

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ  
ХАКАСИЯ  
«БОГРАДСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

Рассмотрено на заседании МО  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.  
(рук. МО)

Согласовано с заместителем  
директора по УВР  
*Д.С.У.* Домишева Т.А.

Утверждаю  
Директор *С.В. Сердюкова*  
Г.В.  
Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**Адаптированные рабочие программы  
по учебному предмету  
«Социально-бытовая ориентировка»  
для 5-9 классов**

Составил:  
Богданович Надежда Эдуардовна,  
учитель СБО  
первая квалификационная категория

2016 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» соответствует Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г. (ст. 2, п.9), учебному плану ГБОУ РХ «Боградская санаторная школа-интернат», разработанному на основе Базисного учебного плана для специальных (коррекционных) школ VIII вида (приложение к приказу Министерства Образования Российской Федерации от 10.04.2002 года № 29/2065-п), рассчитанному на пятидневную рабочую неделю.

Программа составлена на основе Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ РХ «Боградская санаторная школа-интернат» с учетом примерной «Программы по предмету для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» под ред. В.В. Воронковой. (Изд. центр ВЛАДОС, 2011г.).

Она детализирует и раскрывает содержание, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета, которые определены стандартом.

Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительная записка, содержание тем учебного курса, календарно-тематическое планирование, требования к уровню подготовки обучающихся по каждому разделу программы, учебно-методическое обеспечение. Программа построена с учетом принципов системности, научности, доступности, а также возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

**Целью** данной программы является развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.

### **Задачи курса:**

- формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как неперемного условия социальной адаптации детей с ограниченными возможностями;
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

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.

На изучение СБО отводится не менее 31 и не более 34 часов в 5 и 9 классах, не менее 65 и не более 68 часов в 6 – 8 классах (возможность совпадения даты проведения урока с праздничным днем, карантинном и пр.).

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.

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.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса СБО:

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| 1. Личная гигиена     | 8. Торговля                               |
| 2. Одежда и обувь     | 9. Средства связи                         |
| 3. Питание            | 10. Медицинская помощь                    |
| 4. Семья              | 11. Учреждения, организации и предприятия |
| 5. Культура поведения | 12. Экономика домашнего хозяйства         |
| 6. Жилище             | 13. Трудоустройство. Профориентация.      |
| 7. Транспорт          |   |

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 детей и т.д.

Занятия по СБО решают очень важные задачи:

**расширение общей осведомленности** детей о видах деятельности людей, о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; об общественных предприятиях и организациях и т.д.;

**формирование умений** определить простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда; эстетически оформить, проявляя элементы творчества, интерьер квартиры, правильного заполнения документации и пр.;

**воспитание** личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

#### **Формы и методы реализации программных задач**

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства

обучения.

В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации **практических работ**, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя).

На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

В ряде разделов, например «Личная гигиена», «Бюджет семьи» и др., предусмотрена система упражнений, которые каждый ученик выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у обучающихся определенных умений и навыков на основе знаний, полученных как на занятиях по СБО, так и на занятиях по другим предметам.

**Беседа** на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записях в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями, другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения, используемым на занятии.

В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью. Например, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний — заключительные беседы.

**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 проводятся 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.).

В программе значительное место отводится **экскурсиям**. Они проводятся в магазины, в отделения связи, в различные учреждения.

Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Текущие экскурсии проводятся в ходе изучения темы и служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала.

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

Для прочного закрепления знаний и умений постоянно осуществляется повторение пройденного. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой.

На занятиях по СБО уделяется внимание обогащению словарного запаса, использованию пословиц, поговорок, загадок для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятий в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, написать текст, обосновать вывод. В поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся. С этой целью используются различные этапы занятий, сюжетные игры и экскурсии, проводимые учителем, в ходе которых учащиеся вовлекаются в беседу. На отдельных занятиях при прохождении ряда тем (например, «Квартплата», «Оформление на работу» и т.п.) отводится время на практическое закрепление навыков составления деловых бумаг с учетом разных жизненных ситуаций, опираясь на знания и умения, полученные на уроках родного языка.

Особое внимание обращается на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации учащихся.

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

Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение определенных видов практических работ, предусмотренных программой.

Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.п., изложенные доступным языком четко и лаконично.

Домашние задания, как правило, не задаются.

Занятия по СБО рекомендуется проводить группами из 4—5 человек. Это позволит каждому ученику, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, навыками приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

Проводить занятия по СБО в VI-IX классах целесообразно на сдвоенных уроках.

