

МБОУ Большевишенская средняя общеобразовательная школа

СОГЛАСОВАНО
На педсовете протокол №
От 2024

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № от 2024
Директор школы Панова В.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине «Социально-бытовая ориентировка»

(Внеурочная деятельность)

Степень обучения - 7 класс

Количество часов - 34

Учитель: Сергеева Светлана Николаевна

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» на 2024 – 2025 учебный год для учащихся 7 класса, обучающихся по адаптированной основной образовательной программе для детей с ОВЗ разработана на основе:

1. Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 года № 273-ФЗ.
2. Профессионального стандарта педагога, утверждённого Министерством образования России от 18.10.2013 года № 544;
3. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего, общего образования»
4. Постановления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12. 2010 г. N 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», с изменениями.
5. Письма Министерства образования и науки РФ от 01.04. 2005 г. № 03-417 «О перечне учебного и компьютерного оборудования для оснащения общеобразовательных учреждений».
6. Приказа Министерства образования и науки РФ от 04.10. 2010 г. № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащённости учебного процесса и оборудования учебных помещений»
7. Рекомендации Министерства образования и науки РФ от 24.11. 2011 г. № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием»;
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 19.08.2016 № 07-3517 «Об учебниках для обучающихся с ОВЗ»;
9. Учебным планом МБОУ «Большевищенская СОШ» на 2024 – 2025 учебный год для обучающихся с ОВЗ

Сроки реализации программы - один учебный год (2024-2025)

Рабочая программа разработана в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», на основе Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида для 5-9 классов в двух сборниках/ под ред. Воронковой В. В. – Москва: Гуманит. изд. центр Владос, 2012.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» (Внеурочная деятельность)

При изучении данного предмета решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др.,

Учащиеся учатся соблюдать правила безопасной работы и гигиены труда.

Воспитывается желание и стремление к приготовлению доброкачественной пищи; творческое отношение к домашнему труду.

На уроках развиваются психические процессы: обоняние, осязание, ловкость, скорость; внимание, наблюдательность, память, находчивость, смекалка, сообразительность, воображение, фантазия, интерес к национальным традициям.

Результативность занятий по этому разделу обеспечивается только при условии — тесной связи учителя с родителями.

2. Основные требования к знаниям, умениям учащихся по СБО:

1. Обучающиеся 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.

2. Обучающиеся 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

3. Содержание курса

Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека. Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце, трусики, носки. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание привычки к здоровому образу жизни, силы воли.

Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой и подготовка её к хранению: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами.

Культура поведения. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы и методы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Приёмы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом.

Жилище. Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений: жильё по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе. Почтовый адрес дома, школы-интерната.

Транспорт. Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Коллективные поездки в транспорте.

Торговля. Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизни и деятельности людей, животных. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. Продуктовые специализированные магазины: «Булочная», «Овощи и фрукты» и др. Виды товаров (фасованные, в развес и в розлив). Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Срок годности стоимости продуктов.

Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм.

Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь»,

помощь на дому, амбулаторный приём, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи.

Учреждения, организации и предприятия

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение.

4. Тематическое планирование

На данный предмет по авторской программе отводится 1 час в неделю(34 учебные недели, 34 часа в год).

№	Тема	Кол-во часов
1	Личная гигиена	4
2	Одежда	4
3	Питание	4
4	Семья .Культура поведения	4
5	Жилище	4
6	Транспорт	4
7	Торговля. Средства связи	4
8	Медицинская помощь	4
9	Учреждения, организации и предприятия	2
Итого:		34

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема.	Тип и/или вид урока	Оборудование	Примечание
	План	Факт				
Личная гигиена. 4ч						
1-2			Особенности личной гигиены в жизни подростка.	формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра	Плакаты на тему «Личная гигиена»,	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.
3-4			Особенности ухода за волосами кожей лица Пользование шампунем в соответствии с типом волос	формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра	Плакаты на тему «Личная гигиена»,	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.
Культура поведения. 4ч						

5-6			Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки	формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра	Плакаты с видами городских и сельских библиотек, кинотеатров, театров	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
7-8			Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки	формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра		

Жилище. 4ч

9-10			Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Уход за полом, в зависимости от покрытия.	комбинированный	Плакаты с видами городских и сельских домов Инвентарь для уборки жилых помещений	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.
11-12			Уход за окнами и стеклянной посудой.	комбинированный		

Питание. 4ч

13-14			Виды питания. Значение первых, вторых блюд и их приготовление. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	комбинированный формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра	Таблицы: «Растительные продукты питания», «Животные продукты питания», «Содержание витаминов в продуктах питания»	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление.
15-16			Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	комбинированный формиров. нов. знаний сюжетно-ролевая игра		. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю
Транспорт. 4ч						
17-18			Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Справочная служба.	формиров. нов. знаний комбинированный	Плакаты с видами городского транспорта, дорожных знаков; образцы с видами проездных билетов.	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.

19-20			Виды пассажирских вагонов. Виды камеры хранения	формиров. нов. знаний комбинированный		Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. порядок сдачи и получения его.
Торговля. 4ч						
21-22			Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо. Их назначение.	сюжетно-ролевая игра	Плакаты отделов продуктовых магазинов, картинки с видами отделов магазинов, витрин, карточки с видами продуктов, реквизит для игры «Магазин».	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
23-24			Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии.			
Одежда. 4ч						

25-26			Значение продления срока служения одежды. Виды штопки, наложение заплат.	комбинированный	Картинки с разными видами одежды и головных уборов, плакаты по уходу за одеждой и обувью, набор щеток для одежды, вешалки, щетки для обуви, полиэтиленовый пакет, средства от моли.	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.
27-28			Использование бытовой техники при стирке белья. Стирка вручную	комбинированный		
Медицинская помощь 4 часа						
29-30			Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке.	комбинированный	Презентация	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
31-32			Первая медицинская помощь при травмах.	комбинированный		
Учреждения, организации и предприятия, 2 часа						
33-34			Промышленные сельскохозяйственные предприятия	комбинированный	Презентация	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 259083907921181952501347624724699269454793049299

Владелец Панова Виктория Анатольевна

Действителен с 24.09.2023 по 23.09.2024