

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 9-10классов 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.