## Содержание учебного курса

### 5 класс

#### **Вводное занятие (1 ч)**

Предмет СБО (жизнь людей и их отношения в обществе, жизненный уклад, повседневная жизнь). Ознакомление с задачами обучения и планом работы на год и четверть. Правила поведения и безопасной работы в кабинете СБО. Санитарно-гигиенические требования. Организация рабочего места. Подготовка рабочей формы, материалов и инструментов. Распределение рабочих мест.

#### **Личная гигиена (5 ч)**

Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека. Предметы и средства личной гигиены

Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.

Гигиена зрения. Правила охраны зрения

Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье человека

*Практические работы:*

Чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, мытье расчесок.

#### **Одежда и обувь (4 ч)**

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

*Практические работы:*

Сушка и чистка – домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.

#### **Питание (9 ч)**

Значение питания для здоровья человека. Состав продуктов питания. Место приготовления пищи и оборудование его. Кухонная посуда, приборы, приспособления, назначение. Правила и приемы ухода за посудой.

Напитки. Приготовление чая. Правила нарезки хлеба, вареных овощей. Приготовление бутерброда. Яйцо. Блюда из яиц. Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами.

*Практические работы:*

Приготовление бутерброда. Приготовление чая. Сервировка стола к завтраку. Мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения.

#### **Семья (2 ч)**

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся: имена, отчество, место работы, возраст каждого члена семьи, дни рождения их. Взаимоотношения между членами семьи, взаимопомощь.

*Практические работы:*

Составление родового дерева (генеалогического древа). Заполнение таблицы «Родственные отношения».

#### **Культура поведения (3 ч)**

Значение осанки для общего здоровья. Формы исправления осанки.

Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. Разговор со старшими и сверстниками.

Правила поведения за столом.

*Практические работы:*

Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки. Ролевая игра, ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом.

#### **Жилище (3 ч)**

Виды жилья: собственное, государственное.

Виды жилых помещений в городе и селе. Виды помещений в жилых домах (варианты жилых и подсобных помещений). Виды отопления в городе и селе.

Почтовый адрес дома, школы-интерната.

*Практические работы:*

Написание адреса на почтовом конверте и переводе. Организация рабочего места школьника.

#### **Транспорт (2 ч)**

Виды транспортных средств. Правила дорожного движения, знаки дорожного движения.

*Практические работы:*

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся по дороге к дому, интернату. Расчет стоимости проезда от дома до школы-интерната и обратно.

### **Торговля (2 ч)**

Виды торговых предприятий. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные; продуктовые специализированные: «Овощи и фрукты», «Булочная» и др. Маркировка продовольственных товаров. Порядок приобретения товара в продовольственном магазине, правила поведения в магазине.

*Практические работы:*

Экскурсия в продовольственный магазин.

### **6 класс (66 ч)**

#### **Личная гигиена (4 ч)**

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений: сезонная одежда, обувь, головной убор.

Правила и приемы ухода за руками. Уход за ногами. Профилактика грибковых заболеваний.

*Практические работы:*

Мытье рук. Стрижка ногтей, уход за кожей рук и ног. Выполнение физических упражнений - утренняя зарядка, обливание тела.

#### **Одежда и обувь (8 ч)**

Значение опрятного вида человека. Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распорывшегося шва). Инструменты, приспособления и фурнитура для мелкого ремонта одежды; способы пришивания фурнитуры.

Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Условные обозначения, используемые в стирке и глажении белья. Инвентарь, приспособления и средства для стирки. Подготовительные этапы стирки белья; ручная стирка, сушка белья, глажение. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасности. Правила пользования утюгом.

*Практические работы:*

Пришивание пуговиц, крючков, петель, кнопки, вешалки. Зашивание одежды по распорывшемуся шву. Стирка и глажение изделий из х/б тканей вручную, строго соблюдая правила безопасной работы.

#### **Питание (12 ч)**

Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание и размораживание. Определение срока годности.

Приготовление пищи. Ужин. Правила пользования и техника безопасности при работе с электроплитой. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. Составление рецепта приготовления блюд. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите.

*Практические работы:*

Сервировка стола к ужину. Приготовление отварных макарон: картофельного пюре. Оформление готовых блюд.

#### **Семья (3ч)**

Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, продуктивная деятельность их. Права и обязанности каждого члена семьи.

#### **Культура поведения (6 ч)**

Правила поведения в общественных местах (кинотеатре, клубе, музее, библиотеке). Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Культура поведения в театре, клубе, читальном зале. Поведение в общественных местах.

*Практические работы:*

Экскурсия в библиотеку. Сюжетная игра «Запишите меня в библиотеку».

#### **Жилище (9 ч)**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Правила организации рабочего места школьника.

Комнатные растения (их назначение, допустимое количество, уход).

Инвентарь, приспособления и средства по уходу за полами. Повседневная сухая и влажная уборка помещения: использование в уборке электропылесоса. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с бытовыми электроприборами и химическими средствами.

*Практические работы:*

Уборка помещения. Мытье полов. Уход за комнатными растениями.

#### **Транспорт (6 ч)**

Основные транспортные средства. Правила пользования городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый проездной, проездной единый билет). Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. Порядок приобретения билетов.

*Практические работы:*

Экскурсия на вокзал (авто). Изготовление знаков дорожного движения (для игр).

#### **Торговля (4 ч)**

Продовольственные и специализированные магазины. Виды товаров. Их стоимость. Порядок приобретения товаров. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли. Правила поведения в магазине и общения с работниками магазина.

*Практические работы:*

Экскурсия в магазин промышленных товаров.

#### **Средства связи (7 ч)**

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма). Виды писем (открытое, закрытое, простое, заказное, ценное). Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Правила поведения и общения с работниками почты, телеграфа.

*Практические работы:*

Экскурсия на почту, телеграф. Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки. Упаковка бандероли, посылки; определение стоимости отправки простых и ценных посылок.

Составление текста телеграммы, подсчитывание стоимости телеграммы.

#### **Медицинская помощь (6 ч)**

Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи. Работники медицинских учреждений:

врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Виды доврачебной помощи. Основной состав домашней аптечки.

*Практические работы:*

Экскурсия в аптеку для знакомства с отделами, с видами отпуска товара.

### **Учреждения, организации и предприятия (3 ч)**

Дошкольные и школьные учреждения: детские сады, школа, дом детского творчества, гимназия, лицей, колледж и их назначение. Соблюдение правил поведения в общественных местах.

*Практические работы:*

Экскурсия в Дом детского творчества для ознакомления с видами кружков

## **7 класс (68 ч)**

### **Личная гигиена (2 ч)**

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Правила ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Гигиена одежды, постельного и нательного белья.

*Практические работы:*

Подбор мыла, шампуни для мытья кожи и волос с учетом их состояния (жирные, сухие, нормальные)

### **Одежда и обувь (10ч)**

Значение продления срока службы одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. Виды стиральных машин, их устройство. Техника безопасности при работе со стиральной машиной. Подготовительные работы перед загрузкой белья в машину, эксплуатация машины. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг. Правила пользования прачечной.

*Практические работы:*

Ремонт одежды, штопка и наложение заплат. Стирка изделий из шелка вручную. Экскурсия в прачечную.

### **Питание (16 ч)**

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. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Составление рецепта приготовления блюд. Сервировка стола.

*Практические работы:*

Приготовление щей, компота. Чтение рецептов и подбор продуктов. Соблюдение правил безопасности при работе с режущими инструментами. Сервировка стола к обеду.

### **Семья (2ч)**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми: умывание, обувание, одевание, причесывание: соблюдение чистоты и порядка в школе- интернате, дома. Тихие и подвижные игры, сказки, песенки. Правила игры с детьми в игры.

### *Практические работы:*

Оказание помощи первокласснику на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с младшими школьниками.

### **Культура поведения (5 ч)**

Правила и приемы приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки. Культура поведения в гостях. Выбор подарка. Прием и вручение подарка.

### *Практические работы:*

Изготовление несложных сувениров

### **Жилище (5 ч)**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Инвентарь, приспособления и средства по уходу за полами. Уход за полом, в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом. Сезонная уборка жилого помещения. Способы и периодичность ухода за окнами; виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон; способы утепления окон. Правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.

Животные в доме.

### *Практические работы:*

Мытье и утепление окон. Сухая и влажная уборка помещения.

### **Транспорт (5 ч)**

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получение багажа. Правила безопасности во время поездки в транспорте

### **Торговля (4 ч)**

Универмаги и универсамы, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принцип действия; примерка одежды и обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека. Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения. Правила поведения в магазине и общения с работниками магазина.

### *Практическая работа:*

Экскурсия в магазин.

### **Средства связи (3 ч)**

Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением). Порядок их отправления. Упаковка, стоимость пересылки. Посылки, виды упаковок. Правила отправления, стоимость отправления. Посылки, бандероли, отправленные наложенным платежом. Перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке. Правила поведения и общения с работниками почты- телеграфа

### *Практические работы:*

Экскурсия на почту, телеграф. Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки. Упаковка бандероли. Посылки.

### **Медицинская помощь (6 ч)**

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.). Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны. Домашняя аптечка ее состав. Меры по предупреждению переломов.

*Практические работы:*

Упражнения в наложение повязки на раны.

Приготовление отваров из трав. растений.

#### **Учреждения, организации и предприятия (2 ч)**

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села; название цехов, отделов, рабочих специальностей, виды выпускаемой продукции.

#### **Экономика домашнего хозяйства (5 час)**

### **8 класс**

#### **Личная гигиена (2 час).**

Уход за кожей лица. Косметические средства.

Практическая работа: упражнения в протирании кожи лица лосьоном. Нанесение крема.

#### **Одежда 6 час**

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Утюжка блузок, рубашек, платьев.

Прачечная. Правила пользования. Виды услуг.

#### **Питание (14 ч)**

Приготовление изделий из теста.

Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов, ягод.

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

*Практическая работа.*

Приготовление блинов.

Упражнения в составлении меню.

#### **Семья (6 ч).**

Уход за грудным ребенком.

#### **Культура поведения (4 ч)**

Культура общения юноши и девушки.

Внешний вид молодых людей.

#### **Жиллище (4 ч)**

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.

Моющие средства, используемые при уборке. ТБ при работе с моющими средствами.

#### **Транспорт 4 ч**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов.

Приобретение билетов. Стоимость проезда.

Экскурсия на автовокзал.

#### **Торговля 4 ч**

Специализированные магазины: спортивный, книжный и др.

Стоимость основных промышленных товаров.

Практическая работа.

Упражнение в подсчете стоимости товара.

### **Средства связи 4 ч**

Телефон. Пользование телефоном-автоматом. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб. Междугородняя телефонная связь. Тарифы на телефонные разговоры.

### **Медицинская помощь 6 ч**

Первая помощь при несчастных случаях.

Первая помощь утопающему.

Глистные заболевания. Профилактика.

### **Учреждения и организации 2 ч**

Департамент. Муниципалитет. Полиция. Их назначение.

Экскурсия в одну из организаций.

### **Экономика домашнего хозяйства 12 час**

Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда, обувь, культурные потребности и т.д.)

Расходы на питание.

Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг.

Итоговый урок за курс 8 класса

## **9 класс**

В 9 классе значительно увеличено количество часов на изучение тем «Экономика домашнего хозяйства» и «Трудоустройство и профориентация» за счет исключения тем «Одежда и обувь», «Транспорт», «Средства связи» и др. Обусловлено это сокращением количества часов в учебном плане.

### **Питание 7 час**

Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола.

Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.

*Практическая работа:*

Приготовление национально блюда. Составление праздничного меню.

### **Семья 5 час**

Основы семейного очага. Закон РФ о браке и семье.

### **Культура поведения 2 час**

Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей.

### **Жилище 2 час**

Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.

Сохранность жилищного фонда.

### **Торговля 2 час**

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания. Отделы рынка.

Комиссионные магазины. Торговля уцененными товарами.

Ярмарки. Их виды.

### **Экономика домашнего хозяйства. Человек в экономической системе. 4 час**

Семейная экономика. Потребности, потребитель, потребление. Расходы на удовлетворение культурных потребностей. Текущие расходы.

Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Назначение сбережений. Кредит. Государственное страхование. Страховые услуги. Налоги. Социальная защита населения.

### **Профориентация и трудоустройство 8 час**

Человек как работник. Выбор профессии. Производство. Виды современных фирм.  
Условия труда. Охрана труда. Профессиональная жизненная перспектива. Безработица.  
Учреждения и отделы по трудоустройству.

Оформление на работу. Документы, необходимые при устройстве на работу.

Деловые бумаги. Правила их составления.

*Практические работы:*

Составление деловых бумаг.

Определение качеств личности, необходимых для выбранной профессии.

Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

### **Медицинская помощь 3 час**

Уход за больным. Чтение аннотаций к лекарственным препаратам.

Итоговый урок за курс 9 класса 1 час

### **Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы у обучающихся 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.

Учащиеся с интеллектуальной недостаточностью 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 (нанитки, 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);
- зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
- 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 щёткой для чистки ковровых покрытий;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
- ухаживать за комнатными растениями (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками.

Начиная с 5 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); связи (почта, телеграф); медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека); культуры (библиотека, музей);
- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.
- 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 (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, музей). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения музея, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в общественных местах.

Начиная с 6 класса, учащиеся постепенно готовятся к семейной жизни.

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.) направлено на умение 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: заключение трудового договора, переход с одной работы на другую, начисление трудового стажа, оформление больничного листа.