

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 15» пос.Каскадный

ОБСУЖДЕНА И ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
Протоколом № 1
«31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 1/21
«01» сентября 2021 г.
Директор  Е.А. Даутхаджиева



**Адаптированная рабочая программа
по предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
для обучающихся 7 класса
(Вариант 1)
на 2021-2022 учебный год**

Составители:
Зайцева В.А.
Проверил:
зам. директора по УВР
О.В. Лукашова
Дата: 28.08.2021

ОСЖ 7 класс

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке в 3 – 10 специальных (коррекционных) классах составлена на основе и согласно нормативно-правовым документам:

- Конвенции о правах ребенка;
- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189;
- [СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"](#), утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26;
- Учебного плана государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 15»;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида (М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000 год, под редакцией В.В. Воронковой, авторы В. И. Романова, Н. П. Павлова).
- Адаптированных основных общеобразовательных программ для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Рабочая программа по СБО разработана на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений (М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000 год, под редакцией В. В. Воронковой, авторы В. И. Романова, Н. П. Павлова) и примерного тематического планирования уроков СБО по годам обучения (5-9 и 10 – 12 классы)

(Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях: Пособие для учителя (Под ред. А. М. Щербаковой – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.)

- годового учебного календарного графика на текущий учебный год.

Структура документа.

Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке (СБО) представляет собой целостный документ, содержащий:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- общую характеристику учебного предмета;
- описание места учебного предмета в учебном плане;
- личностные и предметные результаты (возможные результаты) освоения учебного предмета;
- тематическое планирование;
- календарно-тематическое планирование;
- материально-техническое обеспечение образовательной деятельности;

Срок реализации программы 6 лет.

Общая характеристика предмета

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования, подготовки выпускника специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений к жизни, активной трудовой деятельности.

Достижение такой цели обеспечивает вся система коррекционной учебно-воспитательной работы школы. Важнейший элемент этой системы – занятия по СБО. Специальные (коррекционные) занятия по СБО направлены на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня развития учеников, культуры поведения и отношений в семье.

Обучение учащихся в системе занятий по СБО носит предметно-практический характер, тесно связано как с жизнью и профессионально – трудовой подготовкой, так и с другими учебными дисциплинами.

Цель:

- дать учащимся с ограниченными возможностями здоровья такие доступные знания, умения и навыки, которые помогут им в современных экономических условиях успешно интегрироваться в общество, адаптироваться в социуме и быту, реализоваться в жизни.

Задачи:

- через обучение в системе СБО обеспечить практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни, повысить уровень социально – бытовой компетентности, сформировать культуру социально – нормативного поведения и отношений в семье и социуме;

- по возможности более полно скорректировать у учащихся недостатки психофизического развития (психические функции и познавательную деятельность);

-развивать коммуникативную функцию речи учащихся, обогащать активный словарь социально – бытовой терминологией;

- содействовать физическому развитию учащихся, прививать основы здорового образа жизни, умения противостоять вредным привычкам и негативному влиянию;

- формировать социально – нормативное поведение в семье и окружающей среде;

- формировать социальные ценности ученика: любовь к Отечеству, малой Родине, родным и близким, положительные личностные качества.

- воспитывать у учащихся работоспособность, трудолюбие, организованность, аккуратность, настойчивость, толерантность, умения жить и работать в коллективе.

Межпредметные связи. Занятия по СБО тесно связаны с уроками русского языка, чтения, математики, истории, обществоведения, географии, естествознания, физической культуры, изобразительного искусства, этики и трудового обучения.

Система организации социально - бытовой ориентировки

Социально- бытовая ориентировка учащихся на уроке продолжается в системе внеклассной (ГПД) и внеурочной работы, практической деятельности в семье обучающихся.

Структурные компоненты обучения:

- целевой;

- потребностно-мотивационный;

- содержательный;

- операционно-деятельностный;
- эмоционально-волевой;
- контрольно-регулирующий;
- оценочно-результативный.

