

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Алыгджерская средняя общеобразовательная
школа-интернат»**

Утверждена
приказом директора
МКОУ «Алыгджерская СОШ»
28.08.2020 № 40

**Программа учебного курса
по социально-бытовой ориентировке
6-9 классы**

Срок реализации – 4 года

Составитель: Болюх Евгений Анатольевич, учитель ОБЖ

Алыгджер 2020

1. Пояснительная записка

Программа учебного курса по социально-бытовой ориентировке составлена на основе примерной программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В.Воронковой, «Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида»: Сборник 1, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2011 г. и допущена Министерством образования Российской Федерации.

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

Программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 6 по 9 класс, за исключением разделов «Экономика домашнего хозяйства» и «Профориентация и трудоустройство», которые изучаются в 8-9 классах. Например, если в 5 классе по теме «Одежда и обувь» к концу года учащиеся должны знать только виды одежды и обуви, их назначение и уход за ними, то в 7 классе знания и умения в значительной степени расширены: особенности стирки одежды и белья, правила пользования стиральной машиной и моющими средствами, назначение прачечной и пользование ею. В 9 классе эта тема предусматривает овладение навыками определить размер одежды и обуви, стиль, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды и т.п.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба 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. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся 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 воспитанников и т. д.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых. Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета социально – бытовая ориентировка:

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;
- сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

2. Характеристика учебного курса

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы, объяснение, рассказ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках СБО используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках СБО.

Практические работы – целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

Экскурсии – им отводится значительное место в программе. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Так, при изучении раздела «Средства связи» в 6 классе проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» 8 класс следует закончить экскурсией в сбербанк.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод *моделирования реальных сюжетных ситуаций* и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях СБО используются все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Для занятий по СБО требуется разнообразный дидактический раздаточный материал. Остановившись на каждом разделе программы отдельно, можно использовать следующий минимальный перечень оборудования и методических пособий.

При изучении раздела «**Личная гигиена**» учащимся предлагается выполнение практических работ, которые вполне могут быть осуществимы вне условий класса и во внеурочное время. Поэтому целесообразно содержать предметы личной гигиены на каждого ученика, можно обойтись одним образцом.

Желательно иметь: таблица о закаливании организма; демонстрационная таблица по правилам и приемам ухода за органами зрения; литературу о пагубном влиянии курения и алкоголя; носовые платки, ножницы, расчески, ватные палочки, косметические салфетки; образцы косметических средств и средств гигиены.

Основной задачей раздела «**Культура поведения**» является формирование и закрепление учащихся навыков поведения в помещениях и на улице, в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, предприятиях и организациях, в транспорте, навыков культурного общения со знакомыми и незнакомыми людьми. Часто используемый метод обучения по темам данного раздела – это моделирование реальных ситуаций, например «В кино», «В гостях», «Ко мне пришел гость» и др.

Желательно иметь: вазы для цветов; телевизор; видео- и аудиоаппаратуру; диски, кассеты; художественную литературу (книги по этикету, журналы мод, кулинарные рецепты и т.д.); шкаф; мягкую мебель; настольную лампу; сервизы для приема гостей.

Изучение раздела «**Одежда и обувь**» требует наличия в кабинете электробытового оборудования. Необходимы утюг и гладильная доска, стиральная машина, а также: щетки для одежды; демонстрационный набор обуви, одежды по сезонам, головные уборы; вешалки, пуговицы, нитки, иглы; фартуки, косынки.

Оборудование кабинета СБО по разделу «**Жилище**» определяется в целом эстетическим оформлением кабинета:

наличие ковра или паласа, настольные лампы, общая цветовая гамма и т.д. Бывая дома, дети, как правило, не выполняют каких-либо постоянных поручений, домашних обязанностей, даже таких простых, как вытереть пыль, полить цветы, подмести и вымыть пол. Условия для обучения в кабинете должны обеспечить возможности школьников в приобретении определенных знаний и умений по данной теме, одновременно расширяя их кругозор. При изучении раздела «Жилище» необходимым оборудованием является все, что находится в кабинете СБО: кухня, санузел, жилая комната, прихожая; индивидуальные карточки для заполнения почтового адреса; иллюстрированные журналы с различными видами жилья и подсобных помещений; иллюстрированные журналы с различными видами мебели; демонстрационный материал моющих средств; Жилищный кодекс РФ.

Изучение раздела «**Семья**» предусматривает создание реальной домашней обстановки и семейных отношений.

Оборудование: таблица по составлению родового древа; индивидуальные анкеты; фотоальбомы, фотоаппарат; Семейный кодекс РФ; демонстрационный и раздаточный материал (куклы); пеленальный столик, пеленки, детская ванночка; литература по уходу за грудными детьми; игрушки, набор детской посуды.

