

 **Рабочая программа**

**по Социально-бытовой ориентировке**

адаптированная программа VIII вида

**7 класс**

**Составитель РП :**

 **Галейдина Татьяна Владимировна**

**учитель технологии**

**2019 год**

 **Содержание и требования к уровню подготовки учащихся по предмету Социально –Бытовая Ориентировка. 7 класс**

В Программе по СБО даны четкие указания, каким должен быть результат работы. По каждому разделу выделены основные требования к знаниям и умениям. В результате изучения Социально-бытовой ориентировки ученик должен знать, уметь и иметь представление:

**Личная гигиена.**

1.Личная гигиена подростка.

Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.

2. Гигиена одежды, нетельного и постельного белья.

***Учащиеся должны иметь представление о***

* Значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка;
* Назначении индивидуальных предметов личной гигиены;
* Необходимости гигиены одежды.

***Учащиеся должны знать***

* Правила соблюдения личной гигиены подростка;
* Правила смены одежды и нательного и постельного белья;
* Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

**Одежда.**

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.

2.Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.

3. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.

4. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

**Практические работы:**

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную.

***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 ими услуг;
* Правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

 ***Учащиеся должны уметь:***

* Ремонтировать разорванные места одежды, штопать;
* Стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины;
* Гладить одежду и белье;

**Питание.**

1.Приготов

ление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.

2. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.

3.Сервировка стола к обеду.

**Практическая работа**

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

***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, консервированных продуктов и полуфабрикатов);
* Готовить третьи блюда;
* Оформлять готовые блюда;
* Сервировать стол к обеду.

**Семья.**

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

**Практические работы**

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.

Разучивание тихих подвижных игр.

Проведение игр с детьми младшего возраста.

***Учащиеся должны знать:***

* различные тихие и подвижные игры

 ***Учащиеся 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.

**Культура поведения.**

1. Поведение в гостях.

2. Подарки.

**Практическая работа**

Изготовление несложных сувениров.

 ***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.**

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

2. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.

3.Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкия обивка, полировка, лак и др.).

4.Животные в доме (кошка, собака, попугай).

**Практическая работа**

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

 ***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.**

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

2. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа..

**Экскурсия**

Экскурсия на железнодорожный вокзал, стацию.

***Учащиеся должны иметь представление о***

* назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожиданий, комната матери и ребенка;
* порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону);
* порядке сдачи и получения багажа в камере хранения.

***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.**

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.

2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

**Экскурсия**

Экскурсия в промтоварный магазин.

***Учащиеся должны иметь представление о***

* назначении промтоварных магазинов;
* порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону);
* 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.**

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

2. Заполнение бланков

**Практические работы**

Заполнение бланков на отправку бандеролей.

Упаковка бандеролей.

**Экскурсия**

На почту

 ***Учащиеся должны знать:***

* перечень предметов, посылаемых бандеролью;
* максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;
* виды и способы упакоки бандеролей.

 ***Учащиеся должны уметь:***

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

**Медицинская помощь.**

1. Домашняя аптечка. Термометр.

2. Лекарственные растения.

3. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

**Практические работы**

Упражнения в наложениях повязок на рану, поврежденную конечность.

Заваривание травяного настоя.

***Учащиеся должны иметь представление о***

* вреде самолечения.

 ***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 и накладывать повязки;
* накладывать временные шины.

**Учреждения, организации, предприятия.**

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

**Экскурсии**

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

 ***Учащиеся должны знать:***

* местонахождение ближайших промышленных предпритий или сельскохозяйственных объектов;
* названия цехов и отделов, имеющихся на предприятиях;
* виды выпускаемой продукции;
* названия рабочих специальностей.

 ***Учащиеся должны уметь:***

* обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Экономика домашнего хозяйства.**

1. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни..

2. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.

3.Мелкие расходы.

**Практические работы**

Упражнения по определению доходов семьи.

Составление доверенности на получение зарплаты.

***Учащиеся должны иметь представление о***

* том, какое место занимают деньги в нашей жизни;
* порядке и условиях получения зарплаты, пенсии;
* 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:***

* подсчитывать бюджет семьи;
* составлять доверенность на получение заработной платы.

**Календарно-тематическое планирование по Социально –Бытовой Ориентировке. 7 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока п./п. в четверти) | Тема раздела | тема урока | Виды деятельности(элементы содержания) |
|  |  | **1 ЧЕТВЕРТЬ-16 ч.** |  |
| **1** |  | Введение. | Текущий контроль. |
| **2** | **Личная гигиена** | 1.Личная гигиена подростка. | Контроль действий учащихся. Оценка качества выполненной работы.Контроль за уборкой помещения |
| **3** | 2.Индивидуальные предметы гигиены.  | . Оценка качества выполненной работы.Контроль за уборкой помещения |
| **4** | 3.Правила сохранения чистоты и здоровья тела | Оценка качества выполненной работы.Контроль за уборкой помещения |
| **5** | 4.Гигиена одежды, нательного и постельного белья | Текущий контроль. Проверка записи меню. |
| **6** | 5.Гигиена одежды, нетельного и постельного белья | Текущий контроль. |
| **7** | **6.Контрольные задания** | Фронтальный опрос. Контроль записи.. |
| **8** | **Одежда** | 1.Ремонт разорванных мест одежды, штопка | Проверка практической работы. Оценка качества выполненной работы. |
| **9** | 2.Ремонт разорванных мест одежды, штопка | Ответы на вопросы, взаимопроверка записи |
| **10** | 3.Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. | Контроль действий учащихся. Оценка качества выполненной работы. |
| **11** | 4.Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. | Фронтальный опрос. Контроль знаний учащихся.Напиши о своей семье. |
| **12** | 5.Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. | Опрос. Текущий контроль.Составьте рассказ «Моя семья». |
| **13** | 6.Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. | Контроль действий учащихся.Расскажите, как можно устроить семейный праздник. Расскажите о традициях вашей семьи. |
| **14** | **Одежда** | 7.«Химчистка». Виды услуг. Правила пользования. | Текущий опрос. Контроль знаний учащихся. |
| **15** | **8.Контрольные задания** | Ответы на вопросы. Текущий контроль. Тестирование учащихся психологом «Дайте правильную оценку поведению человека». |
| **16** | **Питание.** | 1.Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.  | Ответы на вопросы.Текущий контроль. |
| № урока п./п.  | Тема раздела | тема урока | Виды деятельности(элементы содержания) |
|  |  | ***II четверть- 16 ч.*** |  |
| **17**  | **Питание.** | 2.Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. | Ответы на вопросы. |
| **18** | 3.Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | Текущий контроль. |
| **19(1)** | 4.Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | Ответы на вопросы. |
| **20(2)** | 5Сервировка стола к обеду. | Текущий контроль. Оценка качества выполненной работы. |
| **21(3)** | **6.Контрольные задания** | Текущий контроль. |
| **22(4)** | **Семья.**  | 1.Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. | Опрос. . Оценка качества выполненной работы. |
| **23(5)** | 2.Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. | Расскажите, как вы сохраняете свое жилье. |
| **24(6)** | 3.Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. | Контроль знаний учащихся |
| **25(7)** | **4.Контрольные задания** | Контроль действий. Отчет о проделанной работе. Результативность. |
| **27(8)** | **Культура поведения.**  | 1.Поведение в гостях. | Контроль записи в тетради |
| **28(9)** | 2.Поведение в гостях. | Фронтальный опро учащихся. Запись в тетради. |
| **29(10)** | 3.Подарки | Контроль за поведением учащихся на экскурсии. |
| **29(11)** | 4.Подарки | Фронтальный опрос. Контроль знаний учащихся. |
| **30(12)** | 5.Подарки | Контроль записи учащихся |
| **31(13)** | 6.Подарки | Расскажите, где и на какой ярмарке вы были, что и как покупали. |
| **32(14)** | **7.Контрольные задания** | Контроль за поведением учащихся на экскурсии.Составление альбома «Торговля». |
|  |  | ***III четверть-20 ч.*** |  |
| **33(1)** | **Жилище.**  | 1.Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. | Оценка качества выполненной работы |
| № урока п./п.  | Тема раздела | тема урока | Виды деятельности(элементы содержания) |
| **34(2)** |  | 2.Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. | Фронтальный опрос. Проверка качества знаний учащихся. |
| **35(3)** | 3.Санитарная обработка помещения в случае необходимости. | Ответы на вопросы. Самостоятельная работа. Оценка качества выполненной работы. |
| **36(4)** | 4.Санитарная обработка помещения в случае необходимости. | Фронтальный опрос. Контроль записи в тетради..  |
| **37(5)** | 5.Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкия обивка, полировка, лак и др.). | Ответы на вопросы. Рефлексия. |
| **38(6)** | 6.Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкия обивка, полировка, лак и др.). | Фронтальный опрос. Контроль действий учащихся в игре. |
| **39(7)** | 7.Животные в доме (кошка, собака, попугай). | Текущий контроль. Результативность. |
| **40(8)** | **8.Контрольные задания** | Текущий контроль |
| **41(9)** | **Транспорт.**  |  1.Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. | Текущий контроль. |
| **42(10)** | **Транспорт.** | 2.Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.. | Узнайте, какие профессии у работников службы быта. Расскажите, какие виды услуг оказывают службы быта |
| **43(11)** | **3.Контрольные задания** | Контроль за поведением учащихся на экскурсии. |
| **44(12)** | **Торговля.**  | 1.Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов | Узнайте адреса предприятий бытового обслуживания в районе и запишите в тетради по СБО. |
| **45(13)** | 2.Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. | Фронтальный опрос. Проверка качества знаний учащихся. |
| **46(14)** | 3.Экскурсия в промтоварный магазин | Контроль качества знаний учащихся. |
| **47(15)** | **4.Контрольные задания** | Текущий контроль |
| **48(16)** | **Средства связи.** | 1.Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | Текущий контроль |
| **49(17)** |  | 2.Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | Контроль за поведением учащихся на экскурсии. |
| № урока п./п.  | Тема раздела | тема урока  | Виды деятельности(элементы содержания) |
| **50(18)** |  | 3.Заполнение бланков | Запись необходимого материала в тетради по СБО |
| **51(19)** | 4.Экскурсия на почту | Контроль за деятельностью учащихся. |
| **52(20)** | **5.Контрольные задания** | Контроль действий учащихся. |
|  |  | ***IVчетверть-16 ч.*** |  |
| **53(1)** | **Медицинская помощь** | 1.Домашняя аптечка. Термометр. | Контроль за выполнением упражнений. |
| **54(2)** | 2.Лекарственные растения. | Проверка действий учащихся. Оценка качества выполненной работы.Напишите дома заявление на отпуск. |
| **55(3)** | **Медицинская помощь** | 3.Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | Фронтальный опрос. Проверка действий учащихся.Оценка качества выполненной работы. |
| **56(4)** | 4.Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | Текущий контроль. Оценка качества выполненной работы. |
| **57(5)** | **5.Контрольные задания** | Индивидуальный опрос. Анкетирование учащихся школьным психологом. |
| **58(6)** | **Учреждения, организации, предприятия.** | 1.Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. | Контроль за поведением учащихся на экскурсии.Запись необходимого материала в тетради по СБО. |
| **59(7)** | 2.Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты. | Проверка действий учащихся. Оценка качества выполненной работы. |
| **60(8)** | **3.Контрольные задания** | Фронтальный опрос. Проверка действий учащихся.Оценка качества выполненной работы. |
| **61(9)** | **Экономика домашнего хозяйства.** | 1.. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.  | Текущий контроль. Оценка качества выполненной работы. |
| **62(10)** | 2.Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. | Индивидуальный опрос. Анкетирование учащихся школьным психологом. |
| **63(11)** | 3.Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. | Упражнения по определению доходов семьи. |
| **64(12)** | 4.Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. | Составление доверенности на получение зарплаты. |
| **65(13)** | 5.Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. | Текущий контроль. Оценка качества выполненной работы. |
| **66(14)** | 6.Мелкие расходы. | Итоговый контроль знаний |
| **67(15)** | **7.Контрольные задания** |  |
| **68(16)** |  | **Итоговая контрольная работа** |  |