****

**Содержание**

1. Паспорт рабочей программы ……………………………….…… 3
2. Пояснительная записка …………………………………………...4
3. Требования к уровню подготовки учащихся……………………..7
4. Календарно-тематическое планирование…………………………9
5. Содержание программы учебного предмета…………………….12
6. Перечень учебно **–**методических средств обучения……………13
7. Контрольно-измерительный материал…………………………..15
8. Лист внесения изменений ………………………………………..22

**Паспорт рабочей программы.**

**Статус программы:** рабочая программа учебного предмета, разработанная на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учебного плана учреждения, «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

**Назначение программы:**

- для обучающихся; образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

-для педагогических работников ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулуна» программа определяет приоритеты в содержании начального образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

-для администрации ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулун» программа является основанием для определения качества реализации общего начального образования.

**Категория обучающихся:** обучающиеся 5 класса

**Сроки освоения программы:** 1 год.

**Объем учебного времени:** 34 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 1 час в неделю

**Формы контроля:** устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тест, контрольная работа.

**Пояснительная записка**

Программа рассчитана на профориентацию обучающихся коррекционной школы VIII типа. Цель программы — подготовить школь­ников к поступлению в ПТУ соответствующего типа и профиля.

Срок обучения по программе — 5 лет. Программа включает теоретические и практические занятия. Предусматриваются практические работы и упражнения.

При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и постепенности ввода нового.

Преподавание базируется на знаниях, получаемых обучающимися на уроках математики, окружающего мира и трудовому обучению.

В процессе обучения школьники знакомятся с необходимыми им навыками самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с пред­приятиями, организациями и учреждениями, 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса. Приобретают навыки владения столовыми приборами и бытовыми приспособлениями, узнают правила ухода за ними. Составлять план работы, планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценка результатов своей и чужой работы также входят в программу обучения.

Большое внимание уделяется технике 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.

Перечень тем программы не является строго обязательным. Учитель исходя из материально-технической базы школы и уровня подготовленности обучающихся вправе заменять темы. Время на изучение тем не регламентируется по аналогичным причинам. Для успешного обучения по данной программе школе необходимо иметь хорошо оснащенную мастерскую.

**Цель**: Подготовка обучающихся правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

**Задачи:**

формирование доступных школьникам знаний которые подготовят к самостоятельной жизни.

* формировать у обучающихся устойчивое положительное отношение к труду.
* использовать современные педагогические технологии.
* систематически развивать умственную сферу обучающихся.
* развивать организационные умения обучающихся.
* развитие у обучающихся умений ориентироваться в трудовом задании, планировать последовательность действий, выполнять и контролировать ход работ;
* воспитание у обучающихся устойчивого положительного отношения к труду и формирование необходимых в повседневной деятельности качеств личности, чувства коллективизма, ответственности за порученное дело, добросовестности, честности, готовности помочь товарищу, работать на общую пользу.

 На занятиях обучающиеся овладевают навыками, которые подразделяются на несколько групп.

**I группа-** Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

**II группа**- Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

**III группа-** Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

 На каждом занятии необходимо работать над трудовыми умениями и навыками, входящими во все группы или хотя бы в одну из них.

 Воспитательная направленность трудового обучения осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям труда, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности, родной природе. Воспитание школьников организуется в процессе их трудовой деятельности, с использованием разъяснения и убеждения, бесед и демонстраций, примеров правильного отношения к труду, оценки состояния окружающей среды, практических заданий и общественных поручений.

 Предметом осуждения является брак в работе, неэкономное расходование материалов, сломанный инструмент, случай нарушения правил безопасности труда, дисциплины и др.

 В целях воспитания рекомендуется применять на уроках коллективные формы труда, обеспечивать взаимопомощь, взаимный контроль, совместное обсуждение результатов работы.

Коррекционная направленность обучения предполагает дополнительные, наряду с основными, задачи:

- планомерное и систематическое наблюдение за психофизическим развитием обучающихся;

- обучение обучающихся ориентировке в трудовом задании и постоянное совершенствование этих навыков;

- постепенное и целенаправленное обучение обучающихся самостоятельному планированию работы, контролю и отчету о ней;

- систематические упражнения по освоению и закреплению трудовых умений и навыков;

- связь теоретических знаний с практической работой;

- совершенствование умственных действий, направленных на внутреннюю организацию процесса труда и самоконтроля своих действий;

- повышение работоспособности и выносливости учеников;

- раскрывать причинно-следственные связи явлений природы на доступном обучающимся уровне и расширять их кругозор.

**Основной формой** организации учебного процесса по предмету

«Социально бытовая ориентировка» является – урок, фронтальная работа, практи­ческие работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, роликов и др.

 Рабочая программа по социально бытовой ориентировке составлена в соответствии с учебным планом ГОКУ «Специальная (коррекционная)

 общеобразовательная школа VIII вида» на 2017-2018уч.год и рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

5 класса

 **Обучающиеся должны знать:**

**Личная гигиена**

 **знать:** последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения.

**Уметь:** совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

**Одежда и обувь**

 **знать:** виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов.

**Уметь:** различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.

**Питание**

 **знать:** значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения.

**Уметь:** прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

**Семья**

 **знать:** родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

**Уметь:** записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

**Культура поведения**

 **знать:** требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

**Уметь:** следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.

**Жилище**

 **знать:** виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

**Уметь:** писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

**Транспорт**

**знать:** основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы-интерната, правила дорожного движения, дорожные знаки.

**Уметь:** соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

**Торговля**

**знать:** виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

**Уметь:** выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

**Календарно-тематическое планирование**

**(учебно-тематический план)**

**5 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №. | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теоретические занятия** | **Лабораторные, практические занятия, экскурсии и др.** | **Контрольные занятия** |
| ***I четверть*** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 |  |  |  |
| ***Тема: « Личная гигиена».*** |
| 1.2 | Выполнение гигиенических процедур | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.3 | Личные вещи. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.4 | Уход за руками и ногами. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.5 | Уход за зубами. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.6 | Уход за зубами. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.7 | Гигиена зрения. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.8 | За волосами. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***II четверть*** |
| 1.9 | Курение и здоровье. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 1.10 | Алкоголь и здоровье. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| ***Тема: «Одежда и обувь».*** |
| 2.11 | Одежда, головные уборы, обувь и их назначение. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 2.12 | Правила и приёмы ухода за одеждой и головными уборами. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 2.13 | .Правила и приёмы ухода за обувью. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| ***Тема: «Культура поведения».*** |
| 3.14 | Осанка. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 3.15 | Формы обращения к старшим и сверстникам. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***III четверть*** |
| 3.16 | Правила поведения за столом. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| ***Тема: «Семья».*** |
| 4.17 | Семья, родственные отношения. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 4.18 | Взаимоотношения всех членов семьи. | **1** | **1** | **1** |  |  |
| ***Тема: «Жилище».*** |
| 5.19 | Виды жилья, виды жилищных помещений. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 5.20 | Обычаи и обряды семьи. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 5.21 | Организация рабочего места школьника. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| ***Тема: «Торговля».*** |
| 6.22 | Виды торговых предприятий. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 6.23 | Правила приобретения продовольственных товаров. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 6.24 | Маркировка продовольственных товаров. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| ***Тема: «Питание».*** |
| 7.25 | Значение питания в жизни человека. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***VI четверть*** |
| 7.26 | Состав продуктов питания. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.27 | Место приготовления пищи. | 1  | 1 | 1 |  |  |
| 7.28 | Кухонная посуда и приспособления. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.29 | Напитки. Приготовление чая. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.30 | Приготовление бутербродов. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.31 | Приготовление пищи из овощей. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.32 | Блюда из яиц. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.33 | Сервировка стола к завтраку. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 7.347.35 | Обобщающий урок по теме: « ПИТАНИЕ». | 1 | 1 |  | *1* |  |
|  | **Итого** | 35 | 35 | ***31*** | ***4*** |  |

**Содержание программы учебного предмета**

**I четверть**

***Вводное занятие***

 Беседа о соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на заня­тиях.

**Практические работы**

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечер­него туалета. Чистка ушей.Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви

**II четверть**

**Практические работы**

Изготовление знаков дорожного движения, встречающих­ся недалеко от школы.

**III четверть**

**Практические работы**

Заполнение почтового адреса на открытках.

**IV четверть**

**Практические работы**

Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

1. **Литература**

 **Основная:** адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Дополнительная:**

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы сборник 2 Мирский С. Л., Журавлев Б. А., Иноземцева Л. С., Ковалева Е. А., Васенков Г. В.. Под редакцией Воронковой В. В. – Москва «Владос» - 2011.
2. Социально бытовая ориентировка, 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А Казаковой/ авт.сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.

 *3. Львова,* С. *А.* Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля / С. А. Львова. - М.: ВЛАДОС, 2005.

 4.С.А.Львова «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 классы развёрнутое тематическое планирование; издательство «Учитель»2012 года.

 5.В.В. Ворнкова, С.А. Казакова «Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2010.

 6.А.Г.Галле, Л.Л. Кочетова « Тетрадь по обслуживающему труду» ( для учащихся коррекционных школ VIIIвида) Изд.Аркти 2009 год. 6- 9 классы.

 7. А.А. Хилько, М.Е.Ермошенко, А.Д. Смирнова « Преподавание социально-бытовой ориентировки» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля.Санкт-Петербург Филиал издательства « Просвещение» 2006г.

 8. С.А.Львова « Справочник выпускника» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.

 9.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.«Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2008

1. **Учебно – дидактическое обеспечение.**

**Наглядные пособия:**

1)Дорожные знаки.

2)Состав продуктов питания.

3)Сервировка стола.

4)Осанка.

5)Одежда, головные уборы, обувь.

6) Семья.

**Инструкции по технике безопасности:**

1)Правила безопасной работы при работе с электроприборами.

2)Правила безопасной работы при режущими инструментами.

3)Правила безопасной работы при работе в мастерской.

4)Правила безопасной работы на уроках СБО.

**Технологические карты:**

1)Заваривание чая.

2)Приготовление бутербродов.

3)Нарезка овощей.

