

РАССМОТРЕНО:
на методическом объединении
протокол №1
от 29.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор КГБОУ
«Красноярская школа №5»
Е.А. Клочкова
приказ № 990 от 31.08.2023г.



Рабочая программа
по дисциплине
«Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся
группы профессиональной подготовки
по специальности «Садовник» (18103), 1 курс (1, 2 семестр)

Учитель:

Никишева О.Г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по дисциплине «Социально-бытовая ориентировка» разработана на основе адаптированной программы профессиональной подготовки по специальности «Садовник» (18103) для обучающихся с умственной отсталостью умеренной и тяжелой степени.

Цель программы:

- формирование социального опыта обучающихся на основе знаний о гигиене подростка, бытовых приборах и бытовой химии в домашнем хозяйстве, продуктах питания;
- формирование положительного жизненного опыта по использованию полученных знаний в практической деятельности и повседневной жизни.

Ведущие методы, формы обучения

Программа по дисциплине СБО составлена с учетом психофизических особенностей детей. Теоретический материал дается в доступной форме и объеме, адаптирован к данной категории детей. Обучающиеся в меру своих психофизических возможностей ведут записи в тетради по теме урока, делают зарисовки, учатся заносить данные в таблицу, выполняют проверочные задания, практические работы. Материал каждого урока закрепляется в беседах, ответах на вопросы, в том числе с помощью карточек с картинками.

Для эффективного усвоения программы применяются специальные продуктивные методы и технологии.

Для эффективного усвоения теоретического материала используется **словесный способ обучения: беседа, рассказ, объяснение**. Для получения обратной связи используются вопросы, карточки с картинками по изучаемой теме. Словарная работа ведется для знакомства обучающихся с терминами, связанными с изучением предмета.

Учебный процесс построен на основе образовательных ситуаций. Обучение данной категории детей организуется на практической, наглядной основе. На уроках необходимо обеспечить соответствующей системой наглядных пособий для фронтальной и индивидуальной работы учителя в классе, а также раздаточным дидактическим материалом для самостоятельных работ учащихся.

Использование дифференцированного подхода в обучении позволяет учитывать индивидуальные особенности детей. Для детей с отсутствием речи, не владеющих письменной грамотой, чтением наглядный и информационный материал по теме урока клеивается в тетрадь, объясняется значение картинок.

Форма подведения итогов

Проверка теоретических знаний по дисциплине СБО проводится в форме ответов на вопросы по теме урока, заданий по карточкам, картинкам. Также на каждом уроке предусмотрена практическая работа обучающихся.

В конце 2 семестра в рамках промежуточной аттестации предусмотрен дифференцированный зачет с целью контроля знаний по данной дисциплине.

Предметное содержание

I семестр

Гигиена подростка. Косметические средства по уходу за телом. Режим дня подростка. Значение режима дня: утренняя гигиена, завтрак, учеба, обед, прогулки, занятия спортом, вечерний досуг, сон.

Гигиена подростка: утренний и вечерний уход. Мытье рук в течение дня. Косметические средства по уходу за кожей лица, тела: мыло, гели для душа, шампуни,

крем для рук. Внешний вид подростка: чистота тела, опрятность в одежде, уложенные волосы.

Бытовые приборы в домашнем хозяйстве. Бытовые приборы в домашнем хозяйстве.

Их значение: электроплита, электрочайник, электромясорубка, пылесос, стиральная машина, холодильник, телевизор, утюг. ТБ работы с электроприборами.

Уход за одеждой: утюжка. Утюжка вещей. Примеры вещей из хлопчатобумажных тканей: постельное белье, нижнее белье, полотенца. Примеры вещей из шерстяных тканей: брюки, юбки. Примеры вещей из синтетики: шторы, блузки. Разница в глажении.

Уход за обувью. Обувь сезонная. Средства по уходу. Хранение обуви в зависимости от сезона. Хранение одежды. Хранение зимней одежды. Хранение летней одежды, курток.

Продукты питания. Разнообразие продуктов питания молочные, крупы, овощи, фрукты, напитки. Продукты для завтрака, масло сливочное, сыр, яйца, творог, каши. Блюда для обеда: первое блюдо: супы, второе блюдо: рыба, курица, мясо, гарниры; напитки: компот, сок, морс. Разнообразие напитков: чай, кофе, молоко, кефир, соки, морсы, компоты. Ужин. Из каких продуктов состоит ужин. Десерты.

2-ой семестр

Бытовая химия. Бытовая химия для мытья посуды: гели, губки, щетки. Правила мытья посуды. Чистящие средства для раковин: гели, порошки. Приспособления: щетки, губки, перчатки. Правила мытья раковин. Бытовая химия для ухода за телом: мыло, мыло жидкое, гели, шампуни, крем для рук. Мытье полов: ведро, тряпка, вода, швабра. Мытье окон: ведро, средство для мытья окон, тряпка, щетка с длинной ручкой. Очистление поверхностей: поверхности мебели, окон, ковровых дорожек.

Магазины. Магазины хозяйственные. Ассортимент товаров в хозяйственном магазине. Магазины продуктовые, супермаркет, рынок. Ассортимент товаров в продуктовом магазине, супермаркете, рынке. Экономия при покупке товаров.

Уход за одеждой и обувью. Стирка. Утюжка белья. Хранение. Обувь: домашняя, сезонная. Уход и хранение обуви.

Подготовка к зачету

Дифференцированный зачет.

Планируемые результаты.

К концу II семестра обучающиеся **должны знать:**

- значение ежедневных гигиенических процедур,
- косметические средства по уходу за лицом, руками, телом, волосами;
- бытовые приборы в домашнем хозяйстве;
- ТБ работы с электроприборами;
- продукты питания для завтрака, обеда, ужина;
- различие магазинов по ассортименту продукции;
- виды бытовой химии для мытья посуды, раковин;
- инвентарь для уборки помещений (ведра, швабры, тряпки, палка для окон, губки).

должны уметь:

- выбрать косметические средства для гигиенических процедур;
- мыть руки;
- мыть посуду,
- мыть полы,
- протирать подоконники;
- пользоваться утюгом,
- приготовить бутерброд.

Учебно-методический комплект

В подготовке уроков используются Интернет-ресурсы

Наглядный материал в электронном формате:

Режим дня подростка. Значение режима.

Гигиенические средства по уходу за лицом, телом, волосами, руками.

Бытовые приборы в домашнем хозяйстве.

ТБ работы с электроприборами.

Разнообразие продуктов питания: хлебобулочные продукты, молочные, овощи, фрукты, напитки.

Продукты для завтрака.

Блюда для обеда.

Напитки.

Бытовая химия на службе у человека.

Магазины: одежды, обуви, продуктов, техники, аптеки, бытовой химии.

Для проведения практической части уроков используется специально оборудованный бытовой техникой кабинет социально – бытовой ориентировки.