

МАОУ «Староартинская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено на заседании
метод.совета
протокол № 10 от 31.05.2021 г.

Утверждаю
Директор школы _____ Л. Г. Бузмакова
пр. № 131-од от 08.06 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Социально-бытовая ориентировка»
для учащихся 7 класса, обучающихся по
адаптированной общеобразовательной программе

Учитель: Черепанова Светлана Николаевна

2021 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» для 7 класса составлена на основании **нормативно-правовых документов**:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии (приказ Министерства образования Российской Федерации от 10 апреля 2002 г. № 29/2065 – п);
- Федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательной деятельности в общеобразовательных учреждениях на текущий учебный год;
- Авторской программы В.И. Романиной, Н.Л. Павловой «Социально-бытовая ориентировка» для 6 класса специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида», сборник 1 под ред. В.В. Воронковой, М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011г.;
- Общеобразовательной программы МАОУ «Староартинская СОШ».

Цель предмета: практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи предмета:

- научить обучающихся, воспитанников правилам ведения семейного хозяйства;
- формировать знания о семейной жизни, необходимые бытовые умения и навыки;
- корректировать личностное развитие обучающегося, воспитанника и подготавливать его к самостоятельной жизни.

Реализация содержания учебного предмета в рабочей программе ориентирована на работу с пособием:

- Социально-бытовая ориентировка. 7 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида / Субчева В.П. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.

Предмет «Социально-бытовая ориентировка» изучается 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения данного курса **обучающиеся должны знать:**

- Правила соблюдения личной гигиены подростка;
- Правила смены одежды, нательного и постельного белья;
- Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом;
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
- Способы и периодичность ухода за окнами;
- Виды моющих средств;
- Способы утепления окон;
- Правила ухода за мебелью;
- Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме;

- Правила содержания домашних животных и птиц;
- Правила поведения при встрече и расставании;
- Правила поведения в гостях;
- Правила вручения и приема подарков;
- Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов;
- Последовательность приготовления блюд;
- Правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их;
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи;
- правила пользования столовыми приборами;
- Состав домашней аптечки;
- Правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
- Местные лекарственные растения;
- Правила обработки ран и наложение повязки;
- Меры по предупреждению осложнений;
- Правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах;
- Особенности стирки цветного и белого белья;
- Правила пользования моющими средствами, устройство и правила пользования стиральной машиной;
- Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины;
- Последовательность и особенности утюжки белья и одежды;
- Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку;
- Ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов, стоимость отдельных товаров, приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине;
- Перечень предметов, посылаемых бандеролью, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки бандеролей.

Обучающиеся должны уметь:

- Одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать первоклассникам при уборке игрушек.
- Убирать жилые помещения, чистить мебель, мыть зеркала и стекла, утеплять окна.
- Выбирать подходящую одежду для визита в гости, культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.
- Готовить обед, готовить третьи блюда, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду.
- Пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки, накладывать временные шины.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить белье и одежду.

- Приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине.
- Заполнять бланки на отправку бандеролей, составлять опись посылаемых предметов, упаковывать бандероли.

Содержание учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка»

7 класс

(68 часов, 2 часа в неделю)

Личная гигиена

Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. Уход за кожей и волосами. Гигиена зрения. О вреде алкоголя и курения.

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. Заплата нашивная и декоративная. Бытовая техника для стирки белья.

Практическая работа:

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

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. Составление меню завтрака, обеда, ужина.

Практическая работа:

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. «Тихие» игры для детей. Подвижные игры для детей. Современная семья и её особенности.

Практические работы:

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.

Разучивание тихих и подвижных игр.

Проведение игр с детьми младшего возраста.

Культура поведения

Поведение в гостях. Подарки. Правила приглашения в гости. Правила приёма гостей. Правила поведения за столом. Правила приёма пищи.

Практическая работа:

Изготовление несложных сувениров.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.

Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). Животные в доме (кошка, собака, попугай). Уход за окнами и зеркалами. Способы и средства ухода за полом.

Практическая работа:

Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

Транспорт

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

Торговля

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

Экскурсия

Экскурсия в промтоварный магазин.

Средства связи

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

Практические работы:

Заполнение бланков на отправку бандеролей.

Упаковка бандеролей.

Экскурсия

На почту.

Медицинская помощь

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

Практические работы:

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность.

Заваривание травяного настоя.

Учреждения, организации, предприятия

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экскурсии

Экскурсии на промышленные предприятия или 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.

Практические работы:

Упражнения по определению доходов семьи.

Составление доверенности на получение зарплаты.

Формы организации учебных занятий и основные виды учебной деятельности

Основной формой организации учебной деятельности является урок. Ведущей формой работы учителя с учениками на уроке является фронтальная работа при осуществлении дифференцированного и индивидуального подхода.

Кроме традиционных уроков, для успешного усвоения содержания учебного предмета, рабочая программа предусматривает экскурсии и проведение практических занятий, на которых учащиеся отрабатывают необходимые социальные умения и навыки.

Основными методами работы с учащимися при изучении нового материала являются беседа и комментированное чтение, которые позволяют выявить уже имеющиеся у обучающихся представления по обсуждаемому вопросу, скорректировать и дополнить их, активизировать познавательную активность, речевую деятельность, внимание школьников.

Основные виды учебной деятельности обучающихся включают в себя:

рассказ; выборочное объяснительное чтение текста учебной книги; получение и осмысление информации из разнообразных источников; составление рассказа по картине; пересказ; ответы на вопросы и формулирование вопросов; комментированное чтение текста; участие в играх; составление простого плана.

С целью индивидуализации обучения и успешного усвоения обучающимися учебного материала, рабочая программа предусматривает использование на уроках следующих направлений коррекционно-педагогической работы:

- создание особой благоприятной психологической обстановки и щадящего режима;
- использование приемов и методов обучения, адекватных образовательным возможностям учащегося;
- сокращение объема учебного материала за счет второстепенного материала и высвобождение времени на ликвидацию пробелов в знаниях и умениях учащихся;
- активизация работы по предупреждению ошибок: возникшие ошибки не просто исправлять, а обязательно разбирать совместно с учеником;
- учет особенностей психического развития, причин трудностей обучения (в случаях, когда по своему психическому состоянию ученик не в силах работать на данном уроке, предусматривается объяснение учебного материала на индивидуальных занятиях);
- детализирование и постепенное усложнение учебного материала, использование способов облегчения трудных заданий:
 - дополнительные наводящие вопросы;
 - планы, опорные схемы и др.

Тематическое планирование

7 класс

Социально-бытовая ориентировка

(68 часов, 2 часов в неделю)

№ урока	Наименование раздела и тема урока	Кол-во часов
1	Введение. Задачи обучения в предстоящем учебном году. Охрана труда. Техника безопасности.	1
Личная гигиена (7 час)		
2	Личная гигиена подростка.	1
3	Уход за кожей и волосами.	1
4	Гигиена зрения	1
5	Индивидуальные предметы гигиены.	1

6	Правила сохранения чистоты и здоровья человека.	1
7	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1
8	О вреде алкоголя и курения.	1
Одежда (7 час)		
9	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. <i>Практическая работа:</i> Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.	1
10	Заплата нашивная и декоративная.	1
11	Бытовая техника для стирки белья.	1
12	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. <i>Практическая работа:</i> Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.	1
13-14	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	2
15	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
Питание (8 час)		
16	Приготовление пищи: обед.	1
17-19	Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. <i>Практическая работа:</i> Приготовление закусок, первых, вторых блюд.	3
20-22	Третьи блюда: салаты, кисель, компот. <i>Практическая работа:</i> Приготовление третьих блюд.	3
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
24	Сервировка стола к обеду.	1
25	Составление меню завтрака, обеда, ужина.	1
Семья (4 час)		
26	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. <i>Практическая работа:</i> Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.	1
27	«Тихие» игры для детей. <i>Практическая работа:</i> Разучивание тихих игр.	1
28	Подвижные игры для детей. <i>Практическая работа:</i> Разучивание подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.	1
29	Современная семья и её особенности.	1
Культура поведения (6 час)		
30	Поведение в гостях.	1
31	Подарки. <i>Практическая работа:</i> Изготовление несложных сувениров.	1
32	Правила приглашения в гости.	1
33	Правила приёма гостей.	1
34	Правила поведения за столом.	1
35	Правила приёма пищи.	1

Жилище (8 час)		
36	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	1
37	Подготовка квартиры к зиме, лету.	1
38-39	Санитарная обработка помещения в случае необходимости. <u>Практическая работа:</u> Уборка помещения.	2
40	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). <u>Практическая работа:</u> Чистка мягкой мебели.	1
41	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
42	Уход за окнами и зеркалами. <u>Практическая работа:</u> Мытье зеркал, утепление окон.	1
43	Способы и средства ухода за полом.	1
Транспорт (4 час)		
44	Междугородный железнодорожный транспорт.	1
45	Вокзал и его службы. Расписание поездов.	1
46	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов.	1
47	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1
Торговля (4 час)		
48	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	1
49	Назначение магазинов.	1
50	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. <u>Экскурсия</u> Экскурсия в промтоварный магазин.	1
51	Срок годности товара.	1
Средства связи (3 час)		
52	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).	1
53	Порядок отправления бандеролей. Упаковка. <u>Практическая работа:</u> Упаковка бандеролей.	1
54	Стоимость пересылки. Заполнение бланков. <u>Практическая работа:</u> Заполнение бланков на отправку бандеролей. <u>Экскурсия</u> на почту.	1
Медицинская помощь (7 час)		
55	Домашняя аптечка. Термометр.	1
56-57	Лекарственные растения. <u>Практическая работа:</u> Заваривание травяного настоя.	2
58-59	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах. <u>Практическая работа:</u> Упражнения в наложении повязок на рану	2
60-61	Первая помощь при вывихах, переломах. <u>Практическая работа:</u> Упражнения в наложении повязок на поврежденную конечность. Экскурсия в медпункт.	2
Учреждения, организации, предприятия (2 час)		

62-63	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. <u>Экскурсии:</u> Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.	2
Экономика домашнего хозяйства (5 час)		
64	Деньги (монета, купюра, валюта).	1
65	Назначение денег и их значение в нашей жизни.	1
66	Бюджет семьи.	1
67	Источники дохода. <u>Практическая работа:</u> Упражнения по определению доходов семьи.	1
68	Заработная плата членов семьи, пенсия. <u>Практическая работа:</u> Составление доверенности на получение зарплаты.	1