4)Индивидуальные технологические карты по теме ПИТАНИЕ

**Контрольно-измерительный материал**

**Раздел «Личная гигиена» 5 класс**

|  |
| --- |
| **Задание:** прочитай вопрос и 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 |

**Уход за ушами**

перфокарта

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Уход за ушами** | **Слушать громкую музыку** | **Мыть уши каждый день** | **Ковырять в ушах спичкой** | **Чистить уши ватной палочкой** | **Кричать в ухо другому человеку** |
| **Можно** |  |  |  |  |  |
| **Нельзя**  |  |  |  |  |  |

**Уход за волосами**

|  |
| --- |
| **Вопрос: чем расчесывают волосы?**Ответ: |
| **Задание: напиши название средства для мытья волос.**Ответ: |

ОБОБЩЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО РАЗДЕЛА «ОДЕЖДА И ОБУВЬ»

ТЕСТ

|  |  |
| --- | --- |
| Выбери и отметь галочкой, что понадобится для стирки белья | 1) таз2) крем3) холодная вода4) тёплая вода5) мыло туалетное, мыло хозяйственное |
| Запиши, какого этапа для стирки не хватает | 1) налей в таз теплую воду2) 3) замочи вещи4) поменяй моющий раствор5)6) тщательно прополощи7) |
| 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 |
| Как называются способы пришивания пуговиц |  |
| Почему надо ухаживать за одеждой | 1) чтобы выглядеть опрятно2) за вещами не надо ухаживать |

**Виды одежды и головных уборов, их назначение.**

**Задание.**

|  |
| --- |
| **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 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время года****Вид** **одежды** | **Лето**  | **Весна**  | **Зима**  | **Осень**  |
| Летняя  |  |  |  |  |
| Зимняя |  |  |  |  |
| Демисезонная  |  |  |  |  |

Тестирование по разделу «Одежда и обувь»

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| Что такое мода? | Искусство выбирать одеждуЧасть речиНазвание одежды |
| Что делать, если у джинсов протерлась ткань на коленях? | Сделаю из них шортыПоставлю декоративную заплатуВыброшуСвой ответ |
| Что делать с пятном от вишни? | Поставить на него заплатуПостараться вывестиТакую 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 отворотыНе стану носитьСвой ответ |
| Что делать, если рукава блузки стали короткими? | Не буду носитьОбрежу и буду носить с короткими рукавами |

Тестирование по разделу «Питание»

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный ответ |
| Что такое диетическое питание? | Это специально установленный режим питания для больных людейНазвание блюдаСвой ответ |
| Выберете диетические блюда | Молочный суп Жареное мясоКотлеты паровыеВареное куриное мясоНапишите своё блюдо |
| Ясельный возраст - это | От 3лет до 4 летОт 1года до 3 летОт 0 до 1 года |
| Что такое национальное блюдо? | Название блюдаБлюдо основное для какой-либо страны |
| При сервировке праздничного стола должно быть … | Красивая скатертьУкрашений не надоПоставить вазу с цветамиЗаранее ставить столовую посуду |

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация праздников | Пример  |
| Профессиональные  |  |
| Календарно-бытовые |  |
| Христианские |  |
| Семейные |  |

**Анкета «Хороший ли Вы сын или дочь?»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопрос**  | **Вариант ответа** |
| Вам приходится неожиданно задержаться в школе, на прогулке или внезапно уйти из дома | * Вы об этом сообщаете родителям (запиской, по телефону, через друзей)
* Придётся объясняться, когда приду
 |
| Родители заняты делами | * Вас отправляют погулять, чтобы не мешались
* Вас привлекают к помощи
 |
| Можете ли вы сразу назвать дни рождения ваших родных | * Да
* Нет
 |
| Известно ли Вам, какая вещь срочно необходима матери или отцу и когда они собираются её приобрести? | * Да
* Нет
 |
| Вы выполняете какую-нибудь работу «от себя», по своей инициативе (например, вас попросили протереть пол в прихожей, а вы ещё и всю обувь привели в порядок)? | * Да
* Нет
 |
| Мама угощает Вас конфетой, пирожным. Всегда ли вы проверяете, досталось ли вкусное взрослым? | * Да
* Нет
 |
| У родителей выдался свободный вечер. Они собираются в гости или кино | * Вы просите их никуда не ходить
* Просите взять и вас
* Спокойно к этому относитесь
 |
| У вас дома гости | * Родным приходиться напоминать вам, не мешать взрослым, не вмешиваться в их разговор
* Уходите к друзьям или в свою комнату
 |
| Стесняетесь ли Вы подать маме пальто в гостях, в музее | * Она сама одевается
* Помогаете всегда
 |

**Семья**

Тест

|  |  |
| --- | --- |
| 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? |  |

**Косметический ремонт**

|  |  |
| --- | --- |
| Правила | Краткое объяснение |
| Бережно относится к зданиям |  |
| Аккуратно выносить мусор |  |
| Бережное пользование лифтом |  |
| Своевременный ремонт квартиры |  |
| Уборка на лестничной площадке или возле дома |  |
| Косметический ремонт квартиры |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ведро для мытья пола | Веник  | Ведро для мусора | Салфетка влажная или сухая  | Тряпка для пола | Совок  | Щетка  |
| **О** | **П** | **Р** | **Я** | **К** | **О** | **Д** |

1. Сначала возьми ………… и подмети пол.

2. Собери мусор в …………… .

3. Положи его в ………………………………… .

4. Возьми ………………………… и протри пыль.

5. Вымой батареи с помощью ……………….. .

6. Для мытья полов налей воду в …………………… .

7. Протри пол ………………… .

Ключевое слово - ………………………

 **ОТВЕТЫ**

5 класс

**I полугодие**

**1.** С - социально; Б - бытовая; О - ориентировка.

2.1) а, в, е, ж, з, л; 2) б, г, д, и, к, м. 3. Конверт.

4.1)6; 2) а; 3) в.

5.1) в; 2) в; 3) в; 4) в.

6. Слова при встрече: «Здравствуйте!»; «Добрый день *(утро, вечер)\»;* «Очень приятно встретить­ся»; «Рад познакомиться».

Слова при расставании: «До свидания!»; «До встречи!»; «Прощайте!»; «Всего доброго!»

II **полугодие**

1.1) а, в; 2) а, в; 3)6; 4) б; 5) б. 2.1) б; 2) а, в; 3) а, в; 4) б, в.

1. 1)6; 2)6; 3) а; 4) в.
2. 1) а; 2)6; 3) в; 4) б.
3. Его отец.
4. Вдыхание сигаретного дыма.
5. **Лист внесения изменений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата внесения изменений | Содержание | Подпись лица, внёсшего запись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Содержание**

1. Паспорт рабочей программы ……………………………….…… 3
2. Пояснительная записка …………………………………………...4
3. Требования к уровню подготовки учащихся……………………..7
4. Календарно-тематическое планирование…………………………9
5. Содержание программы учебного предмета…………………….12
6. Перечень учебно **–**методических средств обучения…………… 13
7. Контрольно-измерительный материал………………………….. 14
8. Лист внесения изменений ………………………………………. 22

**Паспорт рабочей программы.**

**Статус программы:** рабочая программа учебного предмета, разработанная на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учебного плана учреждения, «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

**Назначение программы:**

- для обучающихся; образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

-для педагогических работников ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулуна» программа определяет приоритеты в содержании начального образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

-для администрации ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулун» программа является основанием для определения качества реализации общего начального образования.

**Категория обучающихся:** обучающиеся 6 класса

**Сроки освоения программы:** 5 лет.

**Объем учебного времени:** 68 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Формы контроля:** устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тест, контрольная работа.

**Пояснительная записка**

Программа рассчитана на профориентацию обучающихся коррекционной школы VIII типа. Цель программы — подготовить школь­ников к поступлению в ПТУ соответствующего типа и профиля.

Срок обучения по программе — 5 лет. Программа включает теоретические и практические занятия. Предусматриваются практические работы и упражнения.

При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и постепенности ввода нового.

Преподавание базируется на знаниях, получаемых обучающимися на уроках математики, окружающего мира и трудовому обучению.

В процессе обучения школьники знакомятся с необходимыми им навыками самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с пред­приятиями, организациями и учреждениями, 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса. Приобретают навыки владения столовыми приборами и бытовыми приспособлениями, узнают правила ухода за ними. Составлять план работы, планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценка результатов своей и чужой работы также входят в программу обучения.

Большое внимание уделяется технике 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.

Перечень тем программы не является строго обязательным. Учитель исходя из материально-технической базы школы и уровня подготовленности обучающихся вправе заменять темы. Время на изучение тем не регламентируется по аналогичным причинам. Для успешного обучения по данной программе школе необходимо иметь хорошо оснащенную мастерскую.

**Цель**: Подготовка обучающихся правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

**Задачи:**

формирование доступных школьникам знаний которые подготовят к самостоятельной жизни.

* формировать у обучающихся устойчивое положительное отношение к труду.
* использовать современные педагогические технологии.
* систематически развивать умственную сферу обучающихся.
* развивать организационные умения обучающихся.
* развитие у обучающихся умений ориентироваться в трудовом задании, планировать последовательность действий, выполнять и контролировать ход работ;
* воспитание у обучающихся устойчивого положительного отношения к труду и формирование необходимых в повседневной деятельности качеств личности, чувства коллективизма, ответственности за порученное дело, добросовестности, честности, готовности помочь товарищу, работать на общую пользу.

 На занятиях обучающиеся овладевают навыками, которые подразделяются на несколько групп.

**I группа**- Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

**II группа**- Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

**III группа**- Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

 На каждом занятии необходимо работать над трудовыми умениями и навыками, входящими во все группы или хотя бы в одну из них.

 Воспитательная направленность трудового обучения осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям труда, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности, родной природе. Воспитание школьников организуется в процессе их трудовой деятельности, с использованием разъяснения и убеждения, бесед и демонстраций, примеров правильного отношения к труду, оценки состояния окружающей среды, практических заданий и общественных поручений.

 Предметом осуждения является брак в работе, неэкономное расходование материалов, сломанный инструмент, случай нарушения правил безопасности труда, дисциплины и др.

 В целях воспитания рекомендуется применять на уроках коллективные формы труда, обеспечивать взаимопомощь, взаимный контроль, совместное обсуждение результатов работы.

Коррекционная направленность обучения предполагает дополнительные, наряду с основными, задачи:

- планомерное и систематическое наблюдение за психофизическим развитием обучающихся;

- обучение обучающихся ориентировке в трудовом задании и постоянное совершенствование этих навыков;

- постепенное и целенаправленное обучение обучающихся самостоятельному планированию работы, контролю и отчету о ней;

- систематические упражнения по освоению и закреплению трудовых умений и навыков;

- связь теоретических знаний с практической работой;

- совершенствование умственных действий, направленных на внутреннюю организацию процесса труда и самоконтроля своих действий;

- повышение работоспособности и выносливости учеников;

- раскрывать причинно-следственные связи явлений природы на доступном обучающимся уровне и расширять их кругозор.