Программа по СБО составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Социально – бытовая подготовка в основной специальной (коррекционной) школе VIII вида складывается из следующих содержательных компонентов (точное название блоков):

- Личная гигиена;
- Одежда и обувь;
- Питание;
- Семья; Семейные отношения;
- Культура поведения;
- Жилище;
- Транспорт;
- Торговля;
- Средства связи;
- Медицинская помощь;
- Учреждения, организации и предприятия;
- Экономика домашнего хозяйства;
- Трудоустройство.

В процессе обучения соблюдаются принципы систематичности и последовательности. Программой предусматривается опора на имеющиеся у учащихся знания, умения и навыки с последующим формированием на их базе новых, за счет расширения и углубления ранее изучаемой темы. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими учащихся. В связи с этим учитель может исключить те или иные темы как неактуальные для нашего региона и внести новые. Последовательное изучение разделов и тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

На уроках СБО учитывается дифференциация учащихся.

I группа. Учащиеся данной группы способны достаточно полно воспроизводить учебный материал, отвечая на вопросы, а в простых случаях воспроизводить его самостоятельно. Техничко-технологические знания усвоены

достаточно полно. Планирование новой работы в пределах программных требований осуществляют успешно. Приемы контроля сформированы, работоспособность высокая, трудовые приемы в объеме программных требований данного класса усвоены успешно.

II группа. Учащиеся данной группы учебный материал воспроизводят в основном правильно, но допускают незначительные ошибки. Самостоятельно использовать знания теоретической и практической деятельности могут только в простейших случаях. Самостоятельно трудовую деятельность планируют с трудом, чаще прибегают к помощи учителя. Приемы контроля сформированы недостаточно, наблюдаются недостатки в усвоении профессиональных приемов, но только в связи с двигательными дефектами воспитанников; работоспособность средняя.

III группа. Учащиеся данной группы учебный материал воспроизводят отдельно, чаще всего частями, главное в содержании выделить не могут. Некоторые технико-технологические знания усвоены на уровне конкретных представлений. К самостоятельному планированию работы не способны. Приемы контроля не сформированы, трудовые профессиональные двигательные навыки выполняют с ошибками; темп работы низкий.

Планирование

Педагогическая деятельность учителя осуществляется на основе календарно – тематического планирования на учебный год. В плане указывается раздел, тема урока и его место в системе уроков, тип урока, отражаются межпредметные связи, словарная работа. План утверждается заместителем директора по учебно – воспитательной работе.

При проведении каждого занятия реализуются три основных группы взаимосвязанных задач:

- образовательные задачи, для выполнения которых учителю необходимо не только осуществлять, опираясь на специальные дидактические принципы, руководство познавательной деятельностью учащихся, но и стимулировать их учебно – познавательную деятельность, обеспечивать ее психолого – педагогическую поддержку. Каждый отдельный урок – это необходимая часть в общей непрерывной цепи уроков по определенной тематике. Этим обеспечивается его результативность;

- коррекционно - развивающие задачи предполагают целенаправленное развитие мышления, памяти, внимания, эмоционально – волевых качеств, трудоспособности. Каждый урок должен иметь коррекционно – развивающую направленность, способствовать « запуску» компенсаторных механизмов, что осуществляется на основе глубокого и всестороннего изучения особенностей и возможностей детей;

- воспитательные задачи – целенаправленное формирование позитивных качеств личности, мировоззрения, нравственных убеждений и эстетической культуры.

В практике преподавания СБО применяются традиционные и нетрадиционные уроки.

Дидактическая задача уроков СБО является основанием для выделения следующих типов уроков:

- вводный урок - подготовка учащихся к восприятию нового материала;
- урок формирования (сообщения) новых знаний, в ходе которого основное внимание уделяется изучению нового материала;
 - урок формирования и закрепления умений и навыков(практическая деятельность);
 - обобщающий (повторительно – обобщающий) урок, на котором систематизируется материал, изученный по отдельным темам и разделам;
- контрольный урок;
- комбинированный урок, на котором сочетаются различные виды деятельности.

Каждый урок имеет свою структуру, которая определяется соотношением и последовательностью частей, моментов, этапов урока, способствующих выполнению цели и решению поставленных задач.

