. С/Ригра «Химчистка» Видеоролик	1	09.02
3 триместр			
Питание-9часов			
39-40	Способы обработки овощных, мясных, рыбных блюд	2	22.02 01.03
41	Использование электробытовых приборов. Соблюдение ТБ	1	02.03
42	Практическая работа. Приготовление обеда.	1	09.03
43-44	Сервировка стола к обеду Правила пользования столовыми приборами	2	15.03 16.03
45-46	Практическая работа. Сервировка стола к обеду. Видеоролик «Оформление блюд»	2	22.03 23.03
Медицинская помощь-7часов			
47-48.	Домашняя аптечка (состав). Назначение и хранение домашней аптечки. Термометр .	2	29.03 30.03
49-50	Лекарственные растения. Приготовление отваров, настоев. Практическая работа Приготовление отваров. Измерение температуры	2	12.04 13.04
51-52	Первая медицинская помощь при травме (ранах) – микротравмы, ушибы, вывих, перелом.	2	19.04 20.04
53	Практическая работа. Обработка раны. Накладывание повязки	1	26.04
Учреждения, организации, предприятия-3часа			
55	Промышленные предприятия. Сельскохозяйственные объекты.	1	27.04

	Ближайшее расположение		
56	Название цехов ,отделов. Виды выпускаемой продукции	1	04.05
57	Название рабочих специальностей. Виды выпускаемой продукции Формы обращения с вопросами. С/Р игра «На предприятии»	1	11.05
Экономика домашнего хозяйства-5часов			
58	Деньги .Их назначение и значение в нашей жизни Бюджет семьи. Источники доходов	1	17.05
59	Практическая работа. Определение(подсчет)доходов семьи.	1	18.05
60	Годовая проверочная работа	1	24.05
61	Доверенность на получение З/П. Упражнение в написании доверенности	1	25.05

4 урока по расписанию выпали на праздничные дни.