**Основной формой** организации учебного процесса по предмету

«Социально бытовая ориентировка» является – урок, фронтальная работа, практи­ческие работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, роликов и др.

 Рабочая программа по социально бытовой ориентировке составлена в соответствии с учебным планом ГОКУ «Специальная (коррекционная)

 общеобразовательная школа VIII вида» на 2017-2018уч.год и рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

**6 класса**

**Личная гигиена,знать:** правила закаливания организма, приемы обтирания и мытья ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.

 **уметь:** закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время экскурсий.

**Одежда и обувь, знать:** санитарно-гигиенические требования и правила ТБ работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами, правила стирки изделий из х\б тканей и шелковых тканей.

**уметь:** пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву, подшить брюки, стирать изделия из цветных х\б тканей, гладить их.

**Питание, знать:** способы выбора доброкачественных продуктов, приготовление каши, заварка чая, варка яиц, способы хранения продуктов и готовой пищи, правила составления рецептов блюд.

**уметь:** пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности, приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, составить рецепт, вымыть и вычистить посуду.

**Семья, знать:** место работы, должность, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.

**уметь:** рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, выполнять определенные обязанности по дому.

**Культура поведения, знать:** правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками.

**уметь:** культурно вести себя в театре, кино, музее, библиотеке, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

**Жилище, знать:** гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, правила пользования электропылесосом, санитарно-гигиенические требования и ТБ при работе с бытовыми электроприборами.

**уметь:** производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, чистить мебель, соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами.

**Транспорт, знать:** виды междугороднего транспорта, стоимость проезда во всех видах городского транспорта, порядок приобретения билетов.

**уметь:** выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных автобусов.

**Торговля, знать:** виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы, правила поведения в магазине и общение с продавцами, правила покупки товаров.

**уметь:** выбирать нужный товар, выяснить срок гарантии, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение гарантийного срока.

**Средства связи, обучающиеся должны знать:** основные средства связи, виды почтовых отправлений, стоимость почтовых услуг.

**уметь:** находить индекс почтового индекса по телефонному справочнику, записать адрес на конверте, составить текст телеграммы, заполнить телеграммный бланк, подсчитать стоимость.

**Медицинская помощь, знать:** способы вызова врача на дом, функции основных врачей-специалистов, основной состав домашней аптечки, о возможном вреде самолечения.

**уметь:** записаться на прием к врачу, вызвать врача на дом, приобрести лекарства в аптеке.

**Учреждения, организации и предприятия, знать:** виды детских учреждений и их назначения, адрес дома культуры, какие кружки имеются в ДК.

**уметь:** обращаться к работникам ДК, правильно вести себя в детских учреждениях, соблюдать правила поведения в общественных местах.

**Календарно-тематическое планирование**

**(учебно-тематический план)**

**6 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №. | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теоретические занятия** | **Лабораторные, практические занятия, экскурсии и др.** | **Контрольные занятия** |
| ***I четверть*** |
| 1/2 | Закаливание организма.Гигиена зрения. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 3/4 | Выбор сезонной одежды.Вред наркотиков. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 5/6 | Поведение в библиотеке.Поведение в кинотеатре. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 7/8 | Способы ведения разговора. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 9/10 | Место работы членов семьи.Права и обязанности в семье. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 11/12 | Значение опрятного вида человека.Правила пришивания пуговиц и вешалок. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 13/14 | Зашивание распоровшегося шва. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 15/16 | Ручная стирка изделий из х/б.Ручная стирка вязаных вещей. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 17/18 | Утюжка изделий.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 | 1 | *1* |  |
| ***II четверть*** |
| 19/20 | Гигиенические требования к жилому помещению.Пылесос. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 21/22 | Повседневная сухая уборка.Повседневная влажная уборка. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 23/24 | Уход за мебелью.Чистка мягкой мебели. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 25/26 | Мытьё окон и зеркал.Утепление окон. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 27/28 | Виды медицинских учреждений.Работники медицинских учреждений. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 29/30 | Виды медицинской помощи.Меры предупреждения глистных заболеваний. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 31/32 | Приобретение лекарств.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***III четверть*** |
| 33/34 | Городской транспорт.Оплата за проезд. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 35/36 | Маршрут передвижения по городу.Расписание. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 37/38 | Пригородные поезда.Направления. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 39/40 | Магазины промтоваров.Отделы. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 41/42 | Порядок приобретения товара.Обмен товара по чеку. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 43/44 | Основные средства связи.Правила ведения разговора по телефону. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 45/46 | Виды почтовых отправлений.Виды писем. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 47/48 | Почтовые отправления.Стоимость пересылки. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 49/50 | Почтовые тарифы. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 51/52 | Виды дополнительного образования.Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
| ***VI четверть*** |
| 53/54 | Гигиена приготовления пищи.Хранение продуктов и готовой пищи. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 55/56 | Способы выбора продуктов.Приготовление пищи на пару. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 57/58 | Чтение рецепта для приготовления блюда. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 59/60 | Блюда из круп.Приготовление гречневой каши с мясом. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 61/62 | Заваривание чая.Отваривание яиц. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 63/64 | Приготовление блюд из картофеля. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 65/66 | Составление меню для завтрака.Сервировка стола к завтраку. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 67/68 | Нарезка овощей.Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
|  |  | 68 | 34 | 30 | *4* |  |

**Содержание программы учебного предмета**

**I четверть**

**ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

 Беседа о соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на заня­тиях.

**Практические работы**

 Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на одеж­ду; подшив брюк, платья; зашивание распоровшегося шва. Стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

**II четверть**

**Практические работы**

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесо­сом и уход за ним. Мытье полов. Уход за комнатными расте­ниями: полив, опрыскивание, пересадка.

**III четверть**

**Практические работы**

Написание адреса и индекса на конвертах. Составление те­леграмм, заполнение телеграфных бланков.

**IV четверть**

**Практические работы**

Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и других продуктов). Оформление готовых блюд.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

1. **Литература**

 **Основная:** адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Дополнительная:**

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы сборник 2 Мирский С. Л., Журавлев Б. А., Иноземцева Л. С., Ковалева Е. А., Васенков Г. В.. Под редакцией Воронковой В. В. – Москва «Владос» - 2011.
2. Социально бытовая ориентировка, 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А Казаковой/ авт.сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.

 *3. Львова,* С. *А.* Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля / С. А. Львова. - М.: ВЛАДОС, 2005.

 4.С.А.Львова «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 классы развёрнутое тематическое планирование; издательство «Учитель»2012 года.

 5.В.В. Ворнкова, С.А. Казакова «Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2010.

 6.А.Г.Галле, Л.Л. Кочетова « Тетрадь по обслуживающему труду» ( для учащихся коррекционных школ VIIIвида) Изд.Аркти 2009 год. 6- 9 классы.

 7. А.А. Хилько, М.Е.Ермошенко, А.Д. Смирнова « Преподавание социально-бытовой ориентировки» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля.Санкт-Петербург Филиал издательства « Просвещение» 2006г.

 8. С.А.Львова « Справочник выпускника» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.

 9.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.«Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2008

1. **Учебно – дидактическое обеспечение.**

**Наглядные пособия:**

1)Дорожные знаки.

2)Состав продуктов питания.

3)Сервировка стола.

4)Осанка.

5)Одежда, головные уборы, обувь.

6) Семья.

**Инструкции по технике безопасности:**

1)Правила безопасной работы при работе с электроприборами.

2)Правила безопасной работы при режущими инструментами.

3)Правила безопасной работы при работе в мастерской.

4)Правила безопасной работы на уроках СБО.

**Технологические карты:**

1)Заваривание чая.

2)Нарезка овощей.

3)Приготовление каши.

4)Индивидуальные технологические карты по теме ПИТАНИЕ

**Контрольно-измерительный материал**

 **6 КЛАСС**

 **I полугодие**

**1. Повторение темы «Личная гигиена».**

Напиши знакомые тебе приемы закаливания.

|  |
| --- |
| Приемы закаливания |
| **1)** |  |
| 2) |  |
| 3) |  |
| 4) |  |
| 5) |  |

**2. Повторение темы «Культура поведения».**

Ответь на вопросы и запиши ответ.

1. Куда посетитель театра должен сдать свои вещи?
2. Как называется перерыв между действиями спектакля?

**3. Повторение темы «Семья».**

Заполни таблицу о своих родственниках.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Родственные отношения | Фамилия | Имя | Отчество |
| Отец |  |  |  |
| Мать |  |  |  |
| Сестра |  |  |  |
| Брат |  |  |  |

**4. Повторение темы «Одежда».**

Какие инструменты нужны для ремонта одежды? \_\_

**5. Повторение темы «Одежда».**

Запиши порядок замачивания белья перед стиркой.
1)

**2) :**

**3)**

**II полугодие**

**1. Повторение темы «Жилище».**

Выполни задания.

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1 | 2 |
| 1) Для чего нужны окна? | а) Для красоты;б) для освещения;в) чтобы наблюдать за галками |
| 2) Какой предмет является лишним на сто­ле у школьника? | а) Настольная лампа;б) копилка;в)точилка |

|  |  |
| --- | --- |
| I | *г* |
| 3) Правильно ли расставлена нумерация в соответствии с увеличением промежут­ков времени между уборками? | а) Недельная (2);б) сезонная (3);в) ежедневная (1) |
| 4) Есть ли здесь неверные утверждения? Отметь их знаком *S.* | а) Смена белья должна производиться 1 разв год;б) смена белья должна производиться через1-2 недели;в) постельное белье можно не утюжить;г) постельное белье необходимо утюжить по­сле стирки и сушки |
| 5) Каковы способы ухода за коврами, ков­ровыми покрытиями? Отметь знаком *S.* | а) Влажный веник;б) стирка в стиральной машине;в) чистка на снегу;г) пылесос |

|  |  |
| --- | --- |
| Вариант слова без сокращения | Общепринятые сокращенияпри записи рецептов приготовления блюд |
| Ст. (а) | Ст. л. (б) | Ч. л. (в) | Шт. (г) |
| 1) Чайная ложка |  |  |  |  |
| 2) стакан |  |  |  |  |
| 3) столовая ложка |  |  |  |  |
| 4) штуки |  |  |  |  |

**2.Повторение темы «Питание»**

Поставь знак + в нужной клетке.

**3. Повторение темы «Медицина».**

Ответь на вопросы письменно.

1. Как называется предписание врача о составе лекарства и способе его применения?
2. Как назвать больного, которого лечит врач?

