

Рабочая программа

# По предмету социально бытовая – ориентировка

Для детей с умственной отсталостью (вариант 1)

5 класс

Учитель СБО Филиппова А.А.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

**Личная гигиена**

**Учащиеся должны знать:** последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения.

**Учащиеся должны уметь:** совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

**Одежда и обувь**

**Учащиеся должны знать:** виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов.

**Учащиеся должны уметь:** различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.

**Питание**

**учащиеся должны знать:** значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения.

**Учащиеся должны уметь:** прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

**Семья**

**Учащиеся должны знать:** родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

**Учащиеся должны уметь:** записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

**Культура поведения**

**Учащиеся должны знать:** требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

**Учащиеся должны уметь:** следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.

**Жилище**

**Учащиеся должны знать:** виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

**Учащиеся должны уметь:** писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

**Транспорт**

**Учащиеся должны знать:** основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы-интерната, правила дорожного движения, дорожные знаки.

**Учащиеся должны уметь:** соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

**Торговля**

**Учащиеся должны знать:** виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

**Учащиеся должны уметь:** выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

**Содержание курса СБО**

**«Личная гигиена»**

Правила личной гигиены. Предметы и средства личной гигиены. Уход за полостью рта. Уход за ушами. Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз).Уход за волосами.

**«Одежда и обувь»**

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению. Виды обуви, их назначение.  
Повседневный уход за кожаной обувью. Повседневный уход за обувью из замши, текстиля, шерсти (валяная). Уход за обувью из замши, текстиля, шерсти. Подготовка обуви к хранению.

**«Питание»**

Значение продуктов питания для здоровья человека. Кухонная посуда, приборы, приспособления – назначение. Столовая посуда, приборы – назначение. Правила мытья и чистки посуды. Чайная посуда. Сервировка стола к завтраку. Правила заваривания чая. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница, омлет. Приготовление салата, винегрета.

**« Культура поведения»**

Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом. Поведение в музее, библиотеке. Поведение в кино, театре. Ролевая игра «Запишите меня в библиотеку». Упражнения по этикету.

**«Жилище»**

Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений). Почтовый адрес дома, школы. Написание адреса на почтовой открытке. Правила вытирания пыли. Правила подметания пола. Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки детской комнаты.

**«Семья»**

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи обучающихся. Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.

**«Культура поведения»**

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

**«Жилище»**

Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы.

**«Транспорт»**

Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе. Правила поведения в транспорте, на улице. Проезд в школу ( транспортный и пешеходный маршрут). Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

**«Торговля»**

Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине. Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара. Порядок покупки товара в продовольственном магазине.

**Тематическое планирование с указанием количества часов**

## 5 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Номер по порядку | Кол – во часов | Тема урока |
|  |  | **Вводное занятие -**  2 **часа** |
| 1 | 1 | Беседа о содержании и значении предмета СБО. Знакомство с кабинетом |
| 2 | 1 | Правила техники безопасности и санитарно-гигиенические требования |
|  |  | **Личная гигиена – 4 часа** |
| 3 | 1 | Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека |
| 4 | 1 | Уход за волосами. |
| 5 | 1 | Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор. |
| 6 | 1 | Обобщение пройденного материала. Контрольная работа. |
|  |  | **Одежда и обувь – 4 часа** |
| 7 | 1 | Виды одежды и головных уборов |
| 8 | 1 | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой (предупреждение загрязнения, сушка, чистка). |
| 9 | 1 | Виды обуви. Ее назначение и уход. |
| 10 | 1 | Обобщение пройденного материала. Контрольная работа. |
|  |  | **Питание – 8 часов** |
| 11 | 1 | Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов составляющих рацион. |
| 12 | 1 | Место приготовление пищи и оборудование его. Посуда и приборы. Правила и приемы ухода за посудой и помещением. |
| 13 | 1 | Сервировка стола к завтраку. Практическая работа. |
| 14 | 1 | Приготовление завтрака. Приготовление бутербродов. |
| 15 | 1 | Приготовление винегрета. Практическая работа. |
| 16 | 1 | Приготовление окрошки. Практическая работа. |
| 17 | 1 | Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца. Практическая работа. |
| 18 | 1 | Обобщающий урок. Контрольная работа. |
|  |  | **Культура поведения – 4 часа** |
| 19 | 1 | Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. |
| 20 | 1 | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. |
| 21 | 1 | Ролевая игра – ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом. |
| 22 | 1 | Правила поведения за столом. |
|  |  | **Жилище – 5 часов** |
| 23 | 1 | Виды жилых помещений в городе и селе: жилой дом, квартира, интернатские помещения |
| 24 | 1 | Варианты квартир и подсобных помещений: комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. виды отопления в городе, селе. |
| 25 | 1 | Почтовый адрес дома, школы интерната. Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конвертах. Практическая работа. |
|  |  | **Семья – 2 часа** |
| 26 | 1 | Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи обучающихся |
| 27 | 1 | Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь |
|  |  | **Транспорт -4 часов** |
| 28 | 1 | Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат  (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. |
| 29 | 1 | Правила дорожного движения.  Знаки дорожного движения. Изготовление знаков  дорожного движения. |
| 30 | 1 | Обобщение пройденного материала. Тест. |
|  |  | **Торговля – 4 часов** |
| 31 | 1 | Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. |
| 32 | 1 | Экскурсия в продовольственный магазин. (Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы). |
| 33 | 1 | Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. |
| 34 | 1 | Итоговое занятие за год. Контрольная работа. |