


Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
основная общеобразовательная школа № 21
д. Новобалтурина

«Рассмотрено»
Руководитель МО



Протокол № 5 от
« 10 » 08 2021 г.

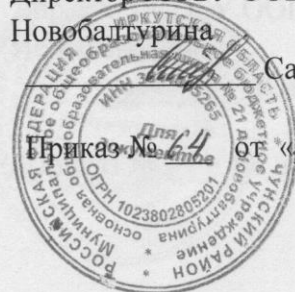
«Согласовано»
Заместителем директора по УВР
МОБУ ООШ №21 д. Новобалтурина

Котлова М.Ф.

« 12 » 08 2021 г.

«Утверждаю»
Директор МОБУ ООШ №21 д.
Новобалтурина

 Сакулина И. И

Приказ № 64 от « 12 » 08 2021 г.



Рабочая программа
по адаптированной основной общеобразовательной программе
основного общего образования
по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
8-9 классы

Разработала: Н.И. Рукосуева

Рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» для 8-9 классов составлена на основе требуемых планируемых результатов основной общеобразовательной программы основного общего образования МОБУ ООШ № 21 д.Новобалтурина.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

8-9 классы

8 класс

Личностными результатами изучения курса являются:

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)

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социальноценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

-владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий—исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

I. Обучающиеся узнают:

-Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов в прок.

-Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки.

-Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.

-Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.

-Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.

-Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно-гигиенические требования к данным помещениям.

-Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.

-Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.

-Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления.

-Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи.

-Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

2. Обучающиеся научатся:

-Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки в прок.

-Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.

-Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.

-Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.

-Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения и духи.

-Мыть кафельные стены, чистить раковины.

-Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.

-Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.

-Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.

-Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

-Обращаться с вопросами и просьбами к работникам школы.

-Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанке.

9класс

Личностными результатами изучения курса являются:

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).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социальноценных личностных инравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

- владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий— исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

- получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполаганияи планированияпредстоящегопрактическогодействия,прогнозирования,отбораоптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную

информацию.

1. Обучающиеся узнают:

- Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- Основные виды семейных отношений, формы организации и отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

2. Обучающиеся научатся:

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ:

8 КЛАСС

Личная гигиена

Тематика.

Значение косметики для девушек и юношей. Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств.

Практическая работа.

Косметические, дезинфицирующие средства (профилактика появления прыщей).

Учащиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица;
- приёмы нанесения косметических средств на лицо и шею.

Учащиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук и ног;
- использовать подручные средства дополнительно к кремам и лосьонам;
- в меру пользоваться косметикой и парфюмерией.

Одежда и обувь

Тематика.

1. Ручная стирка и сушка изделий из шерстяных и синтетических тканей.
2. Глажение фасонного белья.

Практическая работа.

Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Учащиеся должны знать:

- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность глажения изделий.

Учащиеся должны уметь:

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- гладить блузки, рубашки, платья.

Питание

Тематика.

1. Приготовление изделий из теста.
2. Консервирование, квашение овощей, фруктов и ягод.
3. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.

Практическая работа.

Приготовление блинов, печенья из песочного теста. Квашение белокочанной капусты.

Приготовление варения из яблок. Приготовление варенья из тыквы (кабачка).

Учащиеся должны знать:

- способы и последовательность приготовления из теста;
- способы и последовательность соления и квашения овощей;
- способы варки варения из фруктов и ягод.

Учащиеся должны уметь:

- готовить изделия из разных видов теста;
- оформлять эти изделия;
- солить овощи, варить варенье;
- составлять меню завтрака, обеда, ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.

Семья

Тематика.

Правила ухода за грудным ребёнком (санитарно – гигиенические требования по содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды ребёнка).

Практическая работа.

Знакомство с предметами ухода за новорожденным ребёнком. Упражнение в измерение температуры, купание, одевание и пеленание, укачивание, прогулка с ребёнком. Стирка детского белья, мытьё посуды и игрушек.

Тестирование по теме.

Учащиеся должны знать:

- правила ухода за грудным ребёнком;
- санитарно – гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды ребёнка;
- предметы ухода за новорожденным ребёнком;
- состав аптечки матери ребёнка.

Учащиеся должны уметь:

- ухаживать за новорожденным ребёнком;
- содержать в надлежащем порядке вещи маленького ребёнка;
- пользоваться предметами из аптечки матери и ребёнка.

Культура поведения

Тематика.

1. Культура общения юноши и девушки.

2. Внешний вид молодых людей.

Практическая работа (сюжетно – ролевые игры).

1. «Знакомство на дискотеке».

2. «Первое свидание».