**4. Повторение темы «Транспорт».**

Поставь знак + в нужной графе.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Обозначения на билетах в электропоездах | (а) | (б) | Льг. (в) | Дет. (г) | Поли, (д) |
| 1) Льготный (студенты, школьники) |  |  |  |  |  |
| 2) Билет для взрослого |  |  |  |  |  |
| 3) «Туда» |  |  |  |  |  |
| 4) Детский (дети до 7 лет) |  |  |  |  |  |
| 5) «Туда» и «обратно» |  |  |  |  |  |

**5. Повторение темы «Средства связи».**

Напиши знакомые тебе виды писем.

ОТВЕТЫ

**I полугодие**

**1.**1) Обтирание; 2) контрастный душ; 3) спорт; 4) купание; 5) солнечные ванны. 2.1) В гардероб. 2) Антракт.

1. Ножницы, иголка, наперсток.
2. 1) Налить теплой воды в таз; 2) насыпать немного стирального порошка; 3) замочить белье в растворе порошка на 1 час.

**II полугодие**

**1.**1) б; 2) б; 3) **в,** а, 6; 4) а, в; 5) в, г.

**2.1)** в; 2) а; 3)6; 4) г.

**3.**1) Рецепт. 2) Пациент.

4.1) в; 2) д; 3)6; 4) г; 5) а.

5. Простое, заказное, ценное, письмо с уведомлением.

**Лист внесения изменений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата внесения изменений | Содержание | Подпись лица, внёсшего запись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Содержание**

1. Паспорт рабочей программы ……………………………….…… 3
2. Пояснительная записка …………………………………………...4
3. Требования к уровню подготовки учащихся……………………..7
4. Календарно-тематическое планирование…………………………9
5. Содержание программы учебного предмета…………………….
6. Перечень учебно **–**методических средств обучения……………
7. Контрольно-измерительный материал…………………………..
8. Лист внесения изменений ……………………………………….

**Паспорт рабочей программы.**

**Статус программы:** рабочая программа учебного предмета, разработанная на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учебного плана учреждения, «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

**Назначение программы:**

- для обучающихся; образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

-для педагогических работников ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулуна» программа определяет приоритеты в содержании начального образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

-для администрации ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулун» программа является основанием для определения качества реализации общего начального образования.

**Категория обучающихся:** обучающиеся 7 класса

**Сроки освоения программы:** 5 лет.

**Объем учебного времени:** 68 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Формы контроля:** устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тест, контрольная работа.

**Пояснительная записка**

Программа рассчитана на профориентацию обучающихся коррекционной школы VIII типа. Цель программы — подготовить школь­ников к поступлению в ПТУ соответствующего типа и профиля.

Срок обучения по программе — 5 лет. Программа включает теоретические и практические занятия. Предусматриваются практические работы и упражнения.

При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и постепенности ввода нового.

Преподавание базируется на знаниях, получаемых обучающимися на уроках математики, окружающего мира и трудовому обучению.

В процессе обучения школьники знакомятся с необходимыми им навыками самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с пред­приятиями, организациями и учреждениями, 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса. Приобретают навыки владения столовыми приборами и бытовыми приспособлениями, узнают правила ухода за ними. Составлять план работы, планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценка результатов своей и чужой работы также входят в программу обучения.

Большое внимание уделяется технике 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.

Перечень тем программы не является строго обязательным. Учитель исходя из материально-технической базы школы и уровня подготовленности обучающихся вправе заменять темы. Время на изучение тем не регламентируется по аналогичным причинам. Для успешного обучения по данной программе школе необходимо иметь хорошо оснащенную мастерскую.

**Цель**: Подготовка обучающихся правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

**Задачи:**

формирование доступных школьникам знаний которые подготовят к самостоятельной жизни.

* формировать у обучающихся устойчивое положительное отношение к труду.
* использовать современные педагогические технологии.
* систематически развивать умственную сферу обучающихся.
* развивать организационные умения обучающихся.
* развитие у обучающихся умений ориентироваться в трудовом задании, планировать последовательность действий, выполнять и контролировать ход работ;
* воспитание у обучающихся устойчивого положительного отношения к труду и формирование необходимых в повседневной деятельности качеств личности, чувства коллективизма, ответственности за порученное дело, добросовестности, честности, готовности помочь товарищу, работать на общую пользу.

 На занятиях обучающиеся овладевают навыками, которые подразделяются на несколько групп.

**I группа**- Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

**II группа**- Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

**III группа**- Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

 На каждом занятии необходимо работать над трудовыми умениями и навыками, входящими во все группы или хотя бы в одну из них.

 Воспитательная направленность трудового обучения осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям труда, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности, родной природе. Воспитание школьников организуется в процессе их трудовой деятельности, с использованием разъяснения и убеждения, бесед и демонстраций, примеров правильного отношения к труду, оценки состояния окружающей среды, практических заданий и общественных поручений.

 Предметом осуждения является брак в работе, неэкономное расходование материалов, сломанный инструмент, случай нарушения правил безопасности труда, дисциплины и др.

 В целях воспитания рекомендуется применять на уроках коллективные формы труда, обеспечивать взаимопомощь, взаимный контроль, совместное обсуждение результатов работы.

Коррекционная направленность обучения предполагает дополнительные, наряду с основными, задачи:

- планомерное и систематическое наблюдение за психофизическим развитием обучающихся;

- обучение обучающихся ориентировке в трудовом задании и постоянное совершенствование этих навыков;

- постепенное и целенаправленное обучение обучающихся самостоятельному планированию работы, контролю и отчету о ней;

- систематические упражнения по освоению и закреплению трудовых умений и навыков;

- связь теоретических знаний с практической работой;

- совершенствование умственных действий, направленных на внутреннюю организацию процесса труда и самоконтроля своих действий;

- повышение работоспособности и выносливости учеников;

- раскрывать причинно-следственные связи явлений природы на доступном обучающимся уровне и расширять их кругозор.

**Основной формой** организации учебного процесса по предмету

«Социально бытовая ориентировка» является – урок, фронтальная работа, практи­ческие работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, роликов и др.

 Рабочая программа по социально бытовой ориентировке составлена в соответствии с учебным планом ГОКУ «Специальная (коррекционная)

 общеобразовательная школа VIII вида» на 2017-2018уч.год и рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

**7 класса**

 **Личная гигиена, знать:** правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических салфеток, правила ухода за кожей лица и волосами.

**уметь:** определить тип кожи и волос, подбирать мыло и шампунь, правильно ухаживать за лицом и волосами.

**Одежда и обувь, знать:** особенности стирки цветного и белого белья, устройство стиральной машины и правила пользования ею, санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при ремонте одежды, последовательность глажения одежды из различных тканей, назначение прачечной.

**уметь:** накладывать заплаты, стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить одежду и белье.

**Питание, знать:** виды питания и их особенности, значение первых, вторых блюд, правила безопасности работы с электроприборами.

**уметь:** пользоваться механическими и электробытовыми приборами, приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов, составить меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

**Семья, знать:** правила ухода за младшими детьми, различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки.

**уметь:** ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать младшим при уборке игрушек, рассказывать им сказки, петь с ними детские песни.

**Культура поведения, знать:** правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила поведения при вручении подарков.

**уметь:** культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.

**Жилище, знать:** последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон, способы утепление окон, правила ухода за мебелью.

**уметь:** убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, топить печку

**Транспорт, знать:** функции железнодорожного транспорта, тип пассажирского вагона, примерную стоимость билетов, службы ж\д вокзала.

**уметь:** ориентироваться в расписании, приобретать ж\д билеты, обращаться за справкой, ознакомиться с правилами пользования ж\д транспортом, выполнять правила безопасности во время посадки в ж\д транспорте.

**Торговля, знать:** назначение универсама и универмага, различия между ними, за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам.

**уметь:** найти нужные товара в отделах универсама и универмага.

**Средства связи, знать:** перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке, максимальный вес почтовых отправлений, виды и способы упаковок, виды почтовых отправлений.

**уметь:** заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить опись, упаковать бандероль, посылку.

**Медицинская помощь, знать:** меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила обработки раны и наложение повязки, правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах.

**уметь:** использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

**Учреждения, организации и предприятия, знать:** местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, название цехов, отделов, специальностей, виды выпускаемой продукции.

**уметь:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Календарно-тематическое планирование**

**(учебно-тематический план)**

**7 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №. | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теоретические занятия** | **Лабораторные, практические занятия, экскурсии и др.** | **Контрольные занятия** |
| ***I четверть*** |
| 1/2 | Личная гигиена подростка.Пользование шампунем. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 3/4 | Правила приёма приглашения в гости.Подготовка к поездке в гости. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 5/6 | Подарки.Культура поведения. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 7/8 | Помощь в уходе за детьми.Разучивание тихих игр. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 9/10 | Подвижные игры.Прогулки. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 11/12 | Мелкий ремонт одежды.Штопка одежды. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 13/14 | Заплата нашивная.Заплата декоративная. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 15/16 | Бытовая техника для стирки.Стирка цветного белья. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 17/18 | Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 | 1 | *1* |  |
| ***II четверть*** |
| 19/20 | Приёмы утюжения белья.Последовательность утюжения брюк. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 21/22 | Прачечная.Виды услуг. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 23/24 | Одежда и обувь.Способы ухода. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 25/26 | Регулярная уборка.Сезонная уборка. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 27/28 | Способы ухода за окнами.Виды моющих средств. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 29/30 | Санитарная уборка помещений.Способы и средства ухода за полом. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 31/32 | Уход за мебелью.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***III четверть*** |
| 33/34 | Виды помощи.Помощь при травмах. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 35/36 | Помощь при переломах.Медицинская помощь. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 37/38 | Междугородний железнодорожный транспорт.Службы вокзала. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 39/40 | Виды вагонов.Расписание. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 41/42 | Билеты.Камера хранения. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 43/44 | Назначение универсальных магазинов.Отделы магазина. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 45/46 | Порядок приобретения товара.Торговля. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 47/48 | Виды бандеролей.Упаковка и порядок отправления. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 49/50 | Стоимость пересылки.Заполнение бланка. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 51/52 | Средства связи. Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
| ***VI четверть*** |
| 53/54 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 55/56 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 57/58 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 59/60 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 61/62 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 63/64 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 65/66 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 67/68 | Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
|  |  Всего: | 68 | 34 | 30 | *4* |  |

**Содержание программы учебного предмета**

**I четверть**

**ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

 Беседа о соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на заня­тиях.

 **Практические работы**

 Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины

 **II четверть**

 **Практические работы**

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогул­ку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

 **III четверть**

 **Практические работы**

Изготовление несложных поделок, используемых в каче­стве подарка, сувенира. Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя. Упражнения по определению доходов семьи. Составление доверенности на получение зарплаты.

 **IV четверть**

 **Практические работы**

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд. Сервировка стола к обеду.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

1. **Литература**

 **Основная:** адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Дополнительная:**

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы сборник 2 Мирский С. Л., Журавлев Б. А., Иноземцева Л. С., Ковалева Е. А., Васенков Г. В.. Под редакцией Воронковой В. В. – Москва «Владос» - 2001.
2. Социально бытовая ориентировка, 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А Казаковой/ авт.сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.

 *3. Львова,* С. *А.* Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля / С. А. Львова. - М.: ВЛАДОС, 2005.

 4.С.А.Львова «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 классы развёрнутое тематическое планирование; издательство «Учитель»2012 года.

 5.В.В. Ворнкова, С.А. Казакова «Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2010.

 6.А.Г.Галле, Л.Л. Кочетова « Тетрадь по обслуживающему труду» ( для учащихся коррекционных школ VIIIвида) Изд.Аркти 2009 год. 6- 9 классы.

 7. А.А. Хилько, М.Е.Ермошенко, А.Д. Смирнова « Преподавание социально-бытовой ориентировки» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля.Санкт-Петербург Филиал издательства « Просвещение» 2006г.

 8. С.А.Львова « Справочник выпускника» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.

 9.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.«Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2008

1. **Учебно – дидактическое обеспечение.**

**Наглядные пособия:**

1)Дорожные знаки.

2)Состав продуктов питания.

3)Сервировка стола.

4)Осанка.

5)Одежда, головные уборы, обувь.

6) Семья.

**Инструкции по технике безопасности:**

1)Правила безопасной работы при работе с электроприборами.

2)Правила безопасной работы при режущими инструментами.

3)Правила безопасной работы при работе в мастерской.

4)Правила безопасной работы на уроках СБО.

**Технологические карты:**

1)Заваривание чая.

2)Нарезка овощей.

3)Приготовление каши.

4)Индивидуальные технологические карты по теме ПИТАНИЕ

**Контрольно-измерительный материал**

**7 КЛАСС**

**I полугодие**

**1. Повторение темы «Личная гигиена».**

Запиши свои рекомендации.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Признаки здоровья | Изменения в подростковом возрасте | Рекомендации по уходу за собой |
| 1) Хороший цвет лица | Цвет лица может измениться у ку­рильщиков |  |
| 2) Кожа | Угри - результат закупорки пор кожи отмершими роговыми клетками, бак­териями, жирными кислотами |  |
| 3) Осанка, внешность, манера держать себя | Появляется сутулость, размашистость движений |  |

**2. Повторение темы «Культура поведения».**

Правила поведения в гостях.

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Можно ли прийти в гости с незна­комым для хозяев человеком? | а) Можно, если вы с ним только что встретились.б) Можно, спросив разрешения у хозяев заранее |
| 2) Когда можно сесть за праздничный стол? | а) Как только вы вошли в комнату, где накрыт стол.б) Только после того, как сядут наиболее важные гости.в) После приглашения хозяина и после того, как сядутженщины |
| 3) Как должны сидеть за празднич­ным столом юноши и девушки? | а) Девушки - по одну сторону стола, а юноши - по другую.б) Парами - по симпатиям.в) Чередуются: юноша - девушка |
| 4) Как следует себя вести, если вы опоздали в гости и все уже за столом? | а) Со всеми поздороваться и пожать руку.б) Занять свободное место, как ни в чем не бывало.в) Извиниться перед хозяйкой за опоздание |
| 5) Как вести себя во время еды? | а) Руки не кладите на стол.б) Положите локти на стол.в) Кисти рук положите на стол |
| 6) Что 1гужно сделать, уходя из гостей? | а) Одеться, а потом попрощаться.б) Попрощаться, потом одеться.в) Прощаться во время одевания |

**3. Повторение темы «Семья».**

Поставь знак + в нужной графе.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды игр | Развлекатель­ные со словами (а) | Настольныес правилами(б) | Спортивныес правилами(в) | «Умные»игры(г) | Игры с правилами(д) | Словесныеигры(е) |
| 1) Тихие |  |  |  |  |  |  |
| 2) Подвижные |  |  |  |  |  |  |

**4. Повторение темы «Семья».**

Ответь на вопрос письменно.

- Как называется официальный документ, удостоверяющий личность владельца?

**5. Повторение темы «Одежда».**

Перечисли основные этапы ручной стирки.

**II полугодие**

**1. Повторение темы «Одежда».**

Задание: прочитай и расставь правильно стрелки.

1) Можно выстирать в домашних условиях:

а) Одеяло;

б) верхняя одежда;

в) легкая одежда;

г) покрывало;

д) подушки

2) Нельзя стирать в домашних условия

**2. Повторение темы «Торговля».**

Ответь на вопрос письменно.

- Когда следует проверять сдачу?

**3. Повторение темы «Питание».**

Ответь на вопросы письменно.

1. Как называются овощи, каша и другие добавления к мясным, рыбным блюдам?
2. Как называется кусок мяса или рыбы, очищенный от костей?
3. Как называется измельченное в мясорубке мясо?

**4. Повторение темы «Лекарственные растения» *(задание на порядок действий).***

Прочитай предложения, определи последовательность действий и расставь цифры.

а) Высуши в прохладном, темном месте, вдали от солнечных лучей.

б) Положи в стакан 1 ст. л. высушенной травы.

в) Собери нужную траву вдали от города и дорог, лучше всего в лесу. «А» - вскипяти воду.

г) Залей кипятком, накрой салфеткой для настаивания в течение 15-20 минут.

**5. Повторение темы «Средства связи».**

Запиши названия известных тебе видов почтовых отправлений.

**6. Повторение темы «Питание».**

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Как называется мясной отвар? | а) Отвар;б) суп;в) бульон |
| 2) Что варится дольше? | а) Суп-лапша;б) манная каша;в) щи из кислой капусты |
| 3) Что является вторым блюдом? | а) Салат;б) десерт;в) гарнир |
| 4) Из чего можно приготовить третье блюдо? | а) Йогурт;б) фрукты;в) овощи |
| 5) Какая ложка меньше всех? | а) Столовая;б) чайная;в) десертная |

Ответы:

**I полугодие**

1. 1) Бросить курить, 2) Держать лицо и тело в чистоте. Определить свой тип кожи для правиль­ного ухода. 3) Специальные упражнения для выработки правильной осанки.
2. 1) 6; 2) в; 3) в; 4) в; 5) в; 6) б.

3.1) а, б, г, е; 2) в, д.

1. Паспорт.
2. Замачивание, стирка, полоскание.

**II полугодие**

1.1) в, г; 2) а, б, д.

1. Проверяй сдачу, не отходя от кассы.
2. 1) Гарнир. 2) Филе. 3) Фарш. 4.1) в, А; 2) а; 3)6; 4) г.
3. Бандероль, посылка, багаж.
4. 1) в; 2) в; 3) в; 4) б; 5) б.

**Лист внесения изменений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата внесения изменений | Содержание | Подпись лица, внёсшего запись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Содержание**

1. Паспорт рабочей программы ……………………………….…… 3
2. Пояснительная записка …………………………………………...4
3. Требования к уровню подготовки учащихся……………………..7
4. Календарно-тематическое планирование…………………………9
5. Содержание программы учебного предмета…………………….
6. Перечень учебно **–**методических средств обучения……………
7. Контрольно-измерительный материал…………………………..
8. Лист внесения изменений ……………………………………….

**Паспорт рабочей программы.**

**Статус программы:** рабочая программа учебного предмета, разработанная на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учебного плана учреждения, «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

**Назначение программы:**

- для обучающихся; образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

-для педагогических работников ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулуна» программа определяет приоритеты в содержании начального образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

-для администрации ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулун» программа является основанием для определения качества реализации общего начального образования.

**Категория обучающихся:** обучающиеся 8 класса

**Сроки освоения программы:** 5 лет.

**Объем учебного времени:** 68 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Формы контроля:** устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тест, контрольная работа.

**Пояснительная записка**

Программа рассчитана на профориентацию обучающихся коррекционной школы VIII типа. Цель программы — подготовить школь­ников к поступлению в ПТУ соответствующего типа и профиля.

Срок обучения по программе — 5 лет. Программа включает теоретические и практические занятия. Предусматриваются практические работы и упражнения.

При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и постепенности ввода нового.

Преподавание базируется на знаниях, получаемых обучающимися на уроках математики, окружающего мира и трудовому обучению.

В процессе обучения школьники знакомятся с необходимыми им навыками самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с пред­приятиями, организациями и учреждениями, 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса. Приобретают навыки владения столовыми приборами и бытовыми приспособлениями, узнают правила ухода за ними. Составлять план работы, планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценка результатов своей и чужой работы также входят в программу обучения.

Большое внимание уделяется технике 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.

Перечень тем программы не является строго обязательным. Учитель исходя из материально-технической базы школы и уровня подготовленности обучающихся вправе заменять темы. Время на изучение тем не регламентируется по аналогичным причинам. Для успешного обучения по данной программе школе необходимо иметь хорошо оснащенную мастерскую.

**Цель**: Подготовка обучающихся правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

**Задачи:**

формирование доступных школьникам знаний которые подготовят к самостоятельной жизни.

* формировать у обучающихся устойчивое положительное отношение к труду.
* использовать современные педагогические технологии.
* систематически развивать умственную сферу обучающихся.
* развивать организационные умения обучающихся.
* развитие у обучающихся умений ориентироваться в трудовом задании, планировать последовательность действий, выполнять и контролировать ход работ;
* воспитание у обучающихся устойчивого положительного отношения к труду и формирование необходимых в повседневной деятельности качеств личности, чувства коллективизма, ответственности за порученное дело, добросовестности, честности, готовности помочь товарищу, работать на общую пользу.

 На занятиях обучающиеся овладевают навыками, которые подразделяются на несколько групп.

**I группа**- Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

**II группа**- Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

**III группа**- Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

 На каждом занятии необходимо работать над трудовыми умениями и навыками, входящими во все группы или хотя бы в одну из них.

 Воспитательная направленность трудового обучения осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям труда, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности, родной природе. Воспитание школьников организуется в процессе их трудовой деятельности, с использованием разъяснения и убеждения, бесед и демонстраций, примеров правильного отношения к труду, оценки состояния окружающей среды, практических заданий и общественных поручений.

 Предметом осуждения является брак в работе, неэкономное расходование материалов, сломанный инструмент, случай нарушения правил безопасности труда, дисциплины и др.

 В целях воспитания рекомендуется применять на уроках коллективные формы труда, обеспечивать взаимопомощь, взаимный контроль, совместное обсуждение результатов работы.

Коррекционная направленность обучения предполагает дополнительные, наряду с основными, задачи:

- планомерное и систематическое наблюдение за психофизическим развитием обучающихся;

- обучение обучающихся ориентировке в трудовом задании и постоянное совершенствование этих навыков;

- постепенное и целенаправленное обучение обучающихся самостоятельному планированию работы, контролю и отчету о ней;

- систематические упражнения по освоению и закреплению трудовых умений и навыков;

- связь теоретических знаний с практической работой;

- совершенствование умственных действий, направленных на внутреннюю организацию процесса труда и самоконтроля своих действий;

- повышение работоспособности и выносливости учеников;

- раскрывать причинно-следственные связи явлений природы на доступном обучающимся уровне и расширять их кругозор.

**Основной формой** организации учебного процесса по предмету

«Социально бытовая ориентировка» является – урок, фронтальная работа, практи­ческие работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, роликов и др.

 Рабочая программа по социально бытовой ориентировке составлена в соответствии с учебным планом ГОКУ «Специальная (коррекционная)

 общеобразовательная школа VIII вида» на 2017-2018уч.год и рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

**8 класса**

**Личная гигиена, знать:** правила ухода за кожей лица, приемы нанесения косметических средств**.**

**уметь:** правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, в меру пользоваться косметикой.

**Одежда и обувь, знать:** правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей, правильность и последовательность глажения изделий, назначение химчистки, правила подготовки вещей к сдаче в чистку

**уметь:** стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить блузки, рубашки, платья.

**Питание, знать:** виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок из овощей, зелени.

**уметь:** приготовить пресное тесто и изделия из него, нашинковать морковь, петрушку, укроп, свеклу, записать рецепт соления, варенья, консервирования.

**Семья, знать:** правила ухода за грудным ребенком, правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка,

санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.

**уметь:** купать, одевать, пеленать куклу, кормить куклу из соски и с ложечки, содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

**Культура поведения, знать:** правила поведения юноши и девушки при знакомстве, требования к внешнему виду молодых людей.

**уметь:** культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения, одежду, учитывая возраст.

**Жилище, знать:** правила и периодичность уборки санузла, кухни, ванной, моющие средства, используемые при уборке санузла, кухни, санитарно-гигиенические требования и ТБ при уборке.

**уметь:** мыть кафельные стены, чистить раковины, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.

**Транспорт, знать:** основные автобусные маршруты, правила безопасного передвижения в транспорте, основные маршруты водного транспорта.

**уметь:** пользоваться расписанием, покупать билет, выполнять правила безопасности

**Торговля, знать:** рынок, его виды, основные отличия его от магазина, правила поведения на рынке, права покупателя.

**уметь:** выбирать месторасположения нужных товаров, выбирать продукцию в соответствии с ее качеством.

**Средства связи, знать:** виды телефонной связи, правила пользования ими, телефонным справочником, периодичность оплаты телефона.

**уметь:** кратко объяснить причину звонка по телефонам срочного вызова, культурно разговаривать по телефону.

**Медицинская помощь, знать:** меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приемы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

**уметь:** оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему.

**Учреждения, организации и предприятия, знать:** куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи, адрес местной префектуры.

**уметь:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Экономика домашнего хозяйства, знать:** составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений.

**уметь:** подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получении зарплаты и пенсии, подсчитать расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, соблюдать правила экономии в семье.

**Календарно-тематическое планирование**

**(учебно-тематический план)**

**8 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №. | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теоретические занятия** | **Лабораторные, практические занятия, экскурсии и др.** | **Контрольные занятия** |
| ***I четверть*** |
| 1/2 | Приёмы ухода за кожей лица.Средства и способы крепления здоровья. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 3/4 | Культура общения юношей и девушек.Внешний вид. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 5/6 | Выбор одежды.Встреча молодых людей. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 7/8 | Ребёнок в семье.Кормление ребёнка. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 9/10 | Купание ребёнка.Одевание ребёнка. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 11/12 | Уход за ребёнком.Правила содержания игрушек. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 13/14 | Шерстяные и синтетические ткани.Виды стиральных порошков. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 15/16 | Стирка.Утюжка рубашек и блузок. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 17/18 | ХимчисткаПроверочная работа за четверть. | 1 | 1 | 1 | *1* |  |
| ***II четверть*** |
| 19/20 | Моющие средства для уборки. Уборка кухни, санузла и ванны. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 21/22 | Инструкции к моющим средствам.Выведение пятен. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 23/24 | Помощь при ожогах.Помощь при обморожении. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 25/26 | Помощь при отравлении.Помощь при тепловом и солнечном ударе. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 27/28 | Помощь утопающем.Предупреждение несчастных случаев. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 29/30 | Междугородний транспорт.Маршруты. Билеты. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 31/32 | Водный транспорт.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***III четверть*** |
| 33/34 | Виды рынков.Различие рынка и магазина. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 35/36 | Фиксированная цена товара.Рыночная цена товара. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 37/38 | Телефон.Телефонный справочник. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 39/40 | Культура разговора по телефону. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 41/42 | Бюджет семьи.Основные статьи расходов семьи. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 43/44 | Экономика домашнего хозяйства.Правила экономии. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 45/46 | Содержание жилища, его оплата.Коммунальная квартира. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 47/48 | Виды вкладов. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 49/50 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 51/52 | Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
| ***VI четверть*** |
| 53/54 | Виды теста.Тесто пресное. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 55/56 | Виды теста.Тесто дрожжевое. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 57/58 | Чтение рецепта.Выпечка песочного печенья. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 59/60 | Тесто для блинов.Разнообразие блинов. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 61/62 | Чтение рецепта.Выпечка трубочек с начинкой. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 63/64 | Заготовка продуктов.Запись рецептов. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 65/66 | Сушка продуктов.Запись рецептов. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 67/68 | Заготовка прянностей.Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
|  |  Всего: | 68 | 34 | 30 | *4* |  |

**Содержание программы учебного предмета**

**I четверть**

**ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

 Беседа о соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на заня­тиях.

 **Практические работы**

 Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесе­нии крема. Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья

 **II четверть**

 **Практические работы**

Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы; мы­тье детской посуды, игрушек. Мытье кафельных стен, чистка раковин.

 **III четверть**

 **Практические работы**

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров. Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмора­живании. Упражнения в оказании первой помощи утопающему. Упражнения в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах). Снятие показателей счетчика, рас­чет стоимости израсходованной электроэнергии, газа, запол­нение квитанций. Упражнения в планировании крупных по­купок (на конкретных примерах), в оказании материальной помощи родственникам.

 **IV четверть**

 **Практические работы**

Приготовление блинов, печенья и других изделий из тес­та. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнения в составлении меню.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

1. **Литература**

 **Основная:** адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Дополнительная:**

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы сборник 2 Мирский С. Л., Журавлев Б. А., Иноземцева Л. С., Ковалева Е. А., Васенков Г. В.. Под редакцией Воронковой В. В. – Москва «Владос» - 2001.
2. Социально бытовая ориентировка, 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А Казаковой/ авт.сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.

 *3. Львова,* С. *А.* Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля / С. А. Львова. - М.: ВЛАДОС, 2005.

 4.С.А.Львова «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 классы развёрнутое тематическое планирование; издательство «Учитель»2012 года.

 5.В.В. Ворнкова, С.А. Казакова «Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2010.

 6.А.Г.Галле, Л.Л. Кочетова « Тетрадь по обслуживающему труду» ( для учащихся коррекционных школ VIIIвида) Изд.Аркти 2009 год. 6- 9 классы.

 7. А.А. Хилько, М.Е.Ермошенко, А.Д. Смирнова « Преподавание социально-бытовой ориентировки» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля.Санкт-Петербург Филиал издательства « Просвещение» 2006г.

 8. С.А.Львова « Справочник выпускника» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.

 9.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.«Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2008

1. **Учебно – дидактическое обеспечение.**

**Наглядные пособия:**

1)Дорожные знаки.

2)Состав продуктов питания.

3)Сервировка стола.

4)Осанка.

5)Одежда, головные уборы, обувь.

6) Семья.

**Инструкции по технике безопасности:**

1)Правила безопасной работы при работе с электроприборами.

2)Правила безопасной работы при режущими инструментами.

3)Правила безопасной работы при работе в мастерской.

4)Правила безопасной работы на уроках СБО.

**Технологические карты:**

1)Заваривание чая.

2)Нарезка овощей.

3)Приготовление каши.

4)Индивидуальные технологические карты по теме ПИТАНИЕ

**Контрольно-измерительный материал**

 **8 КЛАСС**

 **I полугодие**

**1. Повторение темы «Личная гигиена».**

— Какие типы кожи лица тебе известны?

**2. Повторение темы «Культура поведения».**

Из пары утверждений выбери правильное, отметь его знаком +.

Из букв, которыми обозначены правильные ответы, составь слово и запиши его.

«Э» - Юноша, приглашая девушку, должен продумать маршрут прогулки или мероприятие, на которое он ее поведет.

«В» - Юноша, приглашая девушку, должен спросить ее о маршруте прогулки.

«Т» - Юноша приходит на 5 минут раньше.

«Ж» - Юноша приходит на 30 минут раньше.

«X» - Девушка может задержаться на любое время.

«И» - Девушка может задержаться не более чем на 4 минуты.

«К» - После свидания юноша должен проводить девушку до двери ее квартиры.

«Р» - После свидания юноша не должен провожать девушку.

«Е» - Девушка должна поблагодарить юношу за вечер.

«Р» - Девушка не благодарит юношу за вечер.

«Н» - Юноша закуривает в любое время, когда захочет курить.

«Т» - Юноша не закуривает без разрешения девушки.

**3. Повторение темы «Семья».**

Задание: прочитай и расставь правильно стрелки. Что нужно для ребенка?

1. Для пеленания; а) Специальный стул, посуду;
2. для сна; б) ванночку, приспособление для купания ребенка;
3. для кормления; г) кроватку, коляску;
4. для купания д) стол.

**4. Письменное задание по теме «Одежда».**

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Запиши ответ |
| 1) Что нужно сделать перед стиркой? |  |
| 2) Какое белье нужно стирать отдельно? |  |
| 3) Что нужно делать с мокрым бельем после стирки? |  |
| 4) Что нужно делать с сухим бельем после сушки? |  |
| 5) Где хранить грязное белье? |  |

5. Вычеркни игрушки, которые не следует давать грудному ребенку:

1. резиновые;
2. пушистые;
3. пластмассовые;
4. мелкие.

II полугодие

1. Повторение темы «Жилище».

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Какой предмет не нужен для ухода за уни­тазом? | а) Веник;б) вантуз;в) ерш |
| 2) Почему при мытье сантехнического оборудо­вания нельзя резко менять температуру воды? | а) Неприятно рукам;б) трескается эмаль |
| 3) Для чего нужно устранять течь из крана? | а) Звук капель раздражает;б) образуется желтый налет на эмали;в) портятся трубы |
| 4) Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам? | а) Это интересно;б) потом можно пересказать;в) чтобы правильно использовать средство |

**2. Повторение темы «Бюджет семьи».**

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай фразу | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Виды источников дохода | а) Зарплата;б) помощь родственникам;в) кредит |
| 2) Основные статьи расходов | а) Обновление мебели;б) стипендия;в) питание |
| 3) Среднедушевой доход | а) Доход одного человека в семье;б) доход работающих членов семьи;в) весь доход семьи, разделенный на количе­ство членов семьи |
| 4) Укажи правильное название документа, по которому можно доверить получение денег | а) Доверение;б) доверенность |

**3. Повторение темы «Медицина».**

Ответь на вопросы письменно.

1. Как называется повреждение тканей, возникшее от теплового, химического, электрическо­го, радиационного воздействия?
2. Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?

**4. Повторение темы «Культура поведения».**

Заполни таблицу «вежливых» слов.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1) Приветствие | 2) Знакомство | 3) Просьба | 4) Извинение | 5) Ответ на извинение | 6) Прощание |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**5. Повторение темы «Питание».**

Составь меню на день.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Завтрак | Готовят из двух блюд | Первое: |
| Второе: |
| Хлеб: |
| Обед | Готовят из трех блюд | Первое: |
| Второе: |
| Третье: |
| Хлеб: |
| Ужин | Можно готовить из двух блюд | Первое: |
| Второе: |
| Хлеб: |

 Ответы:

**I полугодие**

1. 1) Сухая; 2) нормальная; 3) жирная.
2. Этикет. 3.1)д;2)г;3)а;4)б.

4. 1) Рассортировать белье. 2) Белое и черное. 3) Высушить. 4) Погладить утюгом, аккуратно
сложить в шкаф. 5) В корзине для белья, в отдельном тазике.

**5.**2; 4.

**II полугодие**

1.1) а; 2) б; 3)6; 4) в.

1. 1) а; 2) в; 3) в; 4) б.

1) Ожог. 2) Обморожение.

1. 1) «Доброе утро!», «Здравствуйте!»;
2. «Будем знакомы», «Позвольте представить...»;
3. «Будьте добры...», «Сделайте одолжение...»;
4. «Я приношу извинения», «Извините, пожалуйста»;
5. «Хорошо», «Не стоит»;
6. «До свидания!», «Всего доброго!»

5. Завтрак - из двух блюд:

*первое:* каша, овощи, картофель, творог, яйца, сосиски;

*второе:* молоко, кофе с молоком, чай, чай с молоком, какао;

*хлеб:* белый с маслом, колбасой, джемом.

Обед - из трех блюд:

*первое:* супы с крупами, борщ, щи на мясном, рыбном или грибном бульоне;

*второе:* мясное или рыбное блюдо с овощами, кашей или макаронами;

*третье:* кисель, компот, фрукты, ягоды;

*хлеб:* белый и черный.

Ужин - из двух блюд:

*первое:* каша, запеканка, пироги, яичное или творожное блюдо;

*второе:* молоко, кефир, простокваша, чай;

*хлеб* печенье, булочка, фрукты.

**Лист внесения изменений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата внесения изменений | Содержание | Подпись лица, внёсшего запись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Содержание**

1. Паспорт рабочей программы ……………………………….…… 3
2. Пояснительная записка …………………………………………...4
3. Требования к уровню подготовки учащихся……………………..7
4. Календарно-тематическое планирование…………………………9
5. Содержание программы учебного предмета…………………….
6. Перечень учебно **–**методических средств обучения……………
7. Контрольно-измерительный материал…………………………..
8. Лист внесения изменений ……………………………………….

**Паспорт рабочей программы.**

**Статус программы:** рабочая программа учебного предмета, разработанная на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учебного плана учреждения, «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

**Назначение программы:**

- для обучающихся; образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

-для педагогических работников ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулуна» программа определяет приоритеты в содержании начального образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

-для администрации ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №28 г. Тулун» программа является основанием для определения качества реализации общего начального образования.

**Категория обучающихся:** обучающиеся 9 класса

**Сроки освоения программы:** 5 лет.

**Объем учебного времени:** 68 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Формы контроля:** устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тест, контрольная работа.

**Пояснительная записка**

Программа рассчитана на профориентацию обучающихся коррекционной школы VIII типа. Цель программы — подготовить школь­ников к поступлению в ПТУ соответствующего типа и профиля.

Срок обучения по программе — 5 лет. Программа включает теоретические и практические занятия. Предусматриваются практические работы и упражнения.

При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и постепенности ввода нового.

Преподавание базируется на знаниях, получаемых обучающимися на уроках математики, окружающего мира и трудовому обучению.

В процессе обучения школьники знакомятся с необходимыми им навыками самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с пред­приятиями, организациями и учреждениями, 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса. Приобретают навыки владения столовыми приборами и бытовыми приспособлениями, узнают правила ухода за ними. Составлять план работы, планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценка результатов своей и чужой работы также входят в программу обучения.

Большое внимание уделяется технике 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.

Перечень тем программы не является строго обязательным. Учитель исходя из материально-технической базы школы и уровня подготовленности обучающихся вправе заменять темы. Время на изучение тем не регламентируется по аналогичным причинам. Для успешного обучения по данной программе школе необходимо иметь хорошо оснащенную мастерскую.

**Цель**: Подготовка обучающихся правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

**Задачи:**

формирование доступных школьникам знаний которые подготовят к самостоятельной жизни.

* формировать у обучающихся устойчивое положительное отношение к труду.
* использовать современные педагогические технологии.
* систематически развивать умственную сферу обучающихся.
* развивать организационные умения обучающихся.
* развитие у обучающихся умений ориентироваться в трудовом задании, планировать последовательность действий, выполнять и контролировать ход работ;
* воспитание у обучающихся устойчивого положительного отношения к труду и формирование необходимых в повседневной деятельности качеств личности, чувства коллективизма, ответственности за порученное дело, добросовестности, честности, готовности помочь товарищу, работать на общую пользу.

 На занятиях обучающиеся овладевают навыками, которые подразделяются на несколько групп.

**I группа**- Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

**II группа**- Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

**III группа**- Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

 На каждом занятии необходимо работать над трудовыми умениями и навыками, входящими во все группы или хотя бы в одну из них.

 Воспитательная направленность трудового обучения осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям труда, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности, родной природе. Воспитание школьников организуется в процессе их трудовой деятельности, с использованием разъяснения и убеждения, бесед и демонстраций, примеров правильного отношения к труду, оценки состояния окружающей среды, практических заданий и общественных поручений.

 Предметом осуждения является брак в работе, неэкономное расходование материалов, сломанный инструмент, случай нарушения правил безопасности труда, дисциплины и др.

 В целях воспитания рекомендуется применять на уроках коллективные формы труда, обеспечивать взаимопомощь, взаимный контроль, совместное обсуждение результатов работы.

Коррекционная направленность обучения предполагает дополнительные, наряду с основными, задачи:

- планомерное и систематическое наблюдение за психофизическим развитием обучающихся;

- обучение обучающихся ориентировке в трудовом задании и постоянное совершенствование этих навыков;

- постепенное и целенаправленное обучение обучающихся самостоятельному планированию работы, контролю и отчету о ней;

- систематические упражнения по освоению и закреплению трудовых умений и навыков;

- связь теоретических знаний с практической работой;

- совершенствование умственных действий, направленных на внутреннюю организацию процесса труда и самоконтроля своих действий;

- повышение работоспособности и выносливости учеников;

- раскрывать причинно-следственные связи явлений природы на доступном обучающимся уровне и расширять их кругозор.

**Основной формой** организации учебного процесса по предмету

«Социально бытовая ориентировка» является – урок, фронтальная работа, практи­ческие работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, роликов и др.

 Рабочая программа по социально бытовой ориентировке составлена в соответствии с учебным планом ГОКУ «Специальная (коррекционная)

 общеобразовательная школа VIII вида» на 2017-2018уч.год и рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

**9 класса**

**Одежда и обувь, знать:** размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы обновления одежды, средства выведение пятен в домашних условиях, правила стирки изделий из тюля и трикотажа.

**уметь:** пользоваться журналом мод, подбирать одежду и обувь, выводить пятна на одежде, стирать изделия из тюли и трикотажа.

**Питание, знать:** значение диетического питания, особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

**уметь:** составить меню диетического питания на день, приготовить 1-2 диетических блюд, составить меню на день для ребенка ясельного возраста, приготовить одно национальное блюдо, составить меню праздничного стола, выполнить сервировку праздничного стола.

**Семья, знать:** основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции, о морально-этических нормах взаимоотношений в семье, обязанности, связанные с заботой о детях.

**уметь:** анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку, оказывать внимание, поддержку, посильную помощь в семье, активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье, поддерживать семейные традиции, выполнять обязанности в семье.

**Культура поведения, знать:** правила поведения в обществе – правила приема гостей.

**уметь:** встречать гостей, вежливо вести себя во время их приема, анализировать поступки людей и давать правильную оценку.

**Жилище, знать:** правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

**уметь:** расставлять мебель в квартире (на макете), подбирать детали интерьера.

**Транспорт, знать:** основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения билетов, правила посадки в самолет.

**уметь:** ориентироваться в расписании, определять маршрут, выбирать наиболее удобные транспортные средства, выполнять правила безопасности во время проезда.

**Торговля, знать:** виды ярмарок, отличие ярмарки от рынка, магазина, время и место проведения ярмарок, цены ярмарочных товаров.

**уметь:** приобретенные умения при покупке товара в магазинах, перенести самостоятельно на ярмарку.

**Средства связи, знать:** виды денежных переводов, их стоимость, виды связи, стоимость услуг по каждому виду связи.

**уметь:** заполнить почтовый и телеграфный перевод, подсчитать стоимость денежных переводов.

**Медицинская помощь, знать:** способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приемы по уходу за больным, листок нетрудоспособности.

**уметь:** строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания, строго выполнять правила ухода за больным, ставить горчичники.

**Учреждения, организации и предприятия, знать:** местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг оно оказывает.

**уметь:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Трудоустройство, знать:** учреждения и отделы по трудоустройству, местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие, виды документов необходимые для поступления на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию, статьи Трудового кодекса РФ.

**уметь:** обращаться в отделы кадров при устройстве на работу, написать заявление, заполнить анкету, написать расписку, пользоваться ТК РФ.

**Календарно-тематическое планирование**

**(учебно-тематический план)**

 **9 класс.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №. | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теоретические занятия** | **Лабораторные, практические занятия, экскурсии и др.** | **Контрольные занятия** |
| ***I четверть*** |
| 1/2 | Стиль одежды.Обновление одежды. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 3/4 | Выбор одежды и обуви.Определение размера. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 5/6 | Выведение пятен с одежды.Применение чистящих средств. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 7/8 | Российская семья.Условия создания семьи. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 9/10 | Основные семейные отношения. Распределения обязанностей.  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 11/12 |  Семейные традиции.Планирование бюджета семьи. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 13/14 |  Обязанности родителей в семье.Забота о детях. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 15/16 |  Адекватность поведения в обществе.Правила приёма гостей. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 17/18 | Взаимоотношения с соседями.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 | 1 | *1* |  |
| ***II четверть*** |
| 19/20 |  Рациональная расстановка мебели в квартире. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 21/22 |  Интерьер. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 23/24 |  Сохранение жилищного фонда. Распределение обязанностей по хозяйству. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 25/26 |  Предупреждение инфекционных заболеваний.Уход за больным. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 27/28 |  Применение лекарств.Чтение инструкций к лек. средствам | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 29/30 |  Справка и лист нетрудоспособности.Стационарное лечение. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 31/32 |  Амбулаторное лечение.Проверочная работа за четверть. | 1 | 1 |  | *1* |  |
| ***III четверть*** |
| 33/34 | Значение ярмарок.Виды ярмарок. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 35/36 | Время и место проведения ярмарок.Распродажа товара по сниженным ценам. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 37/38 | Денежные переводы.Бланк для перевода. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 39/40 | Современные виды связи. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 41/42 | Предприятия бытового обслуживания населения.Виды услуг. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 43/44 | Профессии работников.Деятельность предприятия. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 45/46 | Отдел кадров.Трудоустройство. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 47/48 | Биржа труда.Постоянная работа. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 49/50 | Работа по контракту.Работа по совместительству. | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 51/52 | Правила перехода на другую работу. Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
| ***VI четверть*** |
| 53/54 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 55/56 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 57/58 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 59/60 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 61/62 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 63/64 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 65/66 |  | 2 | 1 | 1 |  |  |
| 67/68 | Проверочная работа за четверть. | 2 | 1 |  | *1* |  |
|  |  | 68 | 34 | 30 | *4* |  |

**Содержание программы учебного предмета**

**I четверть**

**ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

 Беседа о соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на заня­тиях.

 **Практические работы**

Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен. Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

 **II четверть**

 **Практические работы**

Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение кви­танции по оплате телефонных услуг. Уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), измерять температуру, наложить гор­чичники (на куклу), сменить постель лежачего больного.

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш к лекарствам).

 **III четверть**

 **Практические работы**

Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение куль­турных потребностей, упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства.

 **IV четверть**

 **Практические работы**

Приготовление национальных блюд; составление меню праздничного стола; сервировка праздничного стола; при­готовление блюд для детей ясельного возраста, диетичес­ких блюд.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

1. **Литература**

 **Основная:** адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Дополнительная:**

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы сборник 2 Мирский С. Л., Журавлев Б. А., Иноземцева Л. С., Ковалева Е. А., Васенков Г. В.. Под редакцией Воронковой В. В. – Москва «Владос» - 2011.
2. Социально бытовая ориентировка, 5 класс: поурочные планы по программе В.В. Воронковой, С.А Казаковой/ авт.сост. Л.А. Бабушкина, М.В. Ковтонюк, З.А. Стульнева.- Волгоград: Учитель, 2013.

 *3. Львова,* С. *А.* Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля / С. А. Львова. - М.: ВЛАДОС, 2005.

 4.С.А.Львова «Социально-бытовая ориентировка» 5-9 классы развёрнутое тематическое планирование; издательство «Учитель»2012 года.

 5.В.В. Ворнкова, С.А. Казакова «Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2010.

 6.А.Г.Галле, Л.Л. Кочетова « Тетрадь по обслуживающему труду» ( для учащихся коррекционных школ VIIIвида) Изд.Аркти 2009 год. 6- 9 классы.

 7. А.А. Хилько, М.Е.Ермошенко, А.Д. Смирнова « Преподавание социально-бытовой ориентировки» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учите­ля.Санкт-Петербург Филиал издательства « Просвещение» 2006г.

 8. С.А.Львова « Справочник выпускника» в специ­альной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида.

 9.Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова.«Социально-бытовая ориентировка» учащихся 5-9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: ВЛАДОС, 2008

1. **Учебно – дидактическое обеспечение.**

**Наглядные пособия:**

1)Дорожные знаки.

2)Состав продуктов питания.

3)Сервировка стола.

4)Осанка.

5)Одежда, головные уборы, обувь.

6) Семья.

**Инструкции по технике безопасности:**

1)Правила безопасной работы при работе с электроприборами.

2)Правила безопасной работы при режущими инструментами.

3)Правила безопасной работы при работе в мастерской.

4)Правила безопасной работы на уроках СБО.

**Технологические карты:**

1)Заваривание чая.

2)Нарезка овощей.

3)Приготовление каши.

4)Индивидуальные технологические карты по теме ПИТАНИЕ

**Контрольно-измерительный материал**

**9 КЛАСС**

 **I полугодие**

**1. Повторение темы «Одежда»-**

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Какой стиль считается универ­сальным? | а) Классический;б) романтический;в) унисекс |
| 2) Что делать, если у джинсов про­терлась ткань на коленях? | а) Сделать из них тряпку;б) на протертые места поставить декоративную заплату;в) выбросить |
| 3) Что делать с пятном от вишни? | а) Поставить на него заплату;б) постараться вывести;в) такую вещь не носить |
| 4) Где можно узнать о выведении пятен? | а) Спросить у знакомых;б) прочитать в книгах по домоводству;в) пробовать выводить опытным путем |
| 5) Как определить свой размер одежды? | а) В магазине перемерять много вещей, а у той, котораяподойдет, посмотреть размер;б) снять мерки;в) узнать у мамы |
| 6) Что делать, если любимые летние брюки стали короткими? | а) Пришить отвороты;б) не носить их |
| 7) Что делать, если рукава блузки стали короткими? | а) Не носить ее;б) обрезать рукава и носить с короткими рукавами |

**2. Повторение темы «Семья».**

Из двух утверждений выбери правильное, отметь его знаком +.

Из букв правильных ответов составь слово и запиши его.

«В» - Крепкая семья основана на экономическом расчете.

«Б» - Крепкая семья основана на любви и уважении.

«Р» - Основной возраст вступления в брак наступает с 18 лет.

«Л» - Основной возраст вступления в брак наступает с 14 лет.

«А» - Испытательный срок для желающих вступить в брак - 1 месяц.

«О» - Испытательный срок для желающих вступить в брак - 1 год.

«К» - Семейные отношения - это отношения между супругами, их родителями и детьми.

«И» - Семейные отношения - это отношения между родителями и детьми.

**3. Повторение темы «Бюджет семьи». Поставь знак + в нужной графе.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Статья расхода | Оплата проезда (а) | Оплата жилья (б) | Коммунальные услуги (в) | Ремонт одежды, обуви (г) | Питание(д) | Страховка (е) |
| 1) Обязательная |  |  |  |  |  |  |
| 2) Текущая |  |  |  |  |  |  |

 **4. Повторение темы «Культура поведения».**

|  |  |
| --- | --- |
| Прочитай вопрос | Отметь нужный вариант ответа |
| 1) Можно ли встречать гостей в домашних тапочках? | а) Конечно, можно;б) ни в коем случае;в) надеть красивые туфли |
| 2) Нужно ли предлагать гостям домашние тапочки? | а) Да;б) только если они новые;в) нет |
| 3) Кто знакомит гостей друг с другом на праздничном вечере? | а) Хозяева;б) один из гостей;в) сами между собой |
| 4) Можно ли разговаривать по телефону, когда пришли гости? | а) Можно;б) нельзя |
| 5) Должен ли быть включен телевизор во время прие­ма гостей? | а) Да;б) нет;в) да, если передача интересна всем |
| 6) Нужны ли цветы на праздничном столе? | а) Да;б) необязательно;в) нет |
| 7) Если гости принесли торт, обязательно ли им уго­щать, если у вас уже есть торт? | а) Да, это правило вежливости;б) необязательно;в) лучше его приберечь для себя |
| 8) Должны ли хозяева, прощаясь с гостямии слушая их благодарности, тоже благодарить их? | а) Нет;б) хозяева молчат;в) благодарят гостей за то, что онипришли |

 **II полугодие**

 **1. Повторение темы «Жилище».**

Ответь на вопросы письменно.

1) Как называется внутреннее пространство здания, помещения, а также его устройство?

2) Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?

**2. Повторение темы «Медицинская помощь».**

Прочитай задание и расставь правильно стрелки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Название | Стрелки | Способ распространения |
| 1) Инфекции дыхательных путей *(грипп, ангина, корь, коклюш, туберкулез, оспа)* |  | а) Через продукты питания, воду, гряз­ные руки *(мухи)* |
| 2) Кишечные инфекции *(дизентерия, брюшной тиф, холера, инфекционный гепатит)* | б) Воздушно-капельный путь |
| 3) Кровяные инфекции *(малярия, клеще­вой энцефалит, чума)* | в) Контактный путь |
| 4) Инфекции наружных покровов *(че­сотка, педикулез)* | г) Через укусы кровососущих насеко­мых *(комары, клещи, блохи, вши, мос­киты)* |

 **Ответы:**

 **I полугодие**

**1.1)** а; 2) б; 3)6; 4) б; 5) б; 6) а; 7) б.

1. Брак.
2. 1) б, в, д; 2) а, г, е.

4.1) б; 2) в; 3) а; 4) б; 5) в; 6) б; 7) а; 8) в.

II полугодие

1.1) Интерьер. 2) Дизайнер.

1. 1) б; 2) а; 3) г; 4) в.
2. Отдел кадров предприятия. Биржа труда. 4.1,5,4,2,3,6,8,7.
3. 1) Изготовление фарша; 2) измельчение, нарезка продуктов, изготовление фарша; 3) взбивание яиц, жидкого теста; г) измельчение кофе, круп, сахара.
4. Диета.

**Лист внесения изменений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата внесения изменений | Содержание | Подпись лица, внёсшего запись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |