

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Окунёво»

РАССМОТРЕНО
на методическом
совете школы
протокол № 1
от 31.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР



Н.В.Замякина
31.08.2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы



Н.П.Кукушкина
31.08.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ ОРИЕНТИРОВКЕ
ДЛЯ 7 КЛАССА
НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(адаптированная основная образовательная программа
для детей с умственной отсталостью)

68 часов в год, 2 часа в неделю

Разработчик программы
учитель физики и технологии
Пясунов А.М.
педагогический стаж 10 лет,
первая квалификационная категория

2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по СБО в 7 классе составлена на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. М: ВЛАДОС 2011 г.

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня общего развития учащихся.

Цель: Расширение социального пространства детей с умственной отсталостью на основе реализации программы «Социально-бытовая ориентировка».

Задачи:

- формирование знаний и умений, способствующих их социальной адаптации, повышению уровня общего развития.
- коррекция речемыслительной деятельности путем вовлечения в сюжетно- ролевые игры, познавательные экскурсии.
- воспитание положительных качеств личности.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений и возможностей. Материал программы расположен, по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

«Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Требования к уровню подготовки учащихся:

Личная гигиена

Учащиеся должны иметь представление о

- значении правильного режима жизни и рационального питания для здорового подростка;
- назначении индивидуальных предметов личной гигиены;

- необходимости гигиены одежды.

Учащиеся должны знать:

- правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши);
- правила смены одежды и нательного и постельного белья;
- санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Одежда

Учащиеся должны знать:

- 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, стирке вручную и с помощью стиральной машины;
- последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья. Полотенец, скатертей и т.д.;
- назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в химчистку.

Учащиеся должны уметь:

- ремонтировать разорванные места одежды, штопать;
- стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины;
- гладить одежду и белье.

Питание

Учащиеся должны знать:

- способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов;
- последовательность приготовления блюд;
- возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- правила пользования столовыми приборами.

Учащиеся должны уметь:

- готовить обед, закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов и полуфабрикатов);
- готовить третьи блюда;
- оформлять готовые блюда;
- сервировать стол к обеду.

Семья

Учащиеся должны знать:

- различные тихие и подвижные игры.

Учащиеся должны уметь:

- одевать малышей на прогулку;
- объяснять малышам младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие подвижные игры;
- помогать первоклассникам при уборке игрушек.

Культура поведения

Учащиеся должны знать:

- правила поведения при встрече и расставании;
- правила поведения в гостях;
- правила вручения и приема подарков.

Учащиеся должны уметь:

- выбрать подходящую одежду для визита в гости;
- культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.);
- выбирать подарки;
- изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки.

Жилище

Учащиеся должны знать:

- 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;
- правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме;
- правила содержания в доме собаки, кошки, попугая.

Учащиеся должны уметь:

- убирать жилые помещения;
- чистить мебель;
- мыть зеркала и стекла;
- утеплять окна.

Транспорт

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожиданий, комната матери и ребенка);

Учащиеся должны знать:

- функции железнодорожного транспорта;
- виды пассажирских вагонов (общий плацкартный, купейный, мягкий);
- примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния;
- виды справочных служб;
- виды камер хранения; сроки и стоимость хранения багажа.

Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- приобретать билеты в железнодорожной кассе;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.

Торговля

Учащиеся должны иметь представление о

- о назначении промтоварных магазинов;
- о порядке приобретения товаров.

Учащиеся должны знать:

- ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов;
- стоимость отдельных товаров.

Учащиеся должны уметь:

- приобретать некоторые товары в промтоварном магазине;
- подсчитывать стоимость покупок;
- правильно вести себя в магазине.

Средства связи

Учащиеся должны знать:

- перечень предметов, посылаемых бандеролью;
- максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;
- виды и способы упаковки бандеролей.

Учащиеся должны уметь:

- заполнять бланки на отправку бандеролей;
- составлять опись посылаемых предметов;
- упаковывать бандероли.

Медицинская помощь

Учащиеся должны знать:

- состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники);
- правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
- местные лекарственные растения;
- правила обработки раны и наложения повязки меры по предупреждению осложнений после микротравм;
- правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой и компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).

Учащиеся должны уметь:

- пользоваться термометром;
- готовить отвары и настои из лекарственных растений;
- обрабатывать раны и накладывать повязки;
- накладывать временные шины.

Учреждения, организации, предприятия

Учащиеся должны знать:

- местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов;
- названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях;
- виды выпускаемой продукции;
- названия рабочих специальностей.

Учащиеся должны уметь:

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий.