Изучая раздел «**Учреждения, организации и предприятия**», учащиеся должны знать местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, детских садов, дома культуры, больницы, а также ознакомиться с их назначением, видами работ и услуг, обязанностями сотрудников.

Используется дидактический материал: демонстрационный перечень дошкольных учреждений района, школ, училищ; демонстрационный перечень школьных кружков; демонстрационный перечень видов рабочих специальностей; телефонный справочник.

В зависимости от задач занятия по разделу «**Экономика домашнего хозяйства**» могут иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью. Беседы в основном носят информационный характер, учитель выясняет имеющиеся у школьников знания и представления о бюджете

семьи и сообщает им новые необходимые сведения. Особую сложность представляет выполнение практических заданий, поэтому предлагаемый для обучения материал должен быть хорошо продуман и подготовлен: квитанции по оплате жилья, коммунальных услуг и т.д.; таблица по видам государственных страхований; виды приобретения – наличные и кредит; перечень вкладов сбербанка; бланки доверенностей.

Оборудование кабинета по разделу «**Профориентация и трудоустройство**» предполагает в первую очередь следующую наглядность: информационная карта по необходимым документам для трудоустройства; бланки заявлений, анкет, расписок, доверенностей; КЗОТ РФ по трудоустройству; дидактический раздаточный материал.

Наибольшее количество практических работ содержит раздел «**Питание**». Хорошо оборудованная зона кухни должна обеспечивать соблюдение всех правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм. Дидактическая наглядность: таблица продуктов, составляющая рацион питания; график режима питания в школе, школьное меню; методический демонстрационный материал – посуда, кухонные приборы, сервиз чайный и сервиз столовый; набор альбомов, таблиц и другой литературы о вкусной и здоровой пищи; механические и электробытовые приборы.

Для изучения раздела «**Транспорт**» нужно иметь: книги и брошюры по правилам дорожного движения; различные демонстрационные виды проездных билетов; образцы расписания поездов, самолетов, пригородных автобусов и других транспортных средств; индивидуальные раздаточные знаки дорожного движения; географическую карту местности для определения маршрутов.

Раздел «**Торговля**» требует наглядности, необходимой для моделирования реальных ситуаций «Покупки», «Продуктовый магазин», «Оплата в кассу» и т.д., когда могут использоваться как натуральные предметы, так и муляжи, а также настольные дидактические игры и др.: репродукция картин с различными изображениями продуктов; муляжи овощей и фруктов; репродукции типов промышленных товаров; индивидуальные раздаточные задания, карточки, перфокарты.

Выполнение практических заданий по темам раздела «**Средства связи**» вызывает трудности при заполнении различных бланков и написании адреса на конверте. Поэтому раздаточный и демонстрационный материал должен быть адаптирован для восприятия умственно отсталых школьников. Необходимо увеличить размеры используемых на почте бланков, сделав доступным для чтения особо мелкий шрифт.

Также требуется: демонстрационные почтовые конверты, телеграммы, переводы, бланки для отправок бандеролей, посылок; индивидуальные раздаточные тексты писем и телеграмм; каталог (виды связи: сотовая, автоответчик, компьютер, факс); телефонные справочники.

Раздел «**Медицинская помощь**» требует наличие в кабинете аптечки первой медицинской помощи, других материалов: доврачебные препараты (градусник, тонометр); справочник младшего персонала; демонстрационный материал (больничный лист, справка); таблица с лекарственными растениями, гербарий; наиболее часто употребляемые лекарственные растения.

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

Достичь желаемых результатов в процессе СБО учащихся с нарушением интеллекта в комплексе с учебной работой помогает организация воспитательной работы. Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается.

3. Место предмета в учебном плане

. Для каждого года обучения отводится 102 часа учебного времени 3 урока в неделю.

4. Планируемые результаты обучения

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке воспитанники:

научатся правилам ведения домашнего хозяйства;

получат практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;

скорректируется личностное развитие и подготовка их к самостоятельной жизни.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 6 класса

Учащиеся должны знать:

- Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.
- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани
- Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье
- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия
- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета
- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

Учащиеся должны уметь.

- Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи
- Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ
- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки
- Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани
- Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье
- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми
- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом
- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов
- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города
- Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки
- Обращаться с вопросами к работникам ДЮОЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 7 класса

Учащиеся должны знать:

- Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.
- Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.

- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.
- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- Назначение и различие универмага и универсама.
- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
- Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

Учащиеся должны уметь:

- Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 8 класса

Учащиеся должны знать:

- Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.
- 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.

Учащиеся должны уметь:

- Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок
- 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 префектуры
- Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 9 класса

Учащиеся должны знать:

- 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 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.
- Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- 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.