Учащиеся должны знать:

- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах, дома;
- требование к внешнему виду молодых людей.

Учащиеся должны уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, дома;
- выбирать косметические средства и украшения;

Подбирать причёску одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер данного мероприятия.

Жилище

Тематика.

1. Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.

2. Моющие средства и приспособления для уборки кухни, санузла (ванна, туалет, раковина). Правила мытья кафеля.

3. Оплата коммунальных услуг.

Практическая работа.

1. Уборка кухни и ванной комнаты.

2. Расчёт электроэнергии и газа – снятие показания счётчика и заполнение квитанций.

Учащиеся должны знать:

- правила и периодичность уборки кухни и санузла;
- моющие средства для приспособления для кухни и санузла;
- правила техники безопасности при работе с моющими и чистящими средствами;
- правила мытья кафельных стен;
- моющие средства и приспособления;
- как производить оплату жилой площади и коммунальных услуг.

Учащиеся должны уметь:

- производить уборку кухни и санузла соблюдая правила техники безопасности при работе с препаратами бытовой химии,
- производить оплату жилой площади и коммунальных услуг.

Транспорт

Тематика.

1. Международный автотранспорт. Автовокзал. Расписание маршрутов. Порядок приобретения и стоимость билетов.

2. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов.

Практическая работа (сюжетно – ролевая игра).

«Поездка в гости».

Учащиеся должны знать:

- основные автобусные маршруты;
- основные маршруты водного транспорта.

Учащиеся должны уметь:

- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- покупать билет;
- обращаться за справкой.

Торговля

Тематика.

1. Специализированные магазины (книжный, спортивный, продуктовый, вещевой...).

2. Правила поведения в магазине.

Практическая работа.

Экскурсия в магазин. Упражнение в подсчёте и стоимости покупок.

Учащиеся должны знать:

- Специализированные магазины;
- правила поведения в магазине.

Учащиеся должны уметь:

- приобретать товары по сниженным ценам, делать покупки в специализированных магазинах;
- вежливо обращаться к продавцу.

Средства связи

Тематика.

1. Телефон. Пользование городским (таксофоном), квартирным и сотовым телефоном. Абонентская плата.

2. Вызов экстренных служб по телефонам.

3. Культура общения по телефону. Пользование телефонным справочником.

Учащиеся должны знать:

- правила пользования различными телефонами;
- что такое абонентская плата;
- правила общения по телефону;
- номера телефонов экстренных служб – 01; 02; 03;04.

Учащиеся должны уметь:

- общаться по телефону;
- пользоваться сотовым, домашним телефоном, городским таксофоном;
- вызвать в случае необходимости экстренные службы по телефонам 01; 02; 03; 04

Медицинская помощь

Тематика.

1. Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обморожение, отравление, тепловой и солнечный удары).

2. Глистные заболевания и их меры предупреждения.

Практическая работа.

Оказание помощи при ожоге кипятком, при обморожении, при тепловом ударе.
(Сюжетно – ролевая игра).

Обобщение по теме.

Устный опрос.

Учащиеся должны знать:

➤ как оказать первую помощь при несчастных случаях (ожог, обморожение, отравление, тепловой и солнечный удары);

➤ профилактика и лечение глистных заболеваний.

Учащиеся должны уметь:

➤ оказывать первую помощь при несчастных случаях;

➤ лечить глистные заболевания народными средствами.

Учреждения, организация и предприятия

Тематика.

1. Департамент, муниципалитет. Их назначение.

2. Сельский совет, милиция. Их назначение.

Практическая работа.

Экскурсия в сельский совет.

Итоговое тестирование.

Контрольная работа.

Учащиеся должны знать:

➤ куда обращаться за помощью в случае необходимости;

➤ адрес местной префектуры.

9 КЛАСС

Требование к знаниям и умениям учащихся.

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- меры профилактики курения и алкоголизма.

Обучающиеся должны уметь:

- тренировать свою силу воли в борьбе с алкоголизмом, курением.

Одежда и обувь.

Обучающиеся должны знать:

- размеры своей одежды и обуви;

- гарантийные сроки носки;

- правила возврата;

- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;

- средства выведения пятен в домашних условиях;

- общие правила выведения чернильных, жирных и фруктовых пятен, пятен от молока, мороженого, шоколада, кофе, крови, масляных красок, следов горячего утюга и др.;

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами выведения пятен;

- правила стирки изделий из тюля, трикотажа.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться журналом мод;

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями.

- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;

- выводить пятна на одежде разными средствами;

- стирать изделия из тюля и трикотажа.

Питание.

Обучающиеся должны знать:

- значение диетического питания;

- особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста;
- названия и рецепты 1 — 2 национальных блюд.

Обучающиеся должны уметь:

- составить меню диетического питания на день;
- приготовить 1—2 диетическое блюдо;
- составить меню на день для ребенка ясельного возраста и приготовить соответственно его блюда;
- приготовить одно национальное блюдо, составить меню праздничного стола;
- выполнить сервировку праздничного стола.

Семья.

Обучающиеся должны знать:

- основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье;
- семейные традиции;
- о морально-этических нормах взаимоотношений в семье;
- об обязанностях, связанных с заботой о детях.

Обучающиеся должны уметь:

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;
- выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношение к родителям, дедушкам, бабушкам);
- оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи;
- активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье;
- поддерживать и укреплять семейные традиции;
- выполнять обязанности, связанные с заботой о детях.

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения в обществе
- правила приема гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита).

Обучающиеся должны уметь:

- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема их;
- анализировать поступки людей и давать им правильную оценку

Жилище.

Обучающиеся должны знать:

- правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели);
- требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;
- правила сохранения жилищного фонда.

Обучающиеся должны уметь:

- расставлять мебель в квартире (на макете);
- подбирать детали интерьера.

Транспорт.

Обучающиеся должны знать:

- основные маршруты самолетов;
- службы аэровокзала;
- стоимость проезда;
- порядок приобретения и возврата билетов;
- правила посадки в самолет;
- правила поведения в аэропорту;
- правила безопасности во время полета самолетом, вертолетом.

Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства;

- выполнять правила безопасности во время полета и правила поведения в аэропорту.

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- виды ярмарок;
- отличия ярмарки от рынка, магазина;
- время и место проведения ярмарок;
- цены ярмарочных товаров и их отличие от рыночных и магазинных

Обучающиеся должны уметь:

- приобретенные умения при покупке товаров в магазинах, на рынке перенести самостоятельно в новые условия — ярмарки.

Средства связи.

Обучающиеся должны знать:

- виды денежных переводов, их стоимость;
- виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их значимость, необходимость;
- стоимость услуг по каждому виду связи.

Обучающиеся должны уметь:

- заполнить почтовый и телеграфный перевод;
- подсчитать стоимость денежных отправок;
- оформить квитанции по оплате телефонных услуг.

Медицинская помощь.

Обучающиеся должны знать:

- способы распространения инфекционных заболеваний, в том числе и кишечных;
- меры по предупреждению инфекционных заболеваний;
- правила и приемы ухода за больным; условие освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.

Обучающиеся должны уметь:

- строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания;
- строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умывать, переодевать, кормить больного (взрослого, ребенка);
- ставить горчичники.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся должны знать:

- местонахождения предприятия бытового обслуживания населения;
- какие виды услуг оно оказывает;
- правила пользования услугами;
- стоимость обслуживания;
- профессии работников этого предприятия.

Обучающиеся должны уметь:

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.

Трудоустройство.

Обучающиеся должны знать:

- учреждения и отделы по трудоустройству;
- местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- правила перехода с одной работы на другую;
- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу;

- написать заявление о принятии на работу о переходе, с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания, автобиографию;
- заполнить анкету;
- составить заявки на материалы, инструменты;
- написать расписку, докладную записку.

Бюджет семьи.

Обучающиеся должны знать:

- правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии);
- виды и цели сбережений;
- порядок помещения денег в сберкассу;
- виды кредита, порядок его оформления;
- виды страхования.

Обучающиеся должны уметь:

- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности;
- соблюдать правила экономии;
- заполнять ордер на получение и внесение денег в сберкассу.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс

№п/п	Название раздела	Кол-во часов
1	«Личная гигиена»	4ч
2	«Одежда и обувь»	6ч
3	«Семья»	4ч
4	«Культура поведения»	4ч
5	«Жилище»	4ч
6	«Питание»	10ч
7	«Транспорт»	4ч
8	«Торговля»	4ч
9	«Средствасвязи»	8ч
10	«Медицина»	4ч
11	«Учреждения, организации и предприятия»	2ч
12	«Экономика домашнего хозяйства»	14
ИТОГО:		68 часов

9 класс

№п/п	Название раздела	Кол-во часов
1	«Одежда и обувь»	6ч
2	«Питание»	8ч
3	«Семья»	6ч
4	«Культура поведения»	4ч
5	«Жилище»	4ч
6	«Транспорт»	4ч
7	«Торговля»	6ч
8	«Средства связи»	6ч
9	«Медицина»	6ч
10	«Учреждения, организации и предприятия»	2ч
11	«Трудоустройство»	16ч
ИТОГО:		68 часов