**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Прииртышская средняя общеобразовательная школа»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «Социально-бытовая ориентировка»**

для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе ООО

для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

7 класс

на 2019-2020 учебный год

Составитель программы: Гаманюк Зульфия Равильевна,

учитель высшей категории

п.Прииртышский

2019 год

Рабочая программа по социально – бытовой ориентировке 7 класс основана на программе специальных (коррекционных) образовательных школ VIII вида:5-9 классы: В 2 сб./ под редакцией В.В.Воронковой, - М: ВЛАДОС, 2014 г.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

**ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

 ***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 (девушки юноши);

-правила смены одежды и нательного и постельного белья;

-санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расчёской, мочалкой, душем, ванной, унитазом

**ОДЕЖДА**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать***:

-особенности стирки белого и цветного 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 бельё.

**ПИТАНИЕ**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***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.

- 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**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***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**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать:***

-правила поведения при встрече и расставании;

- правила поведения в гостях;

-правила вручения и приёма 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**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***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 стёкла;

- утеплять окна.

**ТРАНСПОРТ**

**Учащиеся должны иметь представление о**

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

- порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону);

- порядке сдачи и получении багажа в камере хранения.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***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**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

**Учащиеся должны иметь представление**

- о назначении промтоварных магазинов;

- о порядке приобретении 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**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать:***

-перечень предметов, посылаемых бандеролью;

-максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;

-виды и способы упаковки бандероли

***Учащиеся должны уметь***:

**-** заполнять бланки на отправку бандеролей;

- составлять опись посылаемых предметов;

- упаковывать бандероли.

**МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

**Учащиеся должны иметь представление о**

**-** вреде самолечения;

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***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 И ПРЕДПРИЯТИЯ**

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать:***

-местонахождение ближайших промышленных предприятий и сельскохозяйственных объектов;

-название цехов и отделов, имеющихся на предприятиях;

-виды выпускаемой продукции;

-названия рабочих специальностей

***Учащиеся должны уметь***:

**-** уметь обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий

**ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА**

**Учащиеся должны иметь представление о**

**-** том, какое занимают деньги в нашей жизни;

- порядок и условия получения зарплаты, пенсии;

-том, сколько денег можно иметь на мелкие расходы.

**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать:***

- говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома;

- составные части бюджета семьи;

- заработанную плату членов семьи.

***Учащиеся должны уметь***:

-подсчитывать бюджет семьи;

-составлять доверенность на получение заработной платы.

**Содержание учебного предмета СБО**

**1 Раздел: ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА**

**Тематика**

1. Личная гигиена подростка.

 Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.

2. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

 **2 Раздел: ОДЕЖДА**

**Тематика**

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:**

1. ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

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

**Экскурсия.**

Экскурсия в химчистку.

 **3 Раздел: ПИТАНИЕ**

**Тематика**

1. Приготовление 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.

**Практические работы:**

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

**4 Раздел: СЕМЬЯ**

**Тематика**

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

**Практические работы:**

1. Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.

2. Разучивание тихих и подвижных игр.

3. Проведение игр с детьми младшего возраста.

**5 Раздел: КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ**

**Тематика**

1. Поведение в гостях.

2. Подарки.

**Практическая работа:**

Изготовление несложных сувениров.

**6 Раздел: ЖИЛИЩЕ**

**Тематика**

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

2. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.

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

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

**Практическая работа:**

Уборка помещения. Чистка мягкой мебели, мытьё зеркал, утепление окон.

**7 Раздел: ТРАНСПОРТ**

**Тематика**

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

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

**Экскурсия.**

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

**8 Раздел: ТОРГОВЛЯ**

**Тематика**

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

2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

**Экскурсия.**

Экскурсия в промтоварный магазин.

**9 Раздел: СРЕДСТВА СВЯЗИ**

**Тематика**

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

2. Заполнение бланков.

**Практические работы:**

1. Заполнение бланков на отправку бандеролей.

2.Упаковка бандеролей.

**Экскурсия.**

 На почту.

**10 Раздел: МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

**Тематика**

1. Домашняя аптечка. Термометр.

2. Лекарственные растения.

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

**Практические работы:**

1. Упражнение в наложении повязок на рану, повреждённую конечность.

2. Заваривание травяного настоя.

**11 Раздел: УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ**

**Тематика**

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности

**Экскурсии.**

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты

**12 Раздел: ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА**

**Тематика**

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:**

1. Упражнения по определению доходов семьи.

2. Составление доверенности на получение зарплаты.

**Приложение**

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п.** | **Тема урока** | **Практическая работа** | **Количество часов** |
| **1** | Введение. |  | 0,25 |
|  | **Личная гигиена** |  |
| **2** | Личная гигиена подростка. |  | 0,25 |
| Индивидуальные предметы гигиены.  |  |  |
| **3** | Правила сохранения чистоты и здоровья тела |  | 0,25 |
| Гигиена одежды, нетельного и постельного белья |  |  |
| **4** | Гигиена одежды, нетельного и постельного белья |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Одежда.** |  |
| **5** | Ремонт разорванных мест одежды, штопка |  | 0,25 |
| **6** | Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. |  | 0,25 |
| **7** | Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. |  | 0,25 |
| **8** | «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования. |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
| **Питание.** |  |
| **9** | Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.  |  | 0,25 |
| Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. |  |  |
| **10** | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. |  | 0,25 |
| **11** | Сервировка стола к обеду. |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Семья.** |  |
| **12** | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. |  | 0,25 |
| **13** | **Контрольные задания** |  | 0,25 |
|  | **Культура поведения.** |  |
| **14** | Поведение в гостях. |  | 0,25 |
| **15** | Подарки |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Жилище.** |  |
| **16** | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. |  | 0,25 |
| Санитарная обработка помещения в случае необходимости. |  | 0,25 |
| **17** | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкия обивка, полировка, лак и др.). |  | 0,25 |
| **18** | Животные в доме (кошка, собака, попугай). |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Транспорт.** |  |
| **19** |  Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. |  | 0,25 |
| **20** | Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.. |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Торговля.** |  |
| **21** | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов |  | 0,25 |
| Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. |  |  |
| **22** | Экскурсия в промтоварный магазин |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Средства связи.** |  |
| **23** | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. |  | 0,25 |
| Заполнение бланков | Заполнение бланков на отправку бандеролей. |  |
| **24** | Экскурсия на почту |  | 0,25 |
| **Контрольные задания** |  |  |
|  | **Медицинская помощь.** |  |
| **25** | Домашняя аптечка. Термометр. |  | 0,25 |
| Лекарственные растения. | Заваривание травяного настоя. |  |
| **26** | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. |  | 0,25 |
| **27** | **Контрольные задания** |  | 0,25 |
|  | **Учреждения, организации, предприятия.** |  |
| **28** | Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. |  | 0,25 |
| **29** | Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты. |  | 0,25 |
| **30** | **Контрольные задания** |  | 0,25 |
|  | **Экономика домашнего хозяйства.** |  |
| **31** |  Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.  |  | 0,25 |
| **32** | Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. |  | 0,25 |
| **33** | Мелкие расходы. |  | 0,25 |
| **34** | **Итоговая контрольная работа** |  | 0,25 |