

**Государственное образовательное учреждение Ярославской области  
Переславль-Залесская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №3**

*Адрес: 152025 г. Переславль-Залесский Ярославской обл., ул. Магистральная, д. 43*

*Телефоны: (848535) 6-09-03, 6-09-04. Электронная почта: deti@deti.pereslavl.ru*

---

Утверждена приказом директора школы:

№ \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Директор школы: \_\_\_\_\_

Ивахненко А.И.

**Рабочая программа  
учебного курса «Социально-бытовая ориентировка» в 8 классе  
20\_\_ / \_\_ учебный год**

**Учителя социально-бытовой ориентировки**

## **Пояснительная записка**

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. Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведение домашнего хозяйства, ориентации в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Планирование составлено на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов под редакцией В.В. Воронковой, изд-во «ВЛАДОС», М., 2000г., базисного учебного плана специальных общеобразовательных (коррекционных) учреждений VIII вида (первый вариант).

## **Основные задачи преподавания СБО**

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов.

Темы «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» помогают овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, помогают овладеть навыками приготовления пищи, составления деловых бумаг, заполнения различного рода бланков. Темы «Личная гигиена», «Бюджет семьи» способствуют подготовке детей к самостоятельной жизни. Тема «Средства связи» расширяет и закрепляет знания о различных видах почтовых отправок. Темы «Квартплата» «Оформление на работу» закрепляют навыки составления деловых бумаг с учетом различных жизненных ситуаций.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся 8 класса**

Учащиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств;
- правила стирки и сушки белья из шерстяных тканей;
- правила и последовательность глажения изделий;
- виды теста, способы приготовления изделий из него;
- способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов;
- купать, одевать, пеленать куклу;
- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки;
- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной;
- основные автобусные маршруты, водного транспорта;
- рынок, его виды, основные отличия рынка от маназина;
- виды телефонной связи, периодичность оплаты;
- правила и приемы оказания первой мед. помощи;
- составные части бюджета семьи и их размер.

Учащиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица;

- в меру пользоваться косметикой;
- стирать и сушить изделия из шерстяной ткани;
- гладить блузки, рубашки, платья;
- приготовить пресное тесто и изделия от него (лапшу, печенье);
- нашинковать морковь, зелень;
- записать рецепт соленья, варенья;
- правила ухода за грудным ребенком;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в ресторане;
- мыть кафельные стены, чистить сантехнику;
- пользоваться печатными инструкциями;
- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- выбирать месторасположение нужных товаров;
- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;
- подсчитать бюджет семьи;
- составить доверенность на получение зарплаты.

### Тематическое планирование уроково СБО в 8 классе

N п/п	Наименование разделов	Всего часов	Из них		Экскурсии	Примечание
			практические и экскурсии	контрольный и диагностический материал		
1	Личная гигиена	6	3	-	-	
2	Одежда и обувь	4	2	1	1	
3	Питание	13	5	-	-	
4	Семья	4	2	-	-	
5	Культура поведения	6	1	1	-	
6	Жилище	4	2	-	-	
7	Транспорт	8	1	1	1	
8	Торговля	6	-	-	1	
9	Средства связи	6	-	-	1	
10	Медицинская помощь	4	1	-	-	
11	Экономика домашнего хозяйства	5	1	1	1	
12	учреждения, организации и предприятия	2	-	-	1	
Итого:		68	18	4	6	

### Поурочное планирование уроков СБО в 8 классе

№№	Дата	Тема урока	Повторение	Словарь	Практические работы и экскурсии	Оборудование	Контрольно-диагностический материал
<b>1 четверть – 18 часов</b> <b>«Личная гигиена» - 6 часов</b>							
1.		Значение косметики для девушек и юношей. Правила ухода за кожей лица с использованием средств косметики.	Повторить правила ухода за кожей лица, умение их применять.	Пудра, лосьон, косметика.		Иллюстрации с изображением косметических средств.	Ответы на вопросы.
2.		Протирание кожи лица, подбор лосьона.	Повторить правила ухода за кожей лица. Умение правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук.	Крем, лосьон.	Практическая работа № 1.	Косметика, вата.	Результаты практической работы
3.		Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	Повторить, какую роль играет здоровье для человека.	.		Иллюстрации, таблицы.	Работа с таблицами.
4.		Средства и способы сбережения здоровья.	Повторить, как использовать подручные материалы дополнительно к лосьонам и кремам.	Косметика.		Таблица, технологические карты.	Работа с таблицами и технологическими картами.

5.		Отвар из трав, нанесение крема с учётом состояния кожи.	Повторить правила ухода за кожей лица.	Маска, косметика	Практическая работа № 2.	Ванночка, лосьон, крема.	Результаты практической работы.
6.		Использование масок из трав, фруктов, овощей.	Повторить, как правильно ухаживать за кожей лица.	Маска, косметика.	Практическая работа № 3.	Ванночка, лосьон, крема.	Результаты практической работы
<b>« Одежда и обувь» - 4 часа.</b>							
7.		Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей.	Повторить особенности ухода за одеждой.	Шерсть, синтетика.		Образцы тканей.	Ответы на вопросы.
8.		Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	Повторить правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей. умение стирать и сушить изделия.	Стирка, сушка изделия.	Практическая работа № 4.	Иллюстрации, карты, таз, стиральный порошок, изделия.	Работа с технологическими картами.
9.		Правила и приёмы глажения блузок, рубашек, платьев.	Повторить правила и последовательность утюжки изделий. Умение правильно выполнять утюжку изделий.	Утюг, гладильная доска.	Практическая работа № 5. «Утюжка изделий».	Утюг, гладильная доска, изделия.	Результаты практической работы
10.		Знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами по приведению одежды в надлежащий вид. Правила дорожного движения: «Проходите – путь открыт».	Повторить виды предприятий, их значения, правила подготовки вещей и сдача в чистку.	Химчистка, прейскурант	Экскурсия в химчистку.	Квитанции, образцы заполнения	Работа по заполнению квитанций.
<b>Питание- 8 часов</b>							
11.		Виды теста: дрожжевое, пресное.	Повторить виды теста, способы приготовления.	Дрожжевое, пресное тесто.		Инструкционная карта, иллюстрации.	Работа с инструкционными картами.
12.		Приготовление пресного теста.	Виды теста.	Дрожжевое тесто.	Практическая работа № 6.	Кастрюля, мука, вода, кухонная утварь.	Результаты практической работы
13.		Заготовка продуктов впрок: варения, огурцов.	Повторить технологию обработки продуктов.	Заготовка продуктов.		Запись рецептов, соление.	Работа с рецептами.
14.		Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов.	Повторить виды теста.	Консервирование.		Рецепты, солений, варения.	Работа с рецептами.
15.		Приготовление нарезки зелени и фруктов для сушки.	Повторить обработку зелени.	Рецепт.	Практическая работа № 7.	Кухонный инвентарь, зелень.	Результаты практической работы
16.		Запись рецептов солений, консервирование, варение.	Повторить, как правильно заготавливать продукты.	Шинковать.	Практическая работа № 8.	Технологическая карта.	Работа с технологическими картами.

17.		Приготовление овощного салата.	Повторить технологию приготовления овощного салата.	Кухонный инвентарь.	Практическая работа № 9.	Кухонный инвентарь, овощи, блюдо.	Результаты практической работы.
18.		Заготовка ягод без тепловой обработки.	Повторить технологию приготовления ягод.	Рецепт.		Технологическая карта.	Работа с технологическими картами.
<b>II четверть – 14 ч «Семья» - 4 часа</b>							
19.		Грудной ребёнок в семье. Участие в уходе за ним, кормление из соски.	Повторить правила ухода за грудным ребёнком.	Кукла, пелёнки.		Кукла, комплект для новорождённого.	
20.		Пеленание, уборка постели.	Повторить правила пеленания новорождённого ребёнка.	Пеленание.		Кукла, пелёнки.	
21.		Упражнения в купании и пеленании куклы.	Повторить правила пеленания новорождённого ребёнка.	Купание, пеленание.	Практическая работа № 10.	Ванночка, кукла.	
22.		Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	Повторить санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды.	Санитарно-гигиенические требования.		Инструкционная карта, игрушки, посуда.	Работа с инструкционными картами.
<b>«Жилище» - 4 часа.</b>							
23.		Уборка кухни, санузла, ванны.	Повторить правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны.	Кухня, санузел.		Средства для уборки кухни, санузла и ванной комнаты.	
24.		Мытьё кафельных стен, чистки раковин.	Повторить, как правильно мыть кафельные стены, чистить раковины.	Кафель, чистка.	Практическая работа № 11.	Средства для мытья кафельной плитки.	Ответы на вопросы
25.		Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, ванны.	Повторить моющие средства, используемые при уборке помещений.	Порошок, раковина.		Таблица моющих средств.	Работа с таблицами.
26.		Мытьё стен, окон, раковин	Повторить правила ТБ при уборке.	Порошок.	Практическая работа № 12.	Ведро, порошок.	Результаты практической работы.
<b>«Культура общения» - 5 часов.</b>							
27.		Культура общения юношей и девушек.	Повторить правила поведения юношей и девушек при знакомстве в общественных местах.	Вежливость, культура общения.		С/р «Знакомство».	
28.		Культура общения, встреча молодых людей.	Повторить правила общения при встрече.	Культурно, вежливо.		С/р «Встреча молодых людей».	
29.		Внешний вид молодых людей.	Повторить требования к внешнему виду.	Парфюмерия и косметические		Иллюстрации, косметика,	Тестирование «Уход за кожей лица, рук и

				средства.		фотографии.	ног»
30		Внешний вид девушки и юноши.	Умение выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст. Правила опрятности.	Бижутерия, косметика.		Фотографии, журналы мод.	Моделирование «Одень юношу (девушку)».
31.		Волосы, тип волос. Уход за волосами.	Повторить правила ухода за волосами.	Шампунь.		Таблица типов волос.	Работа с таблицами.
32.		Косметические средства для своей кожи.	Повторить, как правильно наносить крем на лицо.	Косметика.	Практическая работа № 13.	Крем, пудра.	
<b>III четверть (20 ч) « Транспорт» - 8 часов.</b>							
33		Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	Повторить основные автобусные маршруты.	Автотранспорт.		Географическая карта, макеты машин.	Работа с географической картой.
34.		Основные автобусные маршруты.	Повторить автобусные маршруты.	Автовокзал.		Схемы маршрутов.	Работа со схемами.
35.		Расписание движения автобусов и их направления.	Повторить расписание движения автобусов.	Автобус.	Практическая работа № 14.	Таблица маршрутов, географическая карта.	Работа с таблицей.
36		Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	Повторить, где и как приобретать автобусные билеты.	Стоимость		Касса, билеты.	
37.		Значение водного транспорта (речного, морского). Пристань.	Повторить основные маршруты водного транспорта.	Пристань, водный транспорт.		Географические карты, схемы.	Работа с картами и схемами.
38		Значение морского транспорта. Порт.	Повторить основные маршруты морского транспорта.	Теплоход, ракета.		Схемы морского транспорта.	Работа со схемами.
39		Основные службы. Основные маршруты.	Повторить правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта.	Основные службы.		Географические карты.	Работа с картами.
40		Расписание, порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до условного пункта назначения. Инструктаж по ПДД «Как разговаривает улица».	Повторить, как обращаться за справкой, покупать билеты, определять стоимость проезда.	Стоимость	Экскурсия на автовокзал.	Географическая карта.	

**«Торговля» - 6 часов.**

41	Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые.	Повторить значение рынков и его виды.	Крытые, вещевые, продуктовые.		Фотографии, иллюстрации.	
42.	Рынки: постоянно действующие, временные, оптовые, мелкооптовые.	Повторить значение рынков. Умение ориентироваться.	Оптовые, мелкооптовые.		Фотографии.	
43	Экскурсия на рынок. Инструктаж по ПДД и правилах поведения в общественных местах.	Повторить, как отличать вещевые рынки от оптовых.	Рынок.			
44	Отличие рынка от магазина.	Повторить основные отличия рынка от магазина.	Цена, стоимость.		Стоимость продуктов на рынке и магазине.	
45	Сравнение рыночных цен и магазинных на одно и тоже наименование товара.	Повторить правила покупателя на рынке.	Цена, стоимость.		Стоимость овощей на рынке.	
46	Выявление системы расположения продаваемой продукции, нахождение более низких цен.	Повторить правила поведения на рынке, цены на основные продукты.	Цена, стоимость.		Стоимость продуктов на рынке.	Ответы на вопросы

**«Средства связи» - 6 часов.**

47	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном автоматом, мобильным телефоном.	Повторить виды телефонной связи.	Телефон-автомат, таксофон, мобильный телефон, компьютер.		Телефонный аппарат.	
48	Телефонный справочник. Его назначение.	Повторить, как правильно пользоваться телефонным справочником.	Телефон.	Практическая работа № 15.	Телефонный справочник.	Работа со справочником.
49.	Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону.	Повторить номера экстренных вызовов.	Аварийный, экстренный вызов.		С/р игра «Телефон».	
50.	Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью.	Повторить виды междугородней связи, правила пользования автоматом	Разговор.	Практическая работа № 16.	Папка транспорт. Междугородний телефон.	
51	Тарифы на междугородние телефоны.	Повторить тарифы на междугородние телефонные разговоры.	Междугородняя связь.			Ответы на вопросы



52		Экскурсия на переговорный пункт. Инструктаж по ПДД.	Повторить тарифы на междугородние телефонные разговоры.	Междугородняя связь.	Экскурсия на переговорный пункт.		Знания правил по технике безопасности
<b>IV четверть – 16 часов. «Медицинская помощь» - 4 часа.</b>							
53		Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обморожение, солнечный удар, отравление)	Повторить правила и приёмы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.	Обморожение, ожог, степень.		Плакаты, подручные средства для оказания помощи при несчастных случаях.	Ответы на вопросы
54		С/р игра «Оказание помощи при несчастных случаях».	Повторить, как оказывать первую помощь при ожогах, обморожениях.	Ожог.	Практическая работа № 17.	Плакаты.	Работа с плакатом.
55		Первая помощь утопающему.	Повторить приёмы оказания помощи спасённому из воды.	Утопающий.		Плакаты.	
56		Меры по предупреждению несчастных случаев.	Повторить меры по предупреждению несчастных случаев в быту	Несчастный случай.	Практическая работа № 18.	Инструктаж по ТБ.	
<b>«Экономика домашнего хозяйства» - 5 часов.</b>							
57		Бюджет семьи: виды источников дохода и порядок их получения. Основные расходы и статьи.	Повторить составные части бюджета семьи, их размеры. Основные статьи расхода в семье, стоимость крупных покупок.	Статьи расходов, доходы.		Схемы, карточки с заданием.	Работа со схемами.
58		Оздоровление организма, создание уюта. Повышение уровня культуры. Помощь родственникам.	Повторить, как подсчитывать бюджет семьи, расходы, планируя на месяц.	Коммунальные услуги, жилплощадь.		Папка «Экономика домашнего хозяйства».	
59		Упражнение в определении суммы расходов на месяц. Снятие показаний счётчика, заполнение квитанций.	Повторить, как снимать показания счётчика	Квитанция.	Практическая работа № 19.	Квитанция, снятие показаний с счётчика.	Результаты практической работы
60		Сбережения. Значения, способы экономии, назначение сбережений.	Повторить правила экономии, виды и цели сбережений.	Экономия сбережения.	Практическая работа № 20.	Бланки, образцы заполнения.	Работа с бланками.
61.		Экскурсия в РЭУ и сбербанк для ознакомления с видами деятельности этих учреждений. инструкция по ПДД.	Повторить порядок сбережений в банке.	РЭУ	Экскурсия в РЭУ.		
<b>«Учреждения» - 2 часа.</b>							
62		Департамент, муниципальный, префектура, милиция их значения.	Повторить куда и к кому обращаться в случае необходимости.	Муниципалитет, префектура.			Ответы на вопросы

63.		Экскурсия в префектуру для знакомства с отделами и их возможностями оказания помощи. Инструкция по ПДД.	Повторить отделы распределения жилой площади соц. обеспечения.	Социальное обеспечение. КДН.	Экскурсия в префектуру.		Знание правил дорожного движения
<b>Питание (5 ч)</b>							
64.		Технология приготовления сдобного теста для пирога.	Виды теста.	Сдоба	Приготовление пирога с яблоками.	Таблица «Виды теста»	Дополнение рецепта сдобного теста.
65.		Технология приготовления песочного теста.	Приготовление сдобного теста.	Песочное тесто.	Выпечка песочного печенья.	Таблица «Виды теста»	Дополнение рецепта песочного теста.
66.		Составление меню завтрака.	Приготовление молочных каш.	Крупяные изделия.	Приготовление молочной каши.	Таблица «Натуральные нормы питания», «Полезные продукты»	Составление меню завтрака и расчёт его стоимости на 2-х человек.
67.		Составление меню обеда.	Продукты питания.	Овощи. Бульон.	Приготовление вегетарианского картофельного супа.	Таблица «Натуральные нормы питания», «Полезные продукты»	Составление меню обеда расчёт его стоимости на 2-х человек.
68.		Составление меню ужина.	Животные и растительные продукты.		Заваривание чая. Сервировка стола к чаю.	Таблица «Натуральные нормы питания», «Полезные продукты»	Составление меню ужина расчёт стоимости на 2-х человек.