Общими элементами урока являются:

- организация начала урока;
- проверка домашнего задания;
- подготовка учащихся к восприятию нового материала, выявление имеющихся знаний;
- постановка цели и задачи;
- объяснение нового материала;
- закрепление;
- повторение изученного материала;
- подведение итогов урока, оценка знаний, умений, навыков;
- сообщение домашнего задания, подготовка учащихся к самостоятельной работе над ним;
- присутствие на уроке здоровьесберегающих технологий (гимнастика для глаз, физ. пауза).

В процессе обучения применяются современные педагогические технологии. Наиболее эффективны - личностно – ориентированные технологии, которые характеризуются гуманистической и психотерапевтической направленностью, в центре находится личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития, реализация ее природных потенциалов.

Методы обучения.

На уроках СБО применяется система методов обучения.

По источнику знаний:

- словесные;

- наглядные;
- практические.

По характеру познавательной деятельности учащихся:

- объяснительно – иллюстративный;
- репродуктивный;-
- частично – проблемный;
- частично – поисковый.

По дидактическим целям:

- изложение новых знаний;
- повторение;
- закрепление;
- контроль.

Наиболее эффективны методы:

-устный рассказ учителя (формы: без использования наглядных пособий, с использованием наглядных пособий, с использованием технических средств обучения);

-беседа (предполагает вопросно – ответную форму обучения), способствует созданию условий для активной мыслительной деятельности учащихся, побуждает их к самостоятельным выводам;

-метод объяснительного чтения. Книга, печатный текст различных инструкций помогают закрепить знания. На уроках с использованием объяснительного чтения учащиеся приобретают общеобразовательные знания и, в связи с этим, накапливают запас слов, развивают речь и мышление;

-экскурсии (вводные, текущие, итоговые) дают возможность учащимся наблюдать мир таким, каков он есть, в естественной обстановке. Подготовка и проведение экскурсий требуют от учителя тщательного проектирования каждого этапа: от начала – до закрепления;

- сюжетно – ролевые и режиссерские игры – один из ведущих методов обучения. Они проводятся в основном на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения;

-практические работы: коллективные (бригадные) и индивидуальные;

- лабораторный метод применяется не столь часто, но недооценивать его значения нельзя при проведении, к примеру, наблюдений результатов:- выведение пятен; обезжиривание посуды; замачивание белья и др.

- упражнения в виде записей и графических работ(в ходе занятий учащиеся делают записи и зарисовки, которые помогают им лучше осознать и запомнить материал);

- упражнения в применении знаний, полученных в процессе обучения на практике;
- методы проверки знаний.

На уроках СБО используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов и др. Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на использовании интерактивных форм обучения, информационных технологий, с опорой на практический материал из повседневной жизни, на положительные примеры из литературных произведений, окружающей семьи ученика.

Система контроля знаний, умений и навыков

Знания, умения и навыки учащихся оцениваются по 5-ти бальной системе.

Контроль осуществляется учителем путем бесед, устного и письменного опроса, тестирования.

Виды опроса:

- устный;
- письменный;
- индивидуальный;
- фронтальный;
- уплотненный и выборочный;
- по пройденному учебному материалу;
- по новому материалу.

Тестовый контроль проводится по итогам определенных четвертных, годовых отрезков времени, а также по отдельным темам и разделам программы.

Оценка устных и письменных работ:

- оценка «удовлетворительно» - выполнено от 40 до 50 % заданий;
- оценка «хорошо» - от 50 – до 90% заданий;
- оценка «отлично» при выполнении 90 - 100% заданий.

При выполнении заданий ниже 40 % выставляется оценка «неудовлетворительно».

По итогам учебного года проводятся контрольные работы.

Учитель отслеживает не только уровень теоретических знаний ученика, но и уровень сформированности практических умений и навыков, и основным критерием здесь выступает качество выполнения задания.