Учащиеся должны уметь:

- 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.

5. Содержание курса

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Контрольно – измерительные материалы.

Контрольные работы по предмету СБО и домашнее задание программой не предусмотрены

Контрольно - измерительный материал создается учителем в соответствии с психофизическими особенностями учащихся каждого класса.

В конце года проводится итоговая контрольная работа (итоговый контроль) по изученному материалу в виде теста

6. Тематическое планирование

6 класс

Темы	Кол-во часов	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	9	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила

		закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотических и токсических веществ на живой организм.
«Одежда и обувь»	9	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.
«Питание»	15	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.
«Семья»	7	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	12	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
«Жилище»	12	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.
«Транспорт»	11	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.
«Торговля»	6	Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.
«Средства связи»	10	Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.
«Медицинская помощь»	11	Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.
Всего	102	

7 класс

Темы	Кол-во часов	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	14	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.
«Одежда и обувь»	15	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат. использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.
«Питание»	16	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и

		электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.
«Семья»	8	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.
«Культура поведения»	8	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
«Жилище»	8	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.
«Транспорт»	5	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. порядок сдачи и получения его.
«Торговля»	5	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
«Средства связи»	6	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
«Медицинская помощь»	6	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
«Учреждения, организации и предприятия»	5	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.
Экономия домашнего хозяйства	6	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение. Бюджет семьи. Источники дохода. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты
Всего	102	

8 класс

Темы	Кол-во часов	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	7	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.
«Одежда и обувь»	9	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.
«Питание»	14	Виды теста. Приготовления изделия из теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов.
«Семья»	7	Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек

«Культура поведения»	9	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.
«Жилище»	8	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.
«Транспорт»	7	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.
«Торговля»	5	Рынки. Виды рынков. Различия рынка от магазина.
«Средства связи»	6	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02, 03, 04, 911 и т.п.). междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора
«Медицинская помощь»	10	Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев.
«Учреждения, организации и предприятия»	10	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.
«Экономика домашнего хозяйства»	10	Бюджет семьи. виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.
Всего	102	

9 класс

Темы	Кол-во часов	Краткое содержание тем
Личная гигиена	5	Здоровый образ жизни. Вред курения. Вред алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений.
«Одежда и обувь»	9	Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.
«Питание»	14	Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.
«Семья»	10	Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения. распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.
«Культура поведения»	8	Адекватность поведения в обществе. Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми
«Жилище»	6	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.
«Транспорт»	5	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов.

		Стоимость проезда.
«Торговля»	5	Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.
«Средства связи»	4	Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни
«Медицинская помощь»	8	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.
«Учреждения, организации и предприятия»	10	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.
Экономия домашнего хозяйства	8	Расходы на удовлетворение культурных потребностей. Экономия в домашнем хозяйстве Сбережения. Кредит. Государственное страхование
«Трудоустройство»	10	Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления.
Всего	102	

7. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература:

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева 6 кл., гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

- 1 В.Д.Симоненко «Технология».Москва,Вентана-Граф-2002 год
- 2 В.И.Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва,Просвещение 1993г.
- 3 Д.В. Колесов, Р.Д.Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10классов средней школы. Москва Просвещение 1989г Л. Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва. Центрополиграф,2004г
Просвещение 1989г
- 4 Л.Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва.Центрополиграф,2004г
- 5 Т.А.Девяткова , Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида ».
- 6 Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя.- Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2003г

Основная литература:

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева ,7 кл.,гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

- 1 В.Д.Симоненко «Технология».Москва,Вентана-Граф-2002 год
- 2 В.И.Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва, Просвещение 1993г.
- 3 Д.В. Колесов, Р.Д.Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10классов средней школы. Москва Просвещение 1989г

- 4 Л.Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва. Центрполиграф,2004г
- 5 Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида ».
- 6 Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя.- Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2003г

Основная литература:

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева ,8 кл.,гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

1. В.Д.Симоненко «Технология». Москва,Вентана-Граф-2002 год
2. В.И.Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва, Просвещение 1993г.
3. Д.В. Колесов, Р.Д.Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10классов средней школы. Москва Просвещение 1989г
4. Л.Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва.Центрполиграф,2004г
5. Т.А.Девяткова , Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида ».
6. Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя.- Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2003г

Основная литература:

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева ,9 кл.,гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012год.

Дополнительная литература:

- 1 В.Д.Симоненко «Технология». Москва,Вентана-Граф-2002 год
- 2 В.И.Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва, Просвещение 1993г.
- 3 Д.В. Колесов, Р.Д.Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10классов средней школы. Москва Просвещение 1989г
- 4 Л.Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва. Центрполиграф,2004г
- 5 Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида ».