


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11 с. Волочаевка»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УР
 Тишкова Н.А.
« 10 » августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ № 11
 Седова Г.Я.
Приказ № 189/2
от « 11 » августа 2021 г.

Рабочая программа

По предмету «Социально бытовое ориентирование».

Класс-4

Уровень: Адаптированная образовательная программа для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Сроки реализации: 2021-2022 учебный год.

Общее количество часов -34

Учитель: Долгова Светлана Викторовна.

Волочаевка 2021 г.

Пояснительная записка

- Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1-4 класса /А.А. Айдарбекова, В.М. Белов, В.В. Воронкова и др./ 8-е изд. –М.: Просвещение, 2013г.

Программа содержит обязательный минимум образования, учебный план и программа предусматривают 1 час в неделю, что составляет 34 часа в год

Планируемые результаты

5.1 Личностные результаты:

- осознание своей идентичности как гражданина страны, члена семьи, этнической и религиозной группы, локальной и региональной общности;
- освоение гуманистических традиций и ценностей современного общества, уважение прав и свобод человека;
- осмысление социально-нравственного опыта предшествующих поколений, способность к определению своей позиции и ответственному поведению в современном обществе;
- понимание культурного многообразия мира, уважение к культуре своего и других народов, толерантность.

5.2 Метапредметные результаты:

- способность сознательно организовывать и регулировать свою деятельность — учебную, общественную и др.;
- владение умениями работать с учебной и внешкольной информацией (- способность решать творческие задачи, представлять результаты своей деятельности в различных формах (сообщение, эссе, презентация, реферат и др.);
- готовность к сотрудничеству с соучениками, коллективной работе, освоение основ взаимодействия в школе и социальном окружении и др.

5.3 Предметными результатами изучения курса «СБО» является сформированность следующих умений:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.
- владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;
- получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

5.4. Система оценки результатов.

Система оценки результатов развития познавательных процессов учащегося предполагает проведение диагностик: Входящих(первичных), динамического наблюдения, текущей и этапной диагностики, итоговой. А так же в течении учебного (по необходимости) наблюдение

за выполнением предложенных заданий, устный опрос, письменные работы.

Содержание курса.

Культура поведения

Личная гигиена

Включает в себя отработку умений по самостоятельному уходу за частями тела: уход за руками, ногами, волосами, зубами, ушами, глазами.

Одежда

Виды одежды, назначение. Сезонная одежда. Головные уборы, назначение. Хранение одежды. Повседневный уход за одеждой. Сушка, уход за сезонной одеждой. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалки, крючков, зашивание распоровшегося шва на одежде). Моющие средства для стирки белья (мыло, стиральный порошок). Стирка мелких предметов одежды

«Обувь»

Знакомится с видами сезонной обуви. Практикуется в чистки, сушке обуви. Завязывание шнурков.

Жилище

Значение жилища в жизни человека. Виды жилых помещений в городе и селе (жилой дом, коттедж и т.д.). Жилой дом. Его устройство. Подсобные помещения. Квартира. Варианты квартир. Подсобные помещения. Домашний адрес. Гигиенические требования к жилому помещению; меры по их обеспечению. Повседневная уборка жилья: сухая, влажная. Средства по уходу за жилищем. Пылесос. Техника безопасности. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Средства ухода за мебелью.

.

Транспорт

Виды городского транспорта. Правила пользования городским транспортом. Маршрут в школу и из школы. Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Железнодорожный вокзал. Правила поведения на железной дороге.

Питание

Данный раздел является жизненно-важным, так как приготовление пищи очень значимый аспект в самостоятельной жизни ребенка в будущем. Получение элементарных знаний и умений учеником в этой области, поможет максимально адаптировать во взрослой среде будущего выпускника.

Торговля- Виды магазинов. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Правила покупки товаров.

Содержание тем учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» 4 класс.

Обоснование объема и содержания

Настоящая программа по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка», рассчитана на 1 год обучения -34 часа (1 час в неделю) в соответствии с учебным планом школы и является программой сниженного (минимально-необходимого) уровня обучения.

«Личная гигиена»

Включает в себя отработку умений по самостоятельному уходу за частями тела: уход за руками, ногами, волосами, зубами, ушами, глазами.

«Одежда»

В данном разделе ребенок учится подбирать одежду и ухаживать за ней. Практикуется в стирке, чистке одежды. Складывание одежды и белья.

«Обувь»

Знакомится с видами сезонной обуви. Практикуется в чистки, сушке обуви. Завязывание шнурков.

«Жилище»

Здесь актуально приобретение и совершенствование умений по поддержанию чистоты и порядка в комнате, удаление пыли. Ученик так же получает практические умения по определению того, что является причиной беспорядка.

«Питание»

Данный раздел является жизненно-важным, так как приготовление пищи очень значимый аспект в самостоятельной жизни ребенка в будущем. Получение элементарных знаний и умений учеником в этой области, поможет максимально адаптировать во взрослой среде будущего выпускника.

Учебно-тематический план Распределение учебного материала.

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Итоговая аттестация
1	Личная гигиена	8	
2	Одежда	7	
3	Обувь	3	
4	Жилище	8	
5	Питание	7	1
	Всего 34		

Календарно-тематическое планирование. «Социально-бытовая ориентировка» 4 класс (1 часа в неделю, всего 34 часов)

№ п/п	Дата		Тема урока	Кол- во часов	Требования к знаниям и умениям
	планируемая	фактическая			
			І четверть	8 ч.	Знать
			Личная гигиена	8 ч.	
			Мое тело и уход за ним.	1 ч.	режим своего дня; последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета.

			Уход за руками.	1 ч.	средства ухода за руками; когда нужно мыть руки; последовательность действий при мытье рук; об индивидуальности средств ухода за руками.
			Уход за ногами.	1 ч.	средства ухода за ногами; когда нужно мыть ноги; последовательность действий при мытье ног; об индивидуальности средств ухода за ногами.
			Уход за зубами.	1 ч.	средства ухода за зубами и место их хранения; необходимость и периодичность чистки зубов; правила чистки зубов; об индивидуальности средств ухода за зубами.
5			Правила чистки зубов.	1 ч.	
			Уход за ушами.	1 ч.	средства ухода за ушами; необходимость и периодичность мытья ушей; правила мытья ушей.
			Уход за глазами. Гимнастика для глаз. Название частей тела.	1 ч.	о гигиене глаз; оправильном освещении и посадке при чтении и просмотре телепередач; о временных ограничениях при просмотре телепередач; необходимость ношения очков при назначении врача. Части тела.
			Уход за волосами.	1 ч	средства ухода за волосами; необходимость и периодичность мытья волос; правила расчёсывания и мытья волос.
			II четверть	7 ч.	
			Одежда.	7 ч.	
			Одежда и ее значение.	1 ч.	названия и последовательность времен года; признаки времен года; температурные особенности разных сезонов; виды головных уборов и
			Подбор одежды и головного убора по сезону.	1 ч.	

					сезонной одежды :зимняя, летняя, демисезонная.
			Складывание одежды.	1 ч.	способы хранения одежды: складывание, развешивание; приемы складывания различных вещей: носовых платков, трусов, маек. способы аккуратного размещения одежды в личном шкафчике.
			Приемы складывания одежды.	1 ч.	
			Складывание белья.	1 ч.	
			Уход за одеждой – чистка.	1 ч.	средства для чистки и стирки одежды; правила чистки и стирки одежды и способы действий.
			Стирка одежды.	1 ч.	
			III четверть	11ч.	
			Обувь.	3 ч.	
			Обувь и ее значение.	1 ч.	названия и последовательность времен года; признаки времен года; температурные особенности разных сезонов; виды обуви :зимняя, летняя, демисезонная.
			Уход за различного вида обувью.	1 ч.	значение чистоты обуви; средства для чистки и мытья обуви.
			Средства для чистки и мытья обуви.	1 ч.	
			Жилище.	8 ч.	
			Жилое помещение.	1 ч.	номер своей квартиры; количество комнат и их назначение; название, местонахождение, назначение помещений в своей квартире. О необходимости регулярных уборок дома.
			Квартира.	1 ч.	
			Комната.	1 ч.	
			Уборка помещения. Виды уборок.	1 ч.	
			Значение для человека чистоты и порядка. Поддержание чистоты и порядка.	1 ч.	
			Уборка пылесосом.	1 ч.	
			Мытье игрушек.	1 ч.	
			Расстановка книг и игр.	1 ч.	
			IV четверть	7 ч.	

			Питание.	7	
			Кухонная посуда и столовые приборы. Посуда и ее предназначение.	1 ч.	слова обобщенного значения "посуда", "столовые приборы"; названия предметов посуды, их назначение; виды посуды (кухонная, столовая, чайная); столовые приборы(ложка(чайная,столовая), вилка, нож).
			Сервировка стола.	1 ч.	
			Мытье посуды.	1 ч.	
			Чистка посуды.	1 ч.	
			Приготовление пищи. Работа с теркой.	1 ч.	гигиенические требования при приготовлении пищи; технику безопасности при работе с ножом; ингредиенты и последовательность приготовления бутербродов, овощного салата. Понятие рецепт.
			Бутерброды холодные, горячие.	1 ч.	
			Салат фруктовый. Оформление мороженого в вазочки.	1 ч.	
			Пироженное «Картошка». «»Итоговый урок за год.	1 ч.	Технологию приготовления пироженного. Рецепт. Основные понятия изученных тем.

Итоговая промежуточная аттестационная работа по предмету «СБО»», 3 класс.

Форма проведения:

Тест.

Временной регламент: 40 минут.

Инструктаж проведения:

1. Подготовительные упражнения.
2. Инструкция учителя о порядке выполнения заданий.

расставь стрелки.		
Что может быть общим?		Что должно быть личным?
	Полотенце для рук	
	Расческа	
	Крем для рук	
	Носовой платок	
	Полотенце для ног	
	Туалетное мыло	

	Зубная паста	
	Шампунь	
	Крем для лица	
	Мочалка	
	Туалетная бумага	
	Зубная щетка	

Перечисли необходимые действия для сохранения здорового зрения.

Прочитай вопрос	Отметь нужный ответ
Что такое диетическое питание?	Это специально установленный режим питания для больных людей Название блюда Свой ответ
Выберете диетические блюда	Молочный суп Жареное мясо Котлеты паровые Вареное куриное мясо Напишите своё блюдо
Ясельный возраст - это	От 3 лет до 4 лет От 1 года до 3 лет От 0 до 1 года
Что такое национальное блюдо?	Название блюда Блюдо основное для какой-либо страны
При сервировке праздничного стола должно быть ...	Красивая скатерть Украшений не надо Поставить вазу с цветами Заранее ставить столовую посуду

Даны верные и неверные утверждения. Учащиеся выбирают из них нужные, записывают их шифр в тетрадь.

«Р» - руки и посуду надо мыть горячей водой.

«У» - руки и посуду надо мыть холодной водой.

«Е» - надень фартук, подбери волосы, сними с пальцев украшения.

«Х» - если пригорела посуда, вымой ее сразу.

«Ц» - если пригорела посуда, вымой ее через 4-5 часов после замачивания водой.

«Е» - посуду после еды вымой сразу же.

«Р» - посуду после еды мыть не торопись, сначала отдохни.

«П» - при пользовании эл. плитой вставай на резиновый коврик.

«С» - 1 раз в неделю убирайся на кухне.

«Т» - ежедневно вечером убирайся на кухне.

Назови санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи:

Итоговая промежуточная аттестационная работа по предмету «СБО», 4 класс.

Форма проведения:

Тест.

Временной регламент: 40 минут.

3. Подготовительные упражнения.

4. Инструкция учителя о порядке выполнения заданий.

расставь стрелки.		
Что может быть общим?		Что должно быть личным?
	Полотенце для рук	
	Расческа	
	Крем для рук	
	Носовой платок	
	Полотенце для ног	
	Туалетное мыло	
	Зубная паста	
	Шампунь	
	Крем для лица	
	Мочалка	
	Туалетная бумага	
	Зубная щетка	

Перечисли необходимые действия для сохранения здорового зрения.

Прочитай вопрос	Отметь нужный ответ
Что такое диетическое питание?	Это специально установленный режим питания для больных людей Название блюда Свой ответ
Выберете диетические блюда	Молочный суп Жареное мясо Котлеты паровые Вареное куриное мясо Напишите своё блюдо
Ясельный возраст - это	От 3 лет до 4 лет От 1 года до 3 лет От 0 до 1 года
Что такое национальное блюдо?	Название блюда Блюдо основное для какой-либо страны
При сервировке праздничного стола должно быть ...	Красивая скатерть Украшений не надо Поставить вазу с цветами Заранее ставить столовую посуду

Даны верные и неверные утверждения. Учащиеся выбирают из них нужные, записывают их шифр в тетрадь.

«Р» - руки и посуду надо мыть горячей водой.

«У» - руки и посуду надо мыть холодной водой.

«Е» - надень фартук, подбери волосы, сними с пальцев украшения.

«Х» - если пригорела посуда, вымой ее сразу.

«Ц» - если пригорела посуда, вымой ее через 4-5 часов после замачивания водой.

«Е» - посуду после еды вымой сразу же.

«Р» - посуду после еды мыть не торопись, сначала отдохни.

«П» - при пользовании эл. плитой вставай на резиновый коврик.

«С» - 1 раз в неделю убирайся на кухне.

«Т» - ежедневно вечером убирайся на кухне.

Назови санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи:

Вопросы	Варианты ответа
Что такое семья?	1. Это союз лиц, основанный на браке или родственных отношениях. 2. Это случайные люди.
С какого возраста можно вступать в брак?	1. С 14 лет. 2. С 20 лет.

	3. С 18 лет.
Какие обязанности могут быть у Вас в семье?	1. Уборка дома. 2. Игры с младшими в семье. 3. Покупки мебели, вещей.
Что такое семейный бюджет?	1. Это расходы. 2. Это доходы. 3. Это доходы и расходы.
Перечислите доходы своей семьи	
Перечислите расходы своей семьи	
Что такое досуг?	1. Это праздник. 2. Это свободное время от работы и учёбы.
Какие традиции есть в вашей семье?	

Что такое культура поведения?

Культура поведения - это

Правила поведения на природе.

Прочитай вопрос	Отметь нужный вариант ответа
Для чего нужны окна?	1. для красоты 2. для света 3. чтобы наблюдать за галками
Отметь лишний предмет на столе у школьника	1. настольная лампа 2. копилка 3. точилка
Какую уборку делают один раз в три месяца?	1. недельную 2. сезонную 3. ежедневную
Как называется машина для удаления пыли?	1. швейная 2. пылесос 3. игрушечная
Назови основные части пылесоса	1. 2. 3. 4.
Отметь галочкой способы ухода за коврами	1. влажный веник 2. стирка в стиральной машине 3. чистка на снегу 4. пылесос
Назови виды половых покрытий	1. 2. 3. 4.
С помощью чего делают влажную уборку?	
Вопрос	Варианты ответа
1. Назначение зон, которые должны быть в квартире: Для сна	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
Для отдыха всей семьи	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
Хозяйственная зона	а) детская б) зал в) спальня г) кухня
2. Как называется внутреннее пространство	а) экстерьер

помещения, а также его устройство?		б) интерьер в) шифоньер
3. Как называется человек, занимающийся оформление интерьеров?		а) тинэйджер б) дизайнер в)директор
4.Что такое жилищный фонд?		а) много зданий и домов б) много денег в) много городов
5. Что такое косметический ремонт здания или квартиры?		а) покраска, побелка, наклеивание обоев б) ремонт машины в) перестройка комнат
Выбери и отметь галочкой, что понадобится для стирки белья		1) таз 2) крем 3) холодная вода 4) тёплая вода 5) мыло туалетное, мыло хозяйственное
Запиши, какого этапа для стирки не хватает		1) налей в таз теплую воду 2) 3) замочи вещи 4) поменяй моющий раствор 5) 6) тщательно прополощи 7)
Обозначь цифрами порядок утюжки		Приготовь гладильную доску, утюг Установи ручку терморегулятора на нужный показатель Сложи бельё аккуратно Проверь состояние подошвы и шнура утюга Прогладь бельё Убери рабочее место
Почему надо ухаживать за одеждой		1) чтобы выглядеть опрятно 2) за вещами не надо ухаживать
Задание: Определи назначение одежды, обуви и расставь стрелки.		
Виды одежды	Стрелки	Назначение
Повседневная		Для занятия спортом, прогулок
Праздничная		Для школы, прогулок
Спортивная		Для дома
Домашняя		Для праздников, вечеринок
Прочитай вопрос		Отметь нужный вариант ответа
Что такое мода?	Искусство выбирать одежду Часть речи Название одежды	
Что делать, если у джинсов протерлась ткань на коленях?	Сделаю из них шорты Поставлю декоративную заплату Выброшу Свой ответ	
Что делать с пятном от вишни?	Поставить на него заплату Постараться вывести Такую вещь носить не буду	
Как определить свой размер одежды?	В магазине перемерять много вещей, а у той, которая подойдет, посмотреть размер. Снять мерки Узнать у мамы	

Что делать если любимые летние брюки стали короткими?	Пришью отвороты Не стану носить Свой ответ
Что делать, если рукава блузки стали короткими?	Не буду носить Обрежу и буду носить с короткими рукавами
Вопрос	Варианты ответов
Что такое транспорт?	
Какие виды транспорта вы знаете?	
Как называется транспорт, который перевозит грузы?	
Нарисуйте знак «Въезд запрещён»	
Назовите знаки сервиса	
Перечислите правила поведения в транспорте	
Вопрос	Варианты ответов
Что продают в магазинах промышленных товаров?	1. Продукты 2. Запчасти 3. Одежду 4. Обувь 5. Головные уборы 6. Книги
Напишите, какие отделы есть в магазинах промышленных товаров	1. 2. 3. 4. 5.
Напишите правила поведения в магазине	1. 2. 3. 4. 5.
Как будете покупать товар? Расставьте по порядку.	Рассмотри товар на витрине. Обратись к продавцу с просьбой рассказать о качестве товара. Заранее подумай, что бы ты хотел купить. Возьми чек, проверь сдачу. Обратись к продавцу с просьбой показать товар. Положи чек на хранение. Заплати за товар в кассу.
Напишите правила поведения в магазине.	
Как будете покупать товар? Расставьте по порядку.	Рассмотри товар на витрине. Обратись к продавцу с просьбой рассказать о качестве товара. Заранее подумай, что бы ты хотел купить. Возьми чек, проверь сдачу. Обратись к продавцу с просьбой показать товар. Положи чек на хранение. Заплати за товар в кассу.
Вопрос	Вариант ответа
Что относится к средствам связи?	
Как называется место, где можно отправить письмо?	1. Музей. 2. Театр. 3. Почта.
Укажите виды писем	1. 2. 3. 4.
Чтобы подписать письмо необходимо указать:	1. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 2. улицу, дом, квартиру, ФИО; 3. город, улицу, квартиру ФИО;

	4. ничего не указывать.
Вопрос	Варианты ответа
Подписывая адрес на бандероли, обычно указывают:	1. улицу, деревню, дом, квартиру; 2. индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО; 3. индекс, улицу, дом, квартиру, ФИО; 4. кто что захочет, то и укажет.
Укажите, каких видов бандеролей не бывает:	1. простые; 2. ценные; 3. заказные; 4. секретные.
Сколько должна весить бандероль?	1. от 2 до 10 кг; 2. от 10 до 20 кг; 3. до 2 кг.
За отправку бандероли платит:	1. кто её отправляет; 2. кто её получает; 3. работник почты; 4. не знаю.
В бандеролях не отправляют:	1. ядовитые вещества; 2. тяжёлые вещи; 3. красивые вещи; 4. нужные вещи.
Вопрос	Варианты ответа
В каких случаях требуется медицинская помощь?	1. Когда человек спокойно отдыхает 2. Когда человек заболел 3. Когда у человека покраснели щеки
Отметьте, инфекционные заболевания	1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Какое заболевание передаётся через контакт с больным?	1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Отметьте правила ухода за больным	1. Отдельная комната или ширма 2. Лекарства давать, как захотите 3. Отдельная посуда 4. Бельё больному менять 1 раз в месяц 5. Проветривать комнату. 6. Кормить в одно и тоже время.
Условие освобождения от учёбы или работы	1. Праздник 2. День рождения 3. Болезнь 4. Уход за больным 5. Декретный отпуск
Какие документы подтверждают нетрудоспособность?	1. Докладная 2. Справка из мед. учреждения 3. Записка от мамы 4. Листок нетрудоспособности (больничный)
Вопрос: Как называется повреждение тела, возникшее от теплового, химического воздействия? Ответ: Вопрос: Как называется повреждение тела в результате низкой температуры? Ответ: Вопрос: Как называется состояние при получении организмом ядовитых веществ? Ответ:	
Вопрос	Ответы
Как называется повреждение тела, возникшее от теплового, химического воздействия?	1.Отморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар
Как называется повреждение тела в результате низкой	1.Отморожение

температуры?	2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар	
Как называется заполнение легких жидкостью?	1.Отморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар	
Как называется состояние при получении организмом ядовитых веществ?	1.Отморожение 2. Ожог 3. Отравление 4. Утопление 5. Солнечный удар	
как оказать первую помощь при солнечном ударе		
как оказать первую помощь при ожоге		
как оказать первую помощь при отморожении		
Название		Способ распространения
Инфекции дыхательных путей (грипп, ангина, корь, коклюш, туберкулёз, оспа)		Через продукты питания, воду, грязные руки.
Кишечные инфекции (дизентерия, брюшной тиф, холера, инфекционный гепатит)		Воздушно-капельным путём.
Кровяные инфекции (малярия, клещевой энцефалит, чума)		Контактный путь.
Инфекции наружных покровов (чесотка, сибирская язва, трахома (заболевание глаз)		Через укусы кровососущих насекомых (комары, клещи, блохи, вши, москиты).