Обязательные результаты обучения представлены в Требованиях к уровню подготовки и задают систему итоговых результатов обучения, которых должны достигать все учащиеся, оканчивающие специальную (коррекционную) школу

VIII вида и достижение которых является обязательным условием положительной аттестации ученика за курс специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида.

Эти требования структурированы по двум компонентам: «знать/понимать», «уметь» использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Эти компонента представлены отдельно по каждому из разделов содержания.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы у детей должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

В течение десяти лет обучения в школе учащиеся с ограниченными возможностями здоровья должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда.

В сфере организации питания:

- различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жареном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом.

В сфере ухода за телом:

- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;

- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;
- пользоваться дезодорантом;
- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

В сфере ухода за одеждой и обувью:

- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;
- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, вдевать резинку в пояс предметом одежды, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;

В сфере ухода за жилищем:

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;
- пользоваться механической щеткой для чистки ковровых покрытий; вытряхивать половики;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);

Начиная с пятого класса, учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями сферы обслуживания населения.

В процессе обучения у детей формируются следующие жизненно значимые умения:

- ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);
- различать (узнавать) эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.
- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;

- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения способам проведения досуга. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр) и местами отдыха (парк). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения парка, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 6 класса, учащиеся постепенно готовятся к семейной жизни. Семья – это макросоциальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и социально значимые умения:

- называть свою фамилию, имя, отчество, возраст, адрес;
- называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
- определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
- ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
- планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семье за месяц, планировать расходы;
- называть правила ухода за маленькими детьми в семье;
- приглашать и принимать гостей;
- поздравлять с праздником;
- называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Содержание раздела «Трудоустройство» (9 класс.) направленно на ориентировку учащихся:

- называть основные документы гражданина РФ.
- называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;

- оформлять документы (заявление, анкета);
- ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

Материально – техническое обеспечение учебного процесса.

Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете, состоящем из учебного класса и « жилого комплекса», включающего жилую комнату, кухню, ванную комнату, подсобное помещение. В кабинете СБО есть все необходимое для обеспечения учебного процесса, выполнения в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

7 КЛАСС (68 часов)

1. Личная гигиена – 2 часа
2. Одежда и обувь – 12 часов
3. Питание-12 часов.
4. Семья -4 часа
5. Культура поведения -4 часа.
6. Жилище -8 часов.
- 7 Транспорт – 6 часов.
8. торговля -4 часа
- 9 Средства связи -4 часа
- 10 Медицинская помощь – 8 часов
11. Промышленные предприятия -4 часа

ТЕМАТИКА

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.

Особенности личной гигиены подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

ОДЕЖДА. ОБУВЬ.

Значение продления срока служения одежды. Виды штопки, наложение заплат.

Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка вручную.
Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.

Прачечная. Виды услуг. Правила пользования.

ПИТАНИЕ.

Виды питания. Значение первых, вторых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов.

Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.

Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

СЕМЬЯ.

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание.

Соблюдение чистоты и порядка в школе, дома.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.

Правила приема приглашения в гости и формы отказа.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид.

ЖИЛИЩЕ.

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Санитарная обработка помещения.

Уход за полом, в зависимости от покрытия(лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

ТРАНСПОРТ.

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 железнодорожных билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.

ТОРГОВЛЯ.

Универмаги и универсамы. Их назначение. Сельпо и сельмаг. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.

Порядок приобретения товаров: выбор товара, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головных уборов; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии. Распродажа товара по сниженным ценам, прием товаров у населения.

СРЕДСТВА СВЯЗИ.

Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном – автоматом, таксофоном, квартирным. Правила пользования телефонным справочником.

Культура разговора по телефону. Вызов полиции -02; пожарной команды- 01; утечка газа – 04; скорой помощи -03; и др. Получение справок по телефону - Служба точного времени «говорящие часы».

Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказа междугороднего телефонного разговора. Тариф на междугородние телефонные разговоры.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран примикротравмах.

Лекарственные растения в домашней аптечке.

Первая медицинская помощь при травмах:вывих, перелом. Наложение повязки на раны. Меры по предупреждению переломов.

УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ.

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ.

Личная гигиена.