Экономика домашнего хозяйства

Учащиеся должны иметь представление

- о том, какое место занимают деньги в нашей жизни;
- о порядке и условиях получения зарплаты, пенсии;
- о том, сколько денег можно иметь на мелкие расходы.

Учащиеся должны знать:

- говорить ли знакомым и незнакомым о наличие денег в кармане или дома;
- составные части бюджета семьи;
- заработную плату членов семьи.

Учащиеся должны уметь:

- подсчитать бюджет семьи;
- составлять доверенность на получение заработной платы.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена

Личная гигиена подростка. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Одежда

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

Питание

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Культура поведения. Поведение в гостях. Подарки.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (Мягкая обивка, полировка, лак и т.д.). Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Транспорт

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал. и его службы. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение ж/д билетов. Камеры хранения багажа.

Торговля

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

Средства связи

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

Медицинская помощь

Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

Учреждения, организации, предприятия

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты. Экономика домашнего хозяйства. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Личная гигиена	4
3.	Одежда	10
4	Питание	14
5	Семья	3
6	Культура поведения	4
7	Жилище	5
8.	Транспорт	4
9	Торговля	3
10	Средства связи	5
11	Медицинская помощь	6
12	Учреждения, организации и предприятия	2

13.	Экономика домашнего хозяйства	5
14	Повторение	2
	Всего	68

	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	год
количество часов всего	15	15	21	17	68
количество часов теории	12	11	18	14	55
количество часов практики	3	4	3	3	13

Перечень учебно-методического обеспечения

Учебники (автор, название, год издания, кем рекомендован или допущен, издательство)	Методические материалы	Дидактические материалы	Материалы для контроля
Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. - М.: Просвещение, 2005.	программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов (Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАД ОС, 2011)		

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Дата	Тематика	Практические работы	Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь
1	02.09	Введение. Правила безопасности на уроках СБО.		Правила безопасности на уроках СБО.	
2	07.09	Личная гигиена подростка.	Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния	Правила личной гигиены юноши и девушки Правила смены одежды и нательного и постельного белья Санитарно – гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.	Подбирать мыло и шампунь, Правильно использовать индивидуальные предметы личной гигиены
3	09.09	Индивидуальные предметы гигиены.			
4	14.09	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.			
5	16.09	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.			
6	21.09	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат.			
7	23.09	Ремонт одежды, наложение заплат.	Ремонт одежды: штопка и наложение заплат, утюжка Стирка мелких изделий Экскурсия в химчистку, знакомство со стоимостью услуг	Особенности стирки белого и цветного белья Правила пользования моющим средствами (МС) Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды и стирке вручную и с помощью стиральной машинки; Последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. Устройство стиральной машины и правила пользования ею Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг;	Ремонтировать разорванные места одежды Стирать белье в ручную и с помощью стиральной машины Гладить одежду и белье
8	28.09	Практическая работа: ремонт одежды, наложение заплат.			
9	30.09	Использование бытовой техники при стирке белья из х\б тканей.			
10	05.10	Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.			
11	07.10	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.			
12	12.10	Правила и приемы глажения, брюк, спортивной одежды.			
13	14.10	Практическая работа: утюжка белья.			
14	19.10	Практическая работа: глажение брюк.			
15	21.10	«Химчистка». Виды услуг, правила пользования химчисткой.			
16	02.11	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.	Знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми	Способ обработки овощных, рыбных, мясных продуктов. Последовательность приготовления блюд; Возможности использования электробытовых приборов при	Готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов) Пользоваться режущими
17	09.11	Использование механических и			

		электробытовых приборов при приготовлении пищи.	приборами Чтение рецептов и подбор продуктов Приготовление закусок, первых, вторых, третьих блюд Соблюдение правил безопасности при работе с режущими инструментами, электроприборами	приготовлении пищи, правила пользования ими. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи; Правила пользования столовыми приборами.	инструментами, электроприборами Оформлять приготовленные блюда Сервировать стол к обеду
18	11.11	Чтение рецептов и подбор продуктов при приготовлении пищи.			
19	16.11	Запись рецепта приготовления: закуски, первого, второго, третьего блюда из овощей			
20	18.11	Практическая работа: приготовление блюда из овощей			
21	23.11	Запись рецепта из рыбных продуктов			
22	25.11	Практическая работа: приготовление блюда из рыбных продуктов			
23	30.11	Запись рецепта мясных продуктов и полуфабрикатов:			
24	02.12	Практическая работа: приготовление блюда из мясных продуктов или полуфабрикатов			
25	07.12	Запись рецепта 3 блюда: кисель (компот)			
26	09.12	Практическая работа: приготовление киселя (компота)			
27	14.12	Сервировка стола к обеду			
28	16.12	Использование электробытовых приборов при изготовлении пищи			
29	21.12	Правила поведения при использовании электро бытовых приборов			
30	23.12	Помощь родителям: в уходе за младшими детьми - умывание, одевание, обувание, причесывание; - в соблюдении чистоты и порядка в школе, дома.			

31	11.01	Разучивание тихих и подвижных игр			Рассказывать им сказки Петь с ними детские песенки
32	13.01	Разучивание тихих и подвижных игр			
33	18.01	Правила поведения при встрече и расставании	Изготовление несложных сувениров Сюжетная игра «В гости к ...»	Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и приема подарков	Выбрать подходящую одежду для визита в гости Культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.) Выбирать подарки Изготавливать простые сувениры Вручать и принимать подарки
34	20.01	Правила поведения в гостях			
35	25.01	Правила вручения и приема подарков.			
36	27.01	Изготовление сувениров.			
37	01.02	Изготовление сувениров.			
38	03.02	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	Сухая и влажная уборка помещения Чистка мягкой мебели Мытье зеркал Утепление окон	Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения Способы и периодичность ухода за окнами Виды МС, используемых при уборке и мытье окон Способы утепления окон Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме Правила содержания в доме собаки, кошки, попугая Правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытий	Убирать жилые помещения Мыть зеркала и стекла Утеплять окна Чистить мебель
39	08.02	Санитарная обработка помещения в случае необходимости			
40	10.02	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (Мягкая обивка, полировка, лак и т.д.)			
41	15.02	Животные в доме (кошка, собака, попугай)			
42	17.02	Практическая работа: мытье полов			
43	22.02	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.			
44	24.02	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.			
45	01.03	Виды пассажирских вагонов. примерная стоимость проезда до			

		разных пунктов. Формы приобретения ж\д билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.	поезда. И типа вагона, выяснить свои возможности	приобретенного билета	безопасности во время поездки в ж\д транспорте
46	03.03	Экскурсия на вокзал, станцию.			
47	10.03	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. назначение магазинов.	экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки нужного товара	Назначение промтоварных магазинов Порядок приобретения товаров Ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов Стоимость отдельных товаров	Приобрести некоторые товары в промтоварном магазине Подсчитывать стоимость покупок Правильно вести себя в магазине.
48	15.03	Порядок приобретения товара (выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия, примерка обуви, одежды, оплата в кассе, получение чеку, сдачи).			
49	17.03	Экскурсия в промтоварный магазин			
50	22.03	Порядок их опрвления. Упаковка. Стоимость пересылки.	Заполнение бланков на отправку бандероли Упаковка бандероли	Перечень предметов, посылаемых бандеролью Максимальный вес и стоимость посылаемых предметов Виды и способы упаковок	Заполнить бланк на отправку бандероли Составить опись посылаемых предметов Упаковать бандероль Определить стоимость почтовых отправлений
51	24.03	Заполнение бланков	Определение стоимости отправки простых и ценных посылок		
52	05.04	Практическая работа: сбор бандероли, заполнение бланков	Экскурсия на почту		
53	07.04	Экскурсия на почту			
54	12.04	Домашняя аптечка. термометр.	Экскурсия в травмпункт	Состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники) Правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки Местные лекарственные растения Меры по предупреждению переломов Правила обработки раны и наложение повязки	Пользоваться термометром Готовить настои, отвары из лекарственных растений Обрабатывать раны, накладывать повязки, временные шины
55	14.04	Лекарственные растения			
56	19.04	Первая медицинская помощь при травмах, ранах, микротравмах			
57	21.04	Первая медицинская помощь при травмах: вывих, ушиб, перелом.			
58	26.04	Заваривание травяного настоя.			
59	28.04	Практическая работа: наложение повязки на рану, поврежденную конечность.			

				О вреде самолечения Правила оказания первой помощи при ушибах (покой и компресс), растяжениях, вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины)	
60	05.05	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города.	Экскурсия на ближайшее промышленное предприятие (музей) для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями	Местонахождение ближайших промышленных или сельскохозяйственных предприятий Название цехов, отделов, рабочих специальностей Виды выпускаемой продукции Название рабочих специальностей	Обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия
61	12.05	Экскурсия на промышленное предприятие			
62	17.05	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.	Составление доверенности на получение зарплаты, пенсии	Говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома Составление части бюджета семьи Заработная плата членов семьи	Подсчитывать бюджет семьи Составление доверенности на получение зарплаты, пенсии
63	19.05	Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.			
64	24.05	Мелкие расходы.			
65	26.05	Составление доверенности на получение зарплаты, пенсии			
66	27.05	Практическая работа: составление доверенности на получение зарплаты, пенсии			
67	28.05	Повторение материала пройденного за год			
68	31.05	Повторение материала пройденного за год			