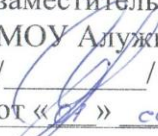
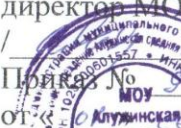


Муниципальное общеобразовательное учреждение
Алужинская средняя общеобразовательная школа им. А.А. Ихиньрова

«Согласовано» заместитель директора по УВР МОУ Алужинской средней школы /  / Л.В. Хинтуханова/ от « 07 » <u>сентябрь</u> 2021г.	«Утверждаю» директор МОУ Алужинской средней школы /  / М.Ласкин/ Протокол № <u>9</u> от « 07 » <u>сентябрь</u> 2021г.
--	--



АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Социально-бытовая ориентировка»

ДЛЯ 9-го КЛАССА

Составил (а)

Мамтаева Римма
Ламбеевна
учитель-дефектолог

с. Алужина, 2021г.

Пояснительная записка по социально – бытовой ориентировке

9 класс

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 общего развития учащихся.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, 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, транспорта, связи, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

«Питание» - одно из самых важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания, формирования умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими, механическими бытовыми приборами, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятильников и т.д.

Необходимо постепенно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения практических работ.

Беседа на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном применяются как один из ведущих методов обучения.

Использование на уроках СБО метода тестирования важно то, что учащиеся с заниженным интеллектом учатся работать с заданиями анкетного характера.

Приобретение умений и навыков в заполнении анкет является важным этапом социальной адаптации учащихся VIII вида.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки. Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного

Цель: практическая подготовка детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

Учебная 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 5 по 9 класс, за исключением разделов «Экономика домашнего хозяйства» и «Профориентация и трудоустройство», которые изучаются в 8-9 классах. 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;

- развития ловкости, скорости, внимания, смекалки, фантазии, интереса к национальным традициям.

- организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

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).

9 КЛАСС

Социально – бытовая ориентация

1. Личная гигиена. 3 ч.

Обучающиеся должны знать:

- меры профилактики курения и алкоголизма.

Обучающиеся должны уметь:

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

2. Одежда и обувь. 4 ч.

Обучающиеся должны знать:

- размеры своих одежды и обуви;

- гарантийные сроки носки;

- правила возврата;

- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;

- средства выведения пятен в домашних условиях;

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

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

- правила стирки изделий из тюля, трикотажа.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться журналом мод;

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями.

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

- выводить пятна на одежде разными средствами;

- стирать изделия из тюля и трикотажа.

3. Питание. 6 ч.

Обучающиеся должны знать:

- значение диетического питания;

- особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста;

- названия и рецепты 1 — 2 национальных блюд.

Обучающиеся должны уметь:

- составить меню диетического питания на день;

- приготовить 1—2 диетическое блюдо;

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

4. Семья. 2ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

5. Культура поведения. 2 ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

6. Жилище.3 ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

7. Транспорт.2 ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства;
- выполнять правила безопасности во время полета и правила поведения в аэропорту.

8. Торговля.3 ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

9. Средства связи.3 ч.

Обучающиеся должны знать:

- виды денежных переводов, их стоимость;
- виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их значимость, необходимость;

- стоимость услуг по каждому виду связи.

Обучающиеся должны уметь:

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

10. Медицинская помощь. 2 ч.

Обучающиеся должны знать

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

Обучающиеся должны уметь:

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

11. Учреждения, организации, предприятия. 2 ч.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

12. Трудоустройство. 3 ч.

Обучающиеся должны знать:

- учреждения и отделы по трудоустройству;
- местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- правила перехода с одной работы на другую;

- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

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

**Календарно-тематическое планирование
уроков социально-бытовой ориентировки
9класс. 1 час**

№п/п	Тема занятия	Дата	Кор-ка
1.Личная гигиена – 3 ч.			
1	Значение закаливание организма для общего состояния здоровья человека, способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных, водных, солнечных процедур, физических упражнений. Практическая работа «Выполнение физических упражнений - утренняя зарядка, принятие воздушных и солнечных ванн» /Дома/		
2	Правила и приемы ухода за руками. Косметические средства по уходу за руками. Уход за ногами. Профилактика грибковых заболеваний Практическая работа «Уход за руками. (мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук» / Дома/ Практическая работа «Уход за ногами (мытьё ног, стрижка ногтей, уход за кожей ног)» /Дома/		
3	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения — контактные линзы, линзовые коррекционные очки, хирургическое вмешательство.		
2.Обувь и одежда – 4 ч.			

4	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Определение собственных размеров одежды, головных уборов и обуви и подбирать для себя,		
5	Выбор одежды и обуви при покупке Гарантийные сроки носки, правила возврата		
6	Средства выведения пятен молока, мороженого, шоколада, крови, следов горячего утюга		
7	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при стирке из тюля, трикотажа и выведение пятен. Средства выведения пятен молока, мороженого, шоколада, крови, следов горячего утюга Практическая работа «Выведение пятен в домашних условиях со строжайшим соблюдением техники безопасности»/Дома/		
Питание – 6 ч.			
8	Диетического питание и его значение. Подбор рецептов диетического питания		
9	Питание детей ясельного возраста. Составление меню детей ясельного возраста. Практическая работа «Приготовление киселя для детей ясельного возраста» /Дома/		
10	Приготовление национальных блюд. Запись рецептов национальных блюд. Практическая работа « Приготовление национальных блюд» /Дома/		
11	Составление меню на день. Составление меню на неделю		
12	Сервировка стола на завтрак, обед, ужин		

13	Составление меню праздничного стола. Запись рецептов для праздничного стола. Сервировка праздничного стола.		
4. Семья - 2ч			
14	Основные виды семейных отношений. Морально-этические нормы взаимоотношений в семье. Обязанности, связанные с заботой о детях.		
15	Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.		
5. Культура поведения - 2ч.			
16	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.		
17	Правила приема гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита).		
Жилище – 3 ч.			
18	Рациональная расстановка мебели в квартире. Уход за мебелью в зависимости от покрытия. Интерьер		
19	Интерьер. Подбор занавесей, светильников, картин и других деталей интерьера		
20	Правила сохранения жилищного фонда		
Транспорт - 2ч.			
21	Назначение автотранспорта. Автовокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Разовые и сезонные билеты.		
22	Основные маршруты самолетов. Службы аэровокзала. Правила поведения в аэропорту. Правила безопасности во время полета		
Торговля - 3ч.			

23	Значение ярмарок: международные, межрайонные, сельские		
24	Виды ярмарок: ярмарки-выставки, ярмарки-привозы Практическая работа «Посещение отделов магазина или ярмарки распродажи товаров по сниженным ценам» /Дома/		
25	Время и место проведения ярмарок Практическая работа «Экскурсия на ярмарку» /Дома/		
Средства связи - 3ч.			
26	Основные виды связи. (Почта, телеграф, телефон, компьютер). Их назначение.		
27	Почта. Виды почтовых отправлений. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.		
28	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Практическая работа «Составить телеграмму»		
Медицинская помощь - 2ч.			
29	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению Уход за больным Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности		
30	Сюжетная игра – «Больной в доме» (измерение температуры, чтение инструкций, показаний и применение лекарств, поправка постели, организация столика у больного, ставить горчичники на кукле.)		
Учреждения, организации, предприятия - 2ч.			
31	Предприятия бытового обслуживания населения. Виды услуг, правила пользования услугами.		

32	Профессии работников этих предприятий		
Трудоустройство – 3 ч.			
33	Учреждения и отделы по трудоустройству; местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям.		
34	Виды документов, необходимых для поступления на работу Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию		
35	Правила перехода с одной работы на другую		

Литература

1. Закон Российской Федерации «Об образовании».
2. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5 – 9 классов под редакцией В. В. Воронковой
3. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, авторы Т. А. Девяткова, Л. Л. Кочеткова, А. Г. Петрикова и др. издательство Владос, Москва – 2004г.