Мытье тела и волос, подбор мыла, шампуней с учетом их состояния (жирные, сухие, нормальные).

Одежда.

Ремонт одежды : штопка, наложение заплат. Стирка мелких изделий из белой х\б ткани с помощью стиральной машины.

Стирка изделий из шелка вручную. Экскурсия в прачечную, прейскурант на определенные виды стирки.

Питание.

Знакомства с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами.

Приготовление щей, киселя и компота из варенья. Соблюдение правил безопасности.

Семья.

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с младшими школьниками.

Культура поведения.

Изготовление новогодних игрушек. Сюжетная игра « Идём в гости». Правила поведения при встрече и расставании, при вручении подарков, в гостях.

Жилище.

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом. Мытье полов.

Транспорт.

Экскурсия на ж\д вокзал: определить пункт назначения, выбрать вид поезда, уточнить стоимость проезда, выяснить свои возможности.

Торговля.

Экскурсия в универсам- самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара.

Средства связи.

Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки. Упаковка бандероли и посылки. Определение стоимости отправки простых и ценных посылок.

Медицинская помощь.

Экскурсия в травмопункт, наблюдение за накладыванием гипса.

Учреждения, организации, предприятия.

Экскурсия на ближайшее промышленное или сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

Личная гигиена.

Правила соблюдения личной гигиены юноши и девушки; правила смены одежды, нательного и постельного белья; санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной. Правила ухода за кожей лица и волосами; виды косметических салфеток

Жилище.

Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; способы и периодичность ухода за окнами; виды моющих средств; способы утепления окон; правила ухода за мебелью; правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.

Культура поведения.

Правила поведения при встрече и расставании; правила поведения в гостях; правила вручения и приема подарков.

Питание.

Виды питания, их особенности. Значение первых, вторых блюд. Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; последовательность приготовления блюд; правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их; санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи; правила пользования столовыми приборами.

Семья.

Правила ухода за младшими. Тихие и подвижные игры, сказки, детские песенки, стихи.

Медицинская помощь.

Меры по предупреждению переломов; виды доврачебной помощи; правила обработки ран и наложение повязки; меры по предупреждению осложнений; правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах.

Транспорт.

Функции железнодорожного транспорта; тип пассажирского вагона; примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния; виды справочных служб; виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа; о сроках и месте возврата приобретенных билетов.

Одежда и обувь.

Особенности стирки цветного и белого белья; правила пользования моющими средствами; устройство и правила пользования стиральной машиной; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины; последовательность и особенности утюжки белья и одежды. Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг; правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

Торговля.

Назначение универмага и универсама; различия между ними; ассортимент некоторых отделов универсама и универмага; стоимость отдельных товаров (мебель, ковер, холодильник, телевизора и др.); подсчитывать стоимость покупок; правильно себя вести в магазине.

Средства связи.

Перечень предметов, посылаемых бандеролью; максимальный вес и стоимость посылаемых предметов; виды и способы упаковки бандеролей.

Учреждения, предприятия. Организации.

Местонахождение ближайшего промышленного предприятия; названия цехов, рабочих специальностей; Виды выпускаемой продукции.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:

Личная гигиена.

Определить тип кожи и волос; подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос.

Семья.

Ухаживать за младшими детьми; объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; рассказывать сказки, петь детские песенки; помогать при уборке игрушек.

Жилище.

Убирать жилые помещения, чистить мебель; мыть зеркала и стекла; утеплять окна; ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства.

Культура поведения.

Культурно вести себя в гостях; выбирать подарки; изготавливать простые сувениры; вручать и принимать подарки.

Питание.

Приготовить первое и второе блюдо по рецепту, оформлять готовые блюда; сервировать стол к обеду; составлять меню завтрака, обеда, ужина; пользоваться механическими и электробытовыми приборами(мясорубка, миксер, терка и др.).

Медицинская помощь.

Пользоваться термометром; использовать лекарственные растения; готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки.

Транспорт.

Ориентироваться в расписании; приобретать билеты в железнодорожной кассе; обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону; выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте.

Одежда. Обувь.

Ремонтировать разорванные места одежды; штопать; стирать белье вручную и с помощью стиральной машины; гладить белье и одежду.

Торговля.

Найти и приобретать нужные товары в универсаме и универмаге; подсчитывать стоимость покупок; правильно себя вести в магазине.

Средства связи.

Заполнять бланки на отправку бандеролей , посылок; составлять опись посылаемых предметов; упаковывать бандероли; определять стоимость почтовых отправлений.

Учреждения, предприятия, организации.

Обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Календарно-тематическое планирование уроков СБО 7 класс

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов	Стр.	Словарь	Цели урока	Домашнее задание
Личная гигиена							
1	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за волосами, кожей лица. Пользование шампунем в соответствии с типом волос (жирные, сухие, нормальные). Средства борьбы с перхотью, выпадением волос. Подбор мыла, шампуня. Определение типа волос.		2		Гигиена. Закаливание. Воздушные ванны. Контрастный душ. Обтирание. Сезонная одежда.	Систематизировать и расширить знания учащихся об особенностях личной гигиены подростка, правила подбора шампуня и пользования им. Объяснить правила и значение закаливания организма.	Правила ухода за руками и ногтями. Выполнение физических упражнений. Выбор сезонной одежды, головного убора, обуви.
Одежда и обувь							
2	Значение продления срока служения одежды. Ремонт разорванных мест одежды,		2		Ремонт. Штопка. Ручная игла.	Систематизировать и расширить знания учащихся о значении	Технология штопки. Правила техники

	штопка, наложение заплаты. Технология штопки. Техника безопасности. Тренировочные упражнения по штопке.				Наперсток.	продления срока служения одежды. Сформировать умения и навыки штопки, ТБ.	безопасности при шитье.
3	Технология наложения заплат. Виды заплат (накладная, подкладная). Тренировочные упражнения по наложению заплат. Техника безопасности.		2		Заплата. Изнанка.	Сформировать умения и навыки наложения заплаты, соблюдения правил техники безопасности.	Технология наложения заплаты. Правила техники безопасности при шитье.
4	Стирка изделий из шелка, хлопчатобумажного белья вручную. Технология стирки. Техника безопасности. Тренировочные упражнения по ручной стирке.		2		Стиральный порошок. Отбеливатель. Кондиционер.	Систематизировать и расширить знания учащихся о стирке белья вручную.	Технология стирки белья вручную. Правила техники безопасности.
5	Стирка изделий с использованием стиральной машины. Техника безопасности.		2		Стиральная машина. Барaban. Дозатор. Режим.	Систематизировать и расширить знания учащихся о правилах пользования стиральной машиной, о ТБ.	Правила пользования стиральной машиной. ТБ.
6	Правила и приёмы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Техника безопасности. Тренировочные упражнения «Глаженье белья, брюк». Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.		2		Утюг. Терморегулятор. Подошва.	Систематизировать и расширить знания учащихся о правилах пользования утюгом, о правилах ТБ.	Технология глажения белья, брюк. Правила ТБ.
7	«Прачечная». Виды услуг Правила пользования прачечной. Стоимость услуг.		2		Прачечная. Метка. Квитанция.	Систематизировать и расширить знания учащихся о назначении и правилах пользования	Назначение прачечной. Правила пользования

						прачечной.	прачечной.
Питание							
8	Значение питания. Виды питания, значение первых, вторых блюд и их приготовление из овощных, рыбных и мясных продуктов. Чтение рецептов, подбор продуктов.		2		Филе. Фарш. Диета.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах питания, о значении первых и вторых блюд.	Значение питания. Виды питания, значение первых, вторых блюд
9	Использование механических и электрических бытовых приборов для экономии сил и времени для приготовления пищи Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Тренировочные упражнения по обработке овощей, нарезка хлеба.		2		Миксер. Микроволновая печь. Мясорубка. Разделочная доска. Хлебный нож.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах бытовых приборов и правилах их использования. Сформировать умения и навыки по обработке овощей, хлеба. Соблюдения правил ТБ, санитарно-гигиенических норм.	Виды бытовых приборов, правила пользования. Правила техники безопасности при использовании приборов.
10	Первое блюдо. Его значение. П.р: «Щи из свежей капусты».		2		Бульон. Пассерование. Шинкование.	Сформировать умения и навыки приготовления первых блюд.	Технология приготовления щей.
11	Вторые блюда. Значение. П.р. «Макароны отварные. Сосиски».		2		Отваривание. Гарнир. Дуршлаг.	Сформировать умения и навыки приготовления вторых блюд.	Технология отваривания макарон.
12	Приготовление третьего блюда. «Кисель фруктовый. Компот»		2		Компот. Кисель.	Сформировать умения и навыки приготовления третьих блюд.	Технология приготовления компота.
13	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.		2		Меню. Завтрак. Ужин.		
Семья							
14	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми (умывание, одевание, обувание,		2		Помощь. Поддержка. Эмпатия.	Систематизировать и расширить знания учащихся об уходе за	Правила ухода за младшими детьми.

	причёсывание). Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.					младшими детьми.	
15	Встреча с первоклассниками «Весёлая игротека». Разучивание тихих подвижных игр, чтение стихов, сказок.		2		Сказка. Рассказ. Стихотворение. Настольная игра. Подвижная игра.	Систематизировать и расширить знания учащихся о тихих и подвижных играх.	Чтение сказок, рассказов.
Культура поведения							
16	Правила и приёмы приглашения в гости. Формы отказа (моделирование беседы). Искусство беседы. Подготовка поездки в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, причёска), поведение в гостях. Подарки: подбор, вручение, приём.		2		Сувенир. Подарок. Торжество. Застолье. Чаепитие.	Систематизировать и расширить знания учащихся о культуре поведения в гостях.	Правила и приёмы приглашения в гости. Формы отказа.
17	Изготовление простых сувениров.		2		Открытка. Поделка.	Сформировать умения и навыки изготовления простых сувениров.	Изготовление сувенира.
Жилище							
18	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Санитарная обработка помещения. Санитарно-гигиенические нормы, техника безопасности. Уход за полом. Средства ухода. Сухая и влажная уборка помещения. Пользование пылесосом.		2		Сезонная уборка. Ежедневная уборка. Средства уборки.	Систематизировать и расширить знания учащихся о регулярной и сезонной уборке жилого помещения, уходе за полом, средствах ухода.	Санитарно-гигиенические нормы, техника безопасности при уходе за полом.
19	Способы и периодичность ухода за окнами. Виды моющих средств. Техника безопасности. Сухая и		2		Окно. Мытьё. Безопасность.	Систематизировать и расширить знания учащихся о способах и	Способы и периодичность ухода за окнами.

	влажная уборка. П.р. «Мытьё окон».					периодичности ухода за окнами, видах моющих средств, правилах ТБ.	Виды моющих средств. Техника безопасности.
20	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Средства ухода. Техника безопасности. П.р. «Чистка мебели».		2		Мягкая мебель. Щетка. Выбивалка.	Систематизировать и расширить знания учащихся об уходе за мебелью в зависимости от её покрытия, средствах ухода, правилах ТБ.	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Средства ухода. Техника безопасности.
21	Сухая и влажная уборка жилого помещения. Тренировочные упражнения по уборке жилого помещения, комплекс. Техника безопасности.		2		Комплекс. Генеральная уборка.	Сформировать умения и навыки учащихся сухой и влажной уборки жилого помещения, правилах ТБ.	Сухая и влажная уборка жилого помещения.
Транспорт							
22	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал. Назначение. Основные службы. Правила пользования ж/д транспортом. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях. ОБЖ.		2		Вокзал. Камера хранения. Зал ожидания. Справочная.	Систематизировать и расширить знания учащихся о междугородном железнодорожном транспорте, назначении вокзала, правилах пользования ж/д транспортом.	Основные службы вокзала. Правила пользования ж/д транспортом.
23	Виды пассажирских вагонов. Типы поездов (пассажирский, скорый). Стоимость проезда. Формы приобретения ж/д билетов. Виды камеры хранения. Порядок сдачи и получения багажа. Карта ж/д направлений. Выбор направления. Определение рационального маршрута.		2		Пассажир. Плацкарт. Купе.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах пассажирских вагонов, типах поездов.	Виды пассажирских вагонов. Типы поездов.
24	Урок-экскурсия		2		Касса.	Систематизировать и	Правила

	«Железнодорожный вокзал»				Расписание. Комната отдыха.	расширить знания учащихся о железнодорожном вокзале.	пользования ж/д вокзалом. Правила поведения в ЧС.
Торговля							
25	Универмаги. Универсамы. Их назначение. Отделы. Стоимость некоторых видов товаров. Распродажа товара. Приём товара у населения: комиссионные магазины. Порядок приобретения товаров. Выбор товара. Примерка, оплата, получение чека. Защита прав потребителя.		2		Комиссионный. Распродажа. Консультант.	Систематизировать и расширить знания учащихся об универмагах, универсамах, их назначении, порядке приобретения товаров.	Назначение универмагов, универсамов.
26	Универсам. Супермаркет. Урок-экскурсия в магазин.		2		Отдел. Камера хранения.	Систематизировать и расширить знания учащихся о порядке посещения магазинов.	Порядок приобретения товаров.
Средства связи							
27	Виды бандеролей (простые, заказные, ценные, с уведомлением). Порядок их отправления (в том числе отправляемые наложенным платежом). Письма. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.		2		Заказная. Ценная. Опись. Наложенный платеж.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах бандеролей и посылок, познакомить с порядком их отправления.	Виды бандеролей, посылок. Порядок их отправления.
28	Отправление бандероли, посылки. Заполнение бланков на отправку бандероли. Составление описи посылаемых предметов. Минимальный и максимальный вес		2		Бланк. Уведомление. Защита прав потребителя.	Систематизировать и расширить знания учащихся о порядке отправления посылки, бандероли. Познакомить с	Правила отправления посылки, бандероли.

	посылки и бандероли. Упаковка. Стоимость и время пересылки. Гарантия сохранности пересылаемых предметов. Защита прав потребителя услуг связи.						
Медицинская помощь							
29	Виды доврачебной помощи: измерение температуры тела, обработка ран при микротравмах. Правила обработки раны и наложение повязки. Меры предупреждения осложнений после микротравм		2		Микротравма. Температура. Термометр.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах доврачебной помощи, правилах обработки ран.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры тела, обработка ран при микротравмах.
30	Лекарственные растения в домашней аптечке. Чтение рецептов сбора трав. Использование лекарственных растений при оказании доврачебной помощи. Приготовление настоя, отвара, фиточая.		2		Лекарственный сбор. Фиточай. Настой. Отвар.	Систематизировать и расширить знания учащихся о лекарственных растениях и их применении.	Рецепты травяных сборов. Правила приготовления настоя, отвара, фиточая.
31	Первая медицинская помощь при травмах: вывихах, переломах, растяжении. Наложение повязки, меры предупреждения переломов.		2		Сустав. Симптом. Помощь.	Систематизировать и расширить знания учащихся о правилах оказания первой медицинской помощи при травмах.	Правила оказания первой помощи при травмах.
32	Травматологический пункт. Назначение. Правила посещения.		2		Гипс. Повязка.	Систематизировать и расширить знания учащихся о назначении травмпункта, мерах	Правила безопасного поведения в быту.

						профилактики травматизма.	
Промышленные предприятия города							
33	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. Рабочие специальности. Структура, специализация, цеха, отрасли, отделы, виды выпускаемой продукции.		2		Структура. Специальность. Отрасль. Цех. Учреждение.	Систематизировать и расширить знания учащихся опромышленных предприятиях и сельскохозяйственных объектах ставропольского края.	Рабочие специальности, цеха, отрасли, отделы, виды выпускаемой продукции.
34	Контрольный урок по курсу СБО.		2			Урок контроля знаний по курсу СБО.	