

Филиал казенного учреждения социального обслуживания Удмуртской Республики»  
Республиканский социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних»  
«Канифольный детский дом – интернат для умственно отсталых детей»

УТРЕЖДАЮ:  
Заведующий филиалом  
Республиканского СРЦН  
«Канифольный ДДИ»  
О. Б. Селякина  
Приказ № 201 от  
30 августа 2023 года



**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«СОЦИАЛЬНО - БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: от 14 до 30 лет

Составитель: Фаттахова  
Валентина Николаевна  
инструктор по труду

с. Канифольный, 2023 год

## **1. Пояснительная записка.**

### **1.1 Направленность программы.**

Данная программа по социально-бытовой ориентировке имеет социально-бытовую направленность.

### **Актуальность программы.**

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Данная программа актуальна, т.к. позволяет формировать, развивать, корректировать знания, умения и навыки, необходимые для обеспечения готовности и способности учащегося выполнять систему новых социальных ролей, возложенных на него современным обществом, на их успешную интеграцию в этом обществе, на подготовку к самостоятельной семейной жизни. Содержание методической разработки соответствует её целевому назначению.

Настоящая программа составлена с учётом уровня знаний и умений учащихся. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у учащихся необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, составления семейного бюджета, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми.

### **Отличительные особенности программы.**

Рабочая программа составлена на основе специальной (коррекционной) общеобразовательной программы «Социально бытовая ориентировка», автор Реалдинова А. К. , программы для детских домов – интернатов для умственно отсталых детей автор аналитический научно- методический центр «Развитие и коррекция», методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы автор: Буйлова Л. Н. и изучению существующей литературы по СБО, примерная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью; а также на основе собственного опыта по работе с детьми.

Учебная программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности обучающихся. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

### **Адресат программы.**

Ребенок с нарушением интеллекта недостаточно четко воспринимает окружающее, он не видит существенного и главного в предметах и явлениях, плохо обобщает, находит отличия. У детей с проблемами интеллекта наблюдаются нарушения в физическом развитии, страдают внимание, восприятие, память, мышление, отмечаются нарушения строения и мотивации деятельности, также у этих детей имеется несформированность эмоциональной сферы, познавательных интересов, волевых процессов, речевого развития.

### **Объем программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся 2 в неделю, 72 часа в год.

### **Формы обучения:**

Основными формами организации учебно-познавательной деятельности обучающихся являются: практические работы, экскурсии, беседы, сюжетно-ролевые игры.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий. Ученик должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т.д.

Особое внимание обращается на изучение правил техники безопасности, формирование умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Учащийся приучается к

соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по социально-бытовой ориентировке является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ.

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, в отделения связи, в различные учреждения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

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

Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателем или дома (например, место работы родителей, их должность и т. д.)

### **Методы и формы обучения.**

Метод обучения - это «способ упорядоченной взаимосвязанной деятельности преподавателя и обучаемых, деятельности, направленной на решение задач образования, воспитания и развития».

Прием обучения - это «деталь, часть метода, отдельные операции мышления, моменты в процессе усвоения знаний, формирования умений и навыков».

На уроках по социально-бытовой ориентировке могут использоваться следующие методы и приемы: демонстрация, наблюдение, устный рассказ учителя, объяснение, экскурсия, беседа, моделирование реальных ситуаций, сюжетно-ролевые, упражнения, игровые ситуации, проблемные ситуации, задания соревнования, оценивание действий людей в реальных ситуациях и на изображении, решение логических задач, рисование, чтение и обсуждение художественной литературы (объяснительное чтение), просмотр и обсуждение кинофильмов и т.д

Следует обратить особое внимание на следующие методы:

*Демонстрация.* Главной опорой в усвоении любого познавательного материала умственно отсталым детям служат наглядные средства обучения.

На уроках используется различного вида наглядность: натуральные предметы, реальные объекты (помещения, предприятия, учреждения); муляжи, игрушки, модели, макеты; изображения, фотографии; учебные фильмы, технологические карты и т.д

*Рассказ учителя.* Устное изложение материала- самый удобный и совершенный метод обучения. Правда, умственно отсталые дети испытывают затруднения в восприятии устной речи, так как внимание у них неустойчивое, через небольшой промежуток времени они отвлекаются и

теряют смысловую нить рассказа учителя. Тем не менее, в коррекционной школе этот метод занимает ведущее место в обучении, что вполне оправдано практикой. Устное изложение может иметь несколько форм:

- без использования наглядных пособий;
- с использованием наглядных пособий;
- с использованием различных технических средств обучения.

*Беседа.* Этот метод предполагает вопросно-ответную форму обучения. Учитывая ряд особенностей умственно отсталых учащихся, требующих частой проверки правильности восприятия материала, создания условий для активной мыслительной работы и т.д., педагог в процессе обучения чаще всего применяет метод беседы. Путем умело поставленных вопросов учитель побуждает учащихся к самостоятельным выводам. Кроме того метод беседы способствует развитию у умственно отсталых школьников умение выражать свои мысли в устной речи, что также следует признать важным и необходимым.

Успешному применению метода беседы способствуют:

- хорошо продуманная система вопросов, которые учитель предлагает ученикам в ходе беседы. С целью проверки понимания учащимися изучаемого материала и развития их устной речи следует варьировать формы вопросов;

- предъявление требований к ответам учащихся. Ответы и по существу, и по форме должны быть правильными, полными. В ответах следует исправлять в речи учащихся аграмматизмы, неправильное ударение, просить повторить фразу грамотно.

*Метод объяснительного чтения.* Научить умственно отсталого ученика работать с книгой, текстом чрезвычайно важно. Книга, учебник, печатный текст различных инструкций помогают закрепить знания. Работая с печатным текстом, учащиеся постепенно овладевают навыками самостоятельного чтения и понимания прочитанного. Объяснительное чтение способствует уяснению смысла как отдельных слов и выражений, так и всего текста в целом. На уроках объяснительного чтения учащиеся приобретают общеобразовательные знания и, в связи с этим накапливают запас слов, развивают словесно-логическую речь и мышление.

*Экскурсии.* Трудно переоценить значение экскурсий в обучении социально-бытовой ориентировке умственно отсталых учащихся. Экскурсии дают возможность наблюдать мир таким, каков он есть, в естественной обстановке. Правда, проведение экскурсий с учащимися коррекционной школы представляет значительные трудности. Учителю во время экскурсии достаточно сложно вести объяснение, поддерживать контакт с учащимися, так как они часто отвлекаются, их внимание трудно сосредоточить. Поэтому учителю необходимо:

- тщательно готовиться к экскурсии, определив ее цель, содержание, методы объяснения;

- подготовить учащихся: рассказать о цели, содержании, организации экскурсии, о формах работы на экскурсии, поставить вопросы, ответы на которые учащиеся должны найти во время экскурсии;

- при проведении экскурсии не упускать из виду ни одного из учеников, стремясь к тому, чтобы все учащиеся поняли смысл изучаемого материала, приобрели новые знания;

- обязательно после проведения экскурсии провести беседу с целью закрепления материала экскурсии.

*Упражнения в применении полученных знаний.* Всем хорошо известно, что знания, умения и навыки должны быть неотделимы друг от друга. Умственно отсталые учащиеся могут знать таблицу умножения, но не уметь применять ее на практике, или знать правила грамматики, но не соблюдать их на письме, могут знать, что 1 л равен 1000 мл, но не сумеют отмерить тот же объем воды стаканами емкостью 250 мл. Необходимо на специально организованных занятиях в процессе многократных повторений формировать умение применять полученные знания на практике.

*Упражнения в виде записей и графических работ.* В ходе занятия учащиеся делают записи и зарисовки, которые помогают им лучше осознать и запомнить изучаемый материал. Для правильного ведения записи, умственно отсталые дети нуждаются в руководстве учителя. Следует учить их записывать основные положения для памяти, на будущее. Для этого учитель предлагает учащимся выделить основную мысль из текста, написанного на доске, в книге, в газете и др., и записать ее в тетрадь.

### **Формы организации обучения.**

Процесс коррекционного обучения требует разнообразия не только в применении методов, но и в организации различных форм обучения, т.е. предусматривается планирование различных типов уроков. При этом необходимо учитывать, что в школе для детей с недоразвитием интеллекта часто не представляется возможным выдержать «в чистом виде» тот или иной тип урока. На одном и том же уроке педагог повторяет пройденное, объясняет новый материал, проверяет выполнение самостоятельной работы, проводит наблюдения, делает вместе с детьми выводы и т.п. Все же необходимо выделить основные типы уроков.

Любой урок имеет особенности, отличающие его от другого, исходя из конкретных задач и содержания. Дидактическая задача урока является основанием для выделения следующих основных типов уроков:

- *вводный урок*- подготовка учащихся к восприятию нового материала. На этом уроке устанавливаются, актуализируются и систематизируются имеющиеся у школьников опорные знания по изучаемой теме и сообщаются некоторые сведения общего характера, необходимые для осмысленного восприятия нового материала, с которым предстоит познакомиться на последующих уроках;

- *урок формирования (сообщения) новых знаний*, на котором основное внимание уделяется изучению нового материала;

- *урок формирования и закрепления умений и навыков*, где основное внимание уделяется практической деятельности;

- *обобщающий (повторительно-обобщающий) урок*, на котором систематизируется материал, изученный по определенным темам и разделам;

- *контрольный урок*, на котором учащиеся выполняют различного рода проверочные и контрольные работы;

- *комбинированный урок*, на котором сочетаются различные виды работы: объяснение, закрепление, проверка, практическая работа, подведение итогов.

Каждый урок имеет свою структуру, которая определяется соотношением и последовательностью частей, моментов, этапов урока, способствующих решению поставленных задач.

Общими элементами урока являются:

- организация начала урока;
- проверка домашнего задания;
- подготовка учащихся к восприятию нового материала, выявление имеющихся знаний;
- постановка цели и задачи урока;
- объяснение нового материала;
- закрепление;
- повторение изученного;
- подведение итогов урока, оценка знаний;
- сообщение домашнего задания и подготовка учащихся к самостоятельной работе над ним.

## **1.2. Цель программы:**

- Подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

## **Задачи программы:**

- Научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;
- Сформировать практические знания о самостоятельной жизни, жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- Коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

## **1.3. Содержание программы.**

### **Учебный план**

N п/п	Раздел. Тема занятия.	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	

	Вводное занятие. Значение предмета СБО, содержание. Техника безопасности на занятиях.  Диагностика	1	1		Беседа  проверяет готовность детей к практической работе и выявляет психофизические особенности по восприятию изучаемого материала
<b>Раздел 1. Личная гигиена ( 6 часов)</b>					
1.1	Правила гигиены. Предметы, средства личной гигиены.	1	1		Беседа
1.2	Типы волос, особенности ухода. Подбор косметических средств по уходу.	1	1		Схемы Практическая работа
1.3.	Уход за полостью рта. Как выбрать зубную щетку?	1	1		Практическая работа, работа с таблицами
1.4.	Уход за кожей рук, ногтями. Подбор косметических средств. Крема: защитный, детский и др.	1	1		Схемы Практическая работа
1.5	Уход за кожей ног. Особенности стрижки ногтей	1	1		Практическая работа
1.6.	Проверочная работа по теме «Личная гигиена»	1		1	Контрольные упражнения, Наблюдение, Анализ

<b>Раздел 3. Питание ( 31 часов)</b>					
3.1.	Значение продуктов питания для здоровья человека	1	1		Беседа
3.2.	Кухонная посуда, приборы – назначение	1	1		Зарисовка, буквенные задания
3.3.	Столовая посуда, приборы, приспособления – назначение.	1	1		Зарисовка, Буквенные



					задания
3.4.	Правила мытья, чистки посуды	2	1	1	Упражнения (мытьё посуды)
3.5.	Гигиена приготовления пищи. Т. Б. на занятиях кулинарии	1	1		Беседа
3.6.	Сервировка стола. Правила поведения за столом	2	1	1	Упражнения в сервировке
3.7.	Чайная посуда, правила заваривания чая. Правила безопасности при обращении с кипятком.	2	1	1	Практическая работа «Завариваем чай»
3.8.	Приготовление бутербродов. Техника безопасности работы с ножом.	2	1	1	Практическая работа «Приготовление закрытых бутербродов»
3.9.	Приготовление блюд из яиц (омлеты)	2	1	1	Практическая работа
3.10.	Виды теста: дрожжевое, пресное. Продукты, используемые для приготовления тест	1	1		Практическая работа
3.11.	Приготовление изделий из теста	3	1	2	Практическая работа.
3.13.	Овощи. Правила хранения и срок реализации картофеля.	2	1	1	Обсуждение Практическая работа
3.14.	Приготовление салатов из овощей.	3	1	2	Обсуждение Практическая работа
3.15.	Технология приготовления блюд из мяса. Правила хранения и срок реализации мяса.	3	1	2	Картинки Упражнения
3.16.	Технология приготовления блюд из рыбы. Правила хранения и срок реализации рыбы.	3	1	2	Картинки Упражнения
3.17.	Обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	2		2	Практическая работа Наблюдение, Анализ
<b>Раздел 4. Культура поведения (7 часов)</b>					
4.1	Правила общения с собеседником.	2	1	1	Беседа

	Правила личного общения.				
4.2.	Культура поведения в общественных местах.	2	1	1	Беседа
4.3.	Поведение в разных социумах. Поведение при покупке товара в магазине, аптеке, на почте, транспорте и т.д.	2	1	1	Беседа Ролевая игра
4.4.	Обобщение пройденного материала.	1		1	Практическая работа
<b>Раздел 5. Экономика домашнего хозяйства ( 10 часов)</b>					
5.1.	Основные понятия личного бюджета. Понятия деньги. Банковские карты. Каковы ваши доходы и расходы. Как составить бюджет. Личные сбережения.	2	1	1	Схемы Картинки
5.2.	Планирование расходов. Продуктовая корзина, цена, стоимость продуктов.	2	1	1	Схема Практическая работа
5.3.	Приобретение одежды, обуви.	2	1	1	Схемы, картинки Практическая работа
5.4.	Вещи долговременного пользования, их стоимость.	1	1		Картинки Схемы
5.5.	Планирование денежных средств на отдых, непредвиденные расходы.				Схемы Картинки
5.6.	Выгодные покупки. Места покупки дешевых товаров: крупные гипермаркеты, рынок.	1	1		Видео – материал, беседа, самооценка, обсуждение, анализ, практическая работа
5.7.	Выбор и покупка товаров в магазине. Обобщение пройденного материала	2	1	1	Практическая работа Беседа Наблюдение, Анализ
<b>Раздел 6. Жилище(18 часов)</b>					
6.1.	Виды жилых помещений (город, деревня), виды помещений в жилых домах. Коммунальные удобства, их назначение.	1	1		Запись в рабочую тетрадь
6.2.	Экскурсия: чтение названий улиц, номеров домов (правила поведения в общественных местах)	2	1	1	Наблюдение

6.3.	Почтовый адрес интерната, дома	1	1		Написание адреса на почтовой открытке
6.4.	Назначение жилых комнат. Убранство спален (правила, планирование, размещение вещей, мебели)	1	1		Схемы Упражнения
6.5.	Правила повседневной уборки (вытирание пыли, подметание пола и т.д.)	2	1	1	Обсуждение Упражнения
6.6.	Правила мытья пола. Инвентарь	1		1	Упражнения
6.7.	Коммунальные удобства, их назначение.	1	1		Схемы
6.8.	Коммунальные услуги и правила их оплаты.	1	1		Упражнения
6.9.	Помощники в доме (электроприборы)	1	1		Картинки
6.10.	Безопасность жилища. Правила пожарной безопасности. Телефоны экстренных служб.	1	1		Просмотр видеоматериала
6.11	Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб, получение справок по телефону.	2	1	1	Просмотр видеоматериала
6.12.	Посещение мебельного магазина. Виды мебели.	2	1	1	Картинки Ролевая игра
6.13.	Обобщение пройденной темы. Практические работы.	2		2	Запись (тесты) Наблюдение, Анализ
	Диагностика	1			-диагностирует учащихся по программным темам
	Всего:	72	39	33	

### **Вводное занятие.**

1. Знакомство с программой
2. Знакомство с оборудованием кабинета.
3. Прохождение инструктажа по технике безопасности.

**Диагностика:** диагностирует учащихся по программным темам, а так же проверяет готовность детей к практической работе и выявляет психофизические особенности по восприятию изучаемого материала

## **«Личная гигиена»**

### **Тема 1. Гигиена тела, правильный уход за телом.**

Гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня). Ежедневные гигиенические процедуры. Режим смены белья, носков, чулок. Хранение вещей индивидуального пользования.

**Практическое занятие :** выполнение утренней зарядки, выбор сезонной одежды, головного убора и обуви.

### **Тема 2. Правильный уход за кожей головы и волосами**

Типы волос и средства по уходу за ними; последовательность и частота мытья волос; необходимость ношения головного убора.

**Практическое занятие:** выполнение прически, укладка волос.

### **Тема 3. Гигиена полости рта и правильный уход**

Значение зубной пасты для здоровья зубов; назначение бальзама для полости рта; гигиена полости рта после еды; профилактическое обращение к зубному врачу.

### **Тема 4 . Кожа лица и правильный уход**

Типы кожи лица; особенности ухода за сухой, жирной и смешанной кожей лица; утренний и ночной уход за кожей лица; косметические средства для ухода за кожей лица: лосьон, крем; скраб, маска – назначение и частота их использования; уход за проблемной кожей лица, необходимость совета с врачом-косметологом; косметические средства по уходу за проблемной кожей лица; бритье, предметы и косметические средства для бритья. Выбор и покупка лосьонов для тела, дезодорантов, духов, крема для рук и ног, скрабов; правила пользования косметикой для тела. Последовательность ухода за ногтями и кожей рук и ног. Определение своего типа волос; выбор и покупка шампуня, бальзама для волос; последовательность мытья волос; выбор прически; экскурсия в парикмахерскую. Последовательность чистки зубов; использование бальзама для полости рта; выбор и покупка зубной щетки, зубной пасты и бальзама. Определение своего типа кожи лица; выбор и покупка лосьона, крема, скраба, маски, предметов и косметики для бритья; правила пользования косметикой по уходу за кожей лица; последовательность бритья и уход за кожей лица после бритья.

Рассказать собеседнику о свойствах, преимуществах своей косметики; диалог в магазине косметики и парфюмерии. Ролевая игра: Диалог в магазине при выборе средств по уходу за волосами; описать запахи шампуня и бальзама. Диалог в магазине при покупке средств по уходу за полостью рта. Диалог в магазине при выборе косметических средств по уходу за кожей лица и средств для бритья; рассказать собеседнику о назначении скраба и маски для лица, последовательности бритья.

## **« Питание»**

Тема 1. **Бытовая техника на кухне.** Устройство и правила пользования бытовой техникой для кухни: электрочайником, миксером, мясорубкой, холодильником и морозильной камерой, плитой. Оборудование кухни, оформление кухни.

Тема 2. **Кухонный инвентарь– правила гигиены и хранения.** Назначение и применение (шумовка, дуршлаг, мясорубка, половник — разливная ложка, вилка большая, ножницы, ножи, лопаточки, прихватки, полотенце, салфетки).

Тема 3. **Посуда на кухне. Правила ухода и хранения.** Назначение и применение кухонной посуды.

Тема 4. **Сервировка стола.** Предметы для сервировки стола. Назначение и применение.

Тема 5. **Хранение продуктов питания и круп. Сроки хранения.** Посуда для круп и сыпучих продуктов, уход за ними. Сроки хранения.

## **«Правильное питание»**

Тема 1. **Питание и здоровье человека.** Режим питания. Продукты питания, их виды. Пищевая ценность продуктов.

Тема 2. **Меню на неделю.** Особенности составления меню с учетом сезонности и питательности продуктов.

Тема 3. **Полуфабрикаты,** виды, способы приготовления. Правила хранения и срок реализации.

Тема 4. **Первичная обработка продуктов.** Мытье, очистка, размораживание, просеивание, переработка, нарезка. Техника безопасности при работе с режущими инструментами.

Тема 5. **Тепловая обработка продуктов.** Варка, жарение, тушение, выпечка, запекание, приготовление на пару. Техника безопасности при работе с горячей посудой.

## **Практические занятия.**

Посещение продуктового супермаркета. Посещение пищеблока интерната. Составление меню на день, неделю. Ролевая игра в магазине. Беседа с шеф-поваром интерната.

## **«Кулинария»**

Тема 1. **Завтрак.** Питательная ценность завтрака. Правила составления меню на завтрак.

**Тема 2. Технология приготовления бутербродов.** Бутерброды, их виды, правила приготовления.

**Тема3. Технология приготовления блюд из круп и макаронных изделий.** Виды круп. Различные виды каш. Другие блюда из круп и макаронных изделий.

**Тема4. Технология приготовления блюд из яиц.** Питательная ценность яиц, приготовление, оформление и подача блюд.

**Тема5. Технология приготовления напитков для завтрака.** Питательная ценность горячих и холодных напитков и их приготовление.

**Тема 6. Сервировка стола для завтрака.** Основные правила и особенности сервировки стола для завтрака.

**Практические занятия.** Приготовление горячих бутербродов. Приготовление блюд из круп и макаронных изделий. Приготовление блюд из яиц. Приготовление напитков для завтрака. Сервировка стола для завтрака.

**Тема7 . Обед.** Питательная ценность обеда. Правила составления меню на обед. Стоимость и расчет основных продуктов для приготовления обеда.

**Тема 8. Технология приготовления первых блюд.** Основные виды супов. Питательная ценность и особенность приготовления супов. Особенности нарезки и обработки овощей для супов.

**Тема 9. Технология приготовления вторых блюд. Рыбные блюда.** Основные виды блюд из рыбы, их питательная ценность и особенность приготовления. Особенности разделки и обработки рыбы. Правила хранения и срок реализации.

**Тема10: Технология приготовления вторых блюд. Мясные блюда.** Основные виды блюд из мяса, их питательная ценность и особенность приготовления. Особенности разделки и обработки мяса. Правила хранения и срок реализации.

**Тема11. Технология приготовления гарниров для вторых блюд.** Основные виды и особенности их приготовления.

**Тема12. Технология приготовления овощных салатов.** Виды овощных салатов. Первичная обработка и особенность нарезки овощей.

**Тема13. Технология приготовления десертов.** Основные виды и особенности их приготовления.

Тема14 .**Сервировка стола для обеда.** Основные правила и особенности сервировки стола для обеда.

**Практические занятия**

Составление меню на обед. Приготовление первых блюд. Приготовление вторых блюд и гарнира. Приготовление овощных салатов. Приготовление десерта. Сервировка стола для обеда.

Тема15. **Ужин.** Питательная ценность ужина. Правила составления меню на ужин. Стоимость и расчет основных продуктов для приготовления ужина.

Тема16: **Технология приготовления блюд для ужина. Рыбные блюда.** Основные виды блюд из рыбы, их питательная ценность и особенность приготовления. Особенности разделки и обработки рыбы.

Тема17: **Технология приготовления блюд для ужина. Мясные блюда.** Основные виды блюд из мяса, их питательная ценность и особенность приготовления. Особенности разделки и обработки мяса.

Тема18: **Технология приготовления гарниров.** \_\_Основные виды и особенности их приготовления.

Тема19: **Технология приготовления овощных салатов.** Виды овощных салатов. Первичная обработка и особенность нарезки овощей.

Тем20: **Технология приготовления десертов.** Основные виды и особенности их приготовления.

Тема21: **Сервировка стола для ужина.** Основные правила и особенности сервировки стола для ужина.

Тема22: **Технология приготовления мучных изделий.** Различные виды теста и особенности их приготовления.

Тема23: **Технология приготовления кондитерских изделий.** Различные виды кондитерских изделий и особенности их приготовления.

**Практические занятия** Составление меню. Приготовление блюд из рыбы на ужин. Приготовление блюд из мяса на ужин. Приготовление салатов на ужин. Приготовление различных десертов на ужин. Приготовление выпечки. Приготовление тортов. Приготовление пирожных. Сервировка стола для семейного ужина.

Тема24: **Праздник в доме.** Гостеприимство, как форма нравственного поведения людей. Особенности подготовки квартиры к приему гостей.

**Тема25: Дизайн и оформление праздничного дома.** Особенности оформления дома или квартиры к Новому Году и дню рождения.

**Тема26: Праздничное меню и сервировка стола.** Особенности составления праздничного меню. Особенности сервировки праздничного стола.

**Тема27: Особенности организации праздников.** Правила этикета приема гостей. Приветствие, прием подарков, поздравлений, общение с гостями.

**Тема28: Технология приготовления и оформления салатов для праздничного стола.** Особенности приготовления салатов.

**Тема29: Технология приготовления и оформления выпечки и торта для праздничного стола.** Особенности оформления.

**Практические занятия.** Сервировка стола на 6 персон. Составление праздничного меню. Оформление и приготовление блюд для Новогоднего праздника. Оформление и приготовление блюд для дня рождения.

### **«Культура поведения»**

**Тема 1: Правила общения с собеседником.** Невербальные средства общения: жесты, позы, мимика. Правила личного общения: обращение по имени, улыбка, умение слушать и т.д.

**Тема 2. Поведение в разных социумах.** Поведение при покупке товара: в магазине, в аптеке; на почте, в театре, кинотеатре, концерте, в общественном транспорте, в музее, на выставке, экскурсии.

**Тема 3: Культура поведения в общественных местах.** Бережное отношение к общественной собственности, недопустимость вандализма, порчи имущества.

**Практическое занятие.** Отработка алгоритма поведения в различных социумах в социально-ролевых играх и в реальной обстановке. Описание случаев вандализма по отношению к общественной собственности. Беседы друг с другом. Ролевая игра: Диалоги при покупке товара, в театре, кинотеатре, концерте, в общественном транспорте.

### **«Экономика домашнего хозяйства»**

**Тема 1: Основные понятия бюджета.** Понятие «Деньги». Банковские карты. Понятие «Личный бюджет». Статьи дохода и расхода.

**Тема2: Планирование расходов:** коммунальные платежи; продуктовая корзина, цена, стоимость продуктов; приобретение одежды, обуви. Вещи долговременного пользования, их стоимость. Планирование денежных средств на отдых, непредвиденные расходы.



**Тема3:Выгодные покупки.** Места покупки дешевых товаров: крупные гипермаркеты, рынок., Сравнение стоимости товаров: определение цены товаров одного наименования; определение более дешевого и более дорогого товара; соотнесение цены и доступности товара.

**Тема4: Личные сбережения.** Способы хранения сбережений.

**Практическое занятие.** Выбор и покупка товаров в магазине. Сравнение цены на товары одного наименования, выбор более дешевого или более дорогого товара. Посещение магазинов, сравнение цен на товары. Отработка алгоритма поведения при покупке товаров в ролевых играх. Ролевая игра: Беседа в магазинах с продавцами-консультантами. Диалог между воспитанниками при выборе товара.

### **«Жилище»**

**Тема 1: Городское и сельское жилище:** типы городских и сельских домов. Размещение семьи в типовой городской квартире, в отдельном доме.

**Тема 2: Квартира и дом.** Планировка квартиры. Функциональное назначение всех помещений квартиры и дома. Выбор стиля интерьера своего жилища. Подбор мебели по цветовой гамме.

**Тема 3: Комнаты и их функциональные предназначения.** План и зонирование гостиной. План обустройства прихожей.

**Тема 4: Спальное помещение.** План обустройства спальни комнаты.

**Тема 5: Кухня и ее оборудование.** План обустройства кухни. Правила безопасного поведения на кухне.

**Тема 6: Санузел и ванная комната.** План обустройства ванной комнаты. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Подсобные помещения в квартире, их оборудование.

**Тема 7: Коммунальные удобства их назначение.** водоснабжение, электроснабжение, газообеспечение, канализация, мусоропровод, радиотрансляция, телефонизация, сигнализация, лифт, домофон.

**Тема 8: Коммунальные услуги и правила их оплаты.** Правила пользования лифтом. Правила пользования почтовым ящиком, домофоном, кодовым замком. Правила пользования мусоропроводом. Тарифы и способы оплаты электроэнергии. Тарифы и способы оплаты водоснабжения, газа. Способы оплаты коммунальных услуг через интернет и через терминалы.

Тема 9: **Уборка квартиры:** инвентарь, содержание, хранение. Моющие средства, их виды. Техника безопасного использования моющих и чистящих средств. Правила повседневной уборки. Уход за стенами, полом, потолком. Практические работы по уходу за жилищем

Тема 10: **Помощники в доме.** газовая (электрическая) плита, пылесос, холодильник, утюг, кондиционер, электрочайник и др., их назначение в хозяйстве.

Тема 11: **Безопасность жилища.** Правила пожарной безопасности. Просмотр видеоматериала по правилам пожарной безопасности. Обеспечение безопасности квартиры.

### **Практические занятия.**

**Закрепление навыков работы с электроприборами:** плитой, пылесосом, утюгом, электрочайником и другими техническими предметами быта. Ковровые изделия. Практическая работа с использованием пылесоса, чистящих средств: чистка ковров, мягкой мебели.

**Посещение мебельного магазина.** Виды мебели (кухонная, спальная, мебель для ванной комнаты, прихожая, гостиная). Правила расстановки мебели.

Заполнение квитанций об оплате электроэнергии по показанием счетчика. Заполнение квитанций об оплате водоснабжения и газа.

### **1.4. Календарный учебный график по социально- бытовой ориентировке.**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Тип урока	Наглядные пособия и оборудование	Практическая часть (экскурсии).
1.		Вводное занятие. Значение предмета СБО, содержание. Техника безопасности на занятиях. Диагностика	1	Вводный	Инструкции по ТБ. Презентация «Предмет СБО».	
		<b>Раздел 1. Личная гигиена (6 часов)</b>				
2		Правила гигиены. Предметы, средства личной гигиены.	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «предметы и средства гигиены».	Выполнение физических упражнений.
3		Типы волос, особенности ухода. Подбор косметических	1	Урок формирования новых знаний и	Презентация «классификация шампуней».	Правила и приемы расчесывание волос. Игра « Парикмахер»

		средств по уходу.		умений.		
4		Уход за полостью рта. Как выбрать зубную щетку?	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «Уход за зубами»	Правила и приемы Чистки зубов
5		Уход за кожей рук, ногтями. Подбор косметических средств. Крема: защитный, детский и др.	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «предметы косметических средств по уходу за кожей рук».	Правила нанесения крема на кожу рук
6		Уход за кожей ног. Особенности стрижки ногтей	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Инструкции по ТБ с ножницами	Правила стрижки ногтей
7		Проверочная работа по теме «Личная гигиена»	1	Комбинированный	Презентация «предметы и средства гигиены».	Выполнение тестовых работ.
		<b>Раздел 2. Питание (31 час)</b>				
8		Значение продуктов питания для здоровья человека	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «Продукты питания»	
9		Кухонная посуда, приборы – назначение	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «кухонная посуда»	
10		Столовая посуда, приборы, приспособления – назначение.	1	Урок формирования новых знаний и умений.	Презентация «столовая посуда»	
11		Правила мытья, чистки посуды	2	комбинированный	Презентация «предметы и средства мытья посуды» Образцы посуды, моющих средств.	Мытье посуды
12		Гигиена приготовления пищи. Т. Б. на занятиях кулинарии	1	Урок формирования новых знаний и умений	Инструкции по ТБ Плакаты по гигиене приготовления пищи.	Правила пользования холодильником.
13		Сервировка стола. Правила поведения за столом	2	комбинированный	Презентация «Правила поведения за столом»	Сервировка стола к завтраку(обеду, к празднику)

14		Чайная посуда, правила заваривания чая. Правила безопасности при обращении с кипятком.	2	комбинированный	Инструкции по ТБ с кипятком. Презентация «Происхождение чая»	Заваривание чая.
15		Приготовление бутербродов. Техника безопасности работы с ножом.	2	комбинированный	Инструкции по ТБ с ножом.	Приготовление бутербродов.
16		Приготовление блюд из яиц (омлеты)	2	комбинированный	Плакаты «Гигиена приготовления пищи.» Т. Б. на занятиях кулинарии  Правила хранения продуктов.	Приготовление омлета, яичницы. Вареные яйца.
17		Виды теста: дрожжевое, пресное. Продукты, используемые для приготовления тест	2	комбинированный	Правила хранения продуктов.  Плакаты «Гигиена приготовления пищи.» Т. Б. на занятиях кулинарии	Рецепт дрожжевого теста, пресного
18		Приготовление изделий из теста	5	комбинированный	Плакаты «Гигиена приготовления пищи.» Т. Б. на занятиях кулинарии	Приготовление пиццы, печения.
19		Овощи. Правила хранения и срок реализации картофеля.	2	комбинированный	Плакат «Правила хранения Овощей», «Способы нарезки овощей».	Приготовление жареной картошки
20		Приготовление салатов из овощей.	3	комбинированный	Плакат «Способы нарезки овощей»	Приготовление салатов
21		Технология приготовления блюд из мяса. Правила хранения и срок реализации мяса.	3	комбинированный	Технологические карты	Приготовление мясного супа
22		Технология приготовления блюд	3	комбинированный	Технологическая	Приготовление

		из рыбы. Правила хранения и срок реализации рыбы.			ие карты	рыбного супа
23		Обобщение пройденного материала. Контрольная работа.	2	комбинированный	Технологические карты	Приготовление супа
		<b>Раздел 3. Культура поведения</b>				
24		Правила общения с собеседником. Правила личного общения.	2	Урок формирования новых знаний.	Карточки «Слова – обращения», «Вежливые слова»..	Сюжетно – ролевая игра «В гостях у друга (подруги)».
25		Культура поведения в общественных местах.	2	Урок формирования новых знаний	Карточки по культуре поведения.	Сюжетная игра «Поведение в больнице».
26		Поведение в разных социумах. Поведение при покупке товара в магазине, аптеке, на почте, транспорте и т.д.	2	Урок формирования новых знаний	Карточки по культуре поведения.	Ролевая игра «Встреча молодых людей»
27		Обобщение пройденного материала.	1	Урок формирования новых знаний	Правила поведения при встрече и расставании.	Сюжетная игра «Поведение в общественном транспорте ».
		<b>Раздел 4. Составление бюджета</b>				
28		Основные понятия личного бюджета. Понятия деньги. Банковские карты. Каковы ваши доходы и расходы. Как составить бюджет. Личные сбережения.	2	Урок формирования новых знаний	Презентация « Личный бюджет»  Плакаты «Статьи доходов», «Статьи расходов»  Виды хранения сбережений.	Составление бюджета  Определение доходов и расходов семьи за месяц.
29		Планирование расходов. Продуктовая корзина, цена, стоимость продуктов.	2	Урок формирования новых знаний	Презентация « Планирование расходов»	Игра «Учет доходов и расходов».
30		Приобретение одежды, обуви.	2	Урок формирования новых знаний	Журналы с образцами товаров, каталоги.	Сюжетно-ролевая игра «В магазине».
31		Вещи долговременного пользования, их стоимость.	1	Урок формирования новых знаний	Журналы с образцами товаров,	Сюжетно-ролевая игра «В магазине».

					каталоги.	
32		Планирование денежных средств на отдых, непредвиденные расходы.	1	Урок формирования новых знаний	Презентация «Планирование денежных средств»	Игра «Учет доходов и расходов».
33		Выгодные покупки. Места покупки дешевых товаров: крупные гипермаркеты, рынок.	1	Урок формирования новых знаний	Журналы с образцами товаров, каталоги.  Картинки видов магазинов, образцы прод. и пром. товаров.	Сюжетно-ролевая игра «В магазине».
34		Выбор и покупка товаров в магазине. Обобщение пройденного материала	2	Урок формирования новых знаний		Экскурсия в магазин.
		<b>Раздел 5. Жилище</b>				
25		Виды жилых помещений (город, деревня), виды помещений в жилых домах. Коммунальные удобства, их назначение.	1	Урок формирования новых знаний	Таблица «Виды помещений в городе и селе». Таблица «Виды жилья».	Рисование «Виды жилых помещений в городе и селе».
36		Экскурсия: чтение названий улиц, номеров домов (правила поведения в общественных местах)	2	Урок формирования новых знаний	Таблица «Виды жилья».	Экскурсия в поселок
37		Почтовый адрес интерната, дома	1	Урок формирования новых знаний	Презентация «Почтовые отправления»	Написание писем Заполнение бланков.
38		Назначение жилых комнат. Убранство спален (правила, планирование, размещение вещей, мебели)	2	Урок формирования новых знаний	Презентация «Виды жилых помещений в квартире».	Уборка кухни
39		Правила повседневной уборки (вытирание пыли, подметание пола и т.д.)	2	Урок формирования новых знаний	Презентация «Ежедневная уборка»	Уборка класса
40		Правила мытья пола. Инвентарь	1	Урок формирования новых знаний	Правила повседневной уборки	Уборка класса
41		Коммунальные удобства, их	1	Урок формирования	Презентация «Коммунальны	

		назначение.		ия новых знаний	е удобства»	
42		Коммунальные услуги и правила их оплаты.	1	Урок формирования новых знаний	Презентация «Коммунальные услуги и оплата»	Заполнение бланков
43		Помощники в доме (электроприборы)	1	Урок формирования новых знаний	Правила пользования с пылесосом	Чистка ковра пылесосом
44		Безопасность жилища. Правила пожарной безопасности. Телефоны экстренных служб.	1	Урок формирования новых знаний	Плакаты «Телефоны экстренных служб»  Виды телефонной связи.	Изучение инструкций и правил пользования.
45		Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб, получение справок по телефону.	2	Урок формирования новых знаний	Плакаты «Телефоны экстренных служб»	Игра « У меня звонил телефон...»
46		Посещение мебельного магазина. Виды мебели.	2	Урок формирования новых знаний	Плакаты «Виды мебели»	Сюжетно-ролевая игра «В магазине».
47		Обобщение пройденной темы. Практические работы.  Диагностика	2	Урок формирования новых знаний		Сюжетно-ролевая игра «Разговор по телефону».
		<b>Всего</b>				

#### 1.4. Планируемые результаты.

**К концу обучения обучающиеся должны знать:**

- правил личной гигиены;
- правил подбора одежды и способы ухода за ней, о стилях одежды;
- правил подбора обуви и способы ухода за ней;
- правила общения с собеседником, и поведения в различных социумах;
- культура поведения в общественных местах;
- правила покупки билета на различные виды транспорта, правила пользования расписанием общественного транспорта и правилами дорожного движения;
- понятия бюджет и способы планирования расходов и хранения личных сбережений;
- типы жилища и функциональные назначения жилых и подсобных помещений квартиры и дома;

- назначение коммунальных удобств и правила их оплаты, правила ухода за жилищем;
- назначение бытовых приборов и правила пожарной безопасности при работе с ними;
- правила пользования бытовой техникой на кухне;
- назначение кухонного инвентаря и кухонной посуды;
- правила сервировки стола;
- способы и сроки хранения различных продуктов;
- способы первичной и тепловой обработки продуктов;
- правила составления меню на завтрак, технология приготовления блюд для завтрака;
- технология приготовления первых и вторых блюд на обед;
- правила этикета приема гостей;
- особенности оформления и технология приготовления блюд для праздничного стола;

**К концу обучения обучающиеся должны уметь:**

- ухаживать за собой;
- выбирать одежду по размеру и по стилю;
- подобрать обувь по размеру и ухаживать за ней;
- общаться в различных социумах, в общественных местах;
- осуществлять покупку билетов на различные виды транспорта, пользоваться расписанием общественного транспорта;
- вести бюджет;
- составить план обустройства жилых помещений;
- заполнить и оплатить квитанцию об оплате коммунальных услуг, электроэнергии по показаниям счетчика, оплатить коммунальные платежи через интернет и через терминалы;
- соблюдать чистоту и порядок в жилом помещении;
- использование бытовой техники, кухонного инвентаря, посуды на кухне;
- осуществлять сервировку стола;
- определения сроков и способов хранения продуктов питания;
- осуществлять первичную и тепловую обработку продуктов питания;
- составлять меню на завтрак и приготовить его, составить меню на обед и приготовить первое и второе блюдо;
- соблюдать правила этикета приема гостей;
- приготовить и оформить блюда для праздничного стола;
- Смена позиции «потребителя» на активную жизненную позицию;
- Умение устанавливать конструктивные отношения с другими людьми;
- Умение самостоятельно принимать решения и осознавать меру ответственности за них;

**Личностные результаты освоения учебного предмета:**

Программа направлена на то, чтобы каждый учащийся, как субъект учебно – познавательной деятельности, мог проявить свои личностные качества:



- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- обозначать своё понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на занятии и на перемене;
- проявлять эмоционально – положительное отношения к сверстникам, педагогом, другим взрослым.

### **Предметные результаты освоение учебного предмета:**

В результате обучения учащийся должен по-настоящему усвоить основное содержание учебного предмета. Данный курс направлен, прежде всего, на обучение практическим навыкам хозяйственно – бытовой деятельности, выполнению доступных бытовых поручений, связанных с выполнением повседневных дел дома. В зависимости от особенностей психофизического развития воспитанники осваивают различные уровни деятельности:

- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;
- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- самостоятельная деятельность воспитанника;
- умение учащегося исправить допущенные ошибки.

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учётом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

## **2. Комплекс организационно – педагогических условий.**

### **2.1. Условия реализации программы.**

Помещение для проведения занятий должно отвечать требованиям санитарии и противопожарной безопасности.

В соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями площадь помещения, обеспечивающая нормальные условия работы, должна быть не менее 2,5 м<sup>2</sup> на человека. Температура воздуха в кабинете должна поддерживаться в пределах от +17 до +20<sup>0</sup>С при влажности 40-60 %.

Общее освещение кабинета лучше обеспечивать люминесцентными лампами. Они создают освещение, близкое к естественному.

На окнах должны быть занавеси для защиты глаз от воздействия прямых солнечных лучей. Занавеси рекомендуются светлые, в тон стен.

Рекомендуется светлая окраска стен. Это благотворно действует на зрительный аппарат и, кроме того, способствует увеличению общей освещенности кабинета.

При размещении рабочих столов необходимо учитывать направление дневного света и вечернего освещения, чтобы рабочие места были освещены с левой стороны и сверху.

Подвесная доска используется для показа наглядных пособий, чертежей. Окна должны быть оборудованы открывающимися форточками для периодического проветривания помещения.

### **2.3. Формы аттестации.**

Для отслеживания сформированности каждого действия используется следующая система оценки:

#### **1 этап: ориентировочный**

**Цель:** определение целей и задач работы индивидуально и в группе, стимулирование заинтересованности воспитанников.

**Средства достижения:** индивидуальные и групповые беседы, коррекционно-развивающие занятия, сюжетно – ролевые игры, упражнения, моделирование реальной ситуации.

#### **2 этап: формирующий**

**Цель:** формирование социально – бытовых знаний, умений и навыков.

**Средства достижения:** тренировочные упражнения, игры, экскурсии, коррекционно-развивающие занятия, сюжетно – ролевые игры, дидактические игры, моделирование жизненной ситуации.

#### **3 этап: закрепляющий**

**Цель:** закрепление приобретенных знаний, навыков.

**Средства достижения:** коррекционно-развивающие занятия, практическая работа, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, упражнения, самостоятельная работа, моделирование реальной ситуации.

Для определения результативности проводится диагностика уровня знаний и умений по всем разделам программы.

**Карта  
развития социально- бытовых навыков**

**Ф.И.О.** \_\_\_\_\_

**Дата рождения** \_\_\_\_\_

№ п/п	НАВЫКИ	Год и сроки обучения		
		сентябрь	декабрь	май
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>			
1.1	-выполняет и соблюдает правила личной гигиены (за волосами, ушами, телом, глазами);			
1.2	-выполняет и соблюдает правила личной гигиены (за ногтями, руками, ногами);			
1.3	-выполняет работу по смене постельного белья;			
1.4	-следит за гигиеной собственной одежды			
1.5	-знает типы кожи и правильно применяет косметические средства			
1.6	-выполняет правила личной гигиены и ЗОЖ			
	<b>Общее количество баллов:</b>			
	<b>Эффективность %</b>			
<b>2.</b>	<b>Питание</b>			
2.1	-умеет готовить простые блюда из яиц (омлет, яичница) соблюдая ТБ;			
2.2	-убирает за собой рабочее место;			
2.3	-моет посуду			
2.4	-сервирует стол;			
2.5	-готовит каши, блюда из картофеля, соблюдая ТБ;			
2.6	-знает правила гигиены приготовления пищи			

2.7	-пользуется некоторыми видами кухонным оборудованием;			
2.8	-готовит некоторые изделия из теста, соблюдая ТБ;			
2.9	-составляет меню на день			
2.5	<b>Общее количество баллов:</b>			
	<b>Эффективность %</b>			
<b>3.</b>	<b>Жилище</b>			
3.1	-характеризует виды жилья;			
3.2	-знает свой адрес			
3.	-выполняет влажную уборку;			
3.	-выполняет сухую уборку;			
3.5	-чистит ковровые покрытия, с помощью пылесоса, соблюдая ТБ			
3.6.	-выполняет уход за мебелью в зависимости от покрытия			
3.	- чистит ванную и раковину, соблюдая ТБ;			
3.	-применяет моющие средства по назначению			
3.9	-выполняет расстановку мебели на схеме, макете;			
3.10	-составляет список средств для ремонта помещения			
	<b>Общее количество баллов:</b>			
	<b>Эффективность %</b>			
<b>4</b>	<b>Культура поведения</b>			
4.1	-выполняет правила поведения за столом;			
4.2	-выполняет правила поведения в общественных местах;			
4.3	-выполняет правила поведения в гостях;			
4.4	-знает правила выбора и вручения подарка			

4.5	- культурно общается с сверстниками, одноклассниками.;			
	<b>Общее количество баллов:</b>			
	<b>Эффективность %</b>			
<b>5</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>			
5.1	- выделяет статьи семейного дохода;			
5.2	- рассчитывает доход и расход;			
5.3	- имеет представление о планировании бюджета;			
5.4	- характеризует основные виды сбережений и других способов экономии;			
5.5	- рассчитывает сумму оплаты электроэнергии;			
	<b>Общее количество баллов:</b>			
	<b>Эффективность %</b>			
	<b>Инструктор по труду</b>			

### **Критерии оценивания навыков:**

0- ребенок не владеет навыками;

1- ребенок не справляется с заданием, выполняет со значительной помощью взрослого

2- ребенок не справляется с заданием, выполняет с частичной помощью взрослого

3- ребенок справляется с заданием, выполняет под контролем взрослого

4- ребенок самостоятельно справляется с заданием, правильно отвечает на вопросы.

### **2.3. Методические материалы.**

#### **Учебно - наглядные пособия**

1. Первичная обработка продуктов

2. Форма нарезки продуктов

3. Приемы тепловой обработки продуктов

4. Соотношение меры и массы некоторых продуктов

5. Схема приготовления мясного бульона

- 6.Схема приготовления заправочного супа
- 7 .Схема приготовления мясных котлет
- 8.Схема приготовления отварной и жареной рыбы
9. Схема приготовления сырников
10. Схема приготовления омлета
11. Схема приготовления каш
12. Схема приготовления дрожжевого теста
13. Схема приготовления песочного теста
14. Схема приготовления теста для блинов, блинчиков, оладий
15. Схема приготовления винегрета
16. Приготовление бутербродов
17. Приготовление блюд из круп
18. Организация рабочего места и правила техники безопасности
19. Хранение продуктов
20. Витамины, жиры, белки, углеводы, минеральные вещества
21. Полезные продукты
22. Столовая посуда
23. Посуда
24. Правила поведения за столом
25. Правила поведения за столом
26. Правила поведения за столом
27. Времена года
28. Уголок безопасности
29. Правила поведения у воды
30. Правила поведения при пожаре
31. Правила пожарной безопасности
32. Правила поведения в местах большого скопления людей
33. Осторожно - высокое напряжение
34. Правила поведения в общественных местах
35. Будь вежливым
36. Твои права 3
- 37.Хорошие привычки
38. Чистота - залог здоровья
- 39 .Осторожно - болезнетворные микробы
40. Правильная осанка
41. Сиди правильно
42. Мебель
43. Дорожные знаки
44. Безопасность на дороге
45. Комплект плакатов по ПДД
- 46 .Комплект плакатов по оказанию ПМП

**Перечень методических папок.**

1. Папка «Личная гигиена»
2. Папка «Культура поведения»

3. Папка «Одежда и обувь»
4. Папка «Питание»
5. Папка «Жилище»
6. Папка «Транспорт»
7. Папка «Торговля»
8. Папка «Семья»
9. Папка «Средства связи»
10. Папка «Медицинская помощь»
11. Папка «Учреждения и организации»
12. Папка «Предприятия и организации»
13. Папка «Экономика домашнего хозяйства»
14. Папка «Трудоустройство»
15. Папка «Инструкции»
16. Рабочая программа.
17. Технологические карты.

### **Перечень оборудования.**

1. Мойка для мытья посуды и пищевых продуктов,
2. 4-х конфорочная электрическая панель,
3. вытяжка,
4. холодильник,
5. кухонная мебель,
6. посуда, столовые приборы,
7. микроволновая печь,
8. электрочайник,
9. миксер,
10. блендер,
11. мультиварка,
12. посудомоечная машина
13. Для обучающихся необходимая форма для работы на кухне.
14. стол и стулья для проведения учебных занятий,
15. классная доска,
16. шкаф для методической литературы, пособия и дидактические материалы.

### **Инструкция по правилам безопасности для обучающихся в кабинете СБО.**

#### **1. Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех обучающихся, занимающихся в кабинете.
2. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из кабинета.
3. Не загромождать проходы сумками и портфелями.

4. Не включать электроосвещение и средства ТСО.
5. Не открывать форточки и окна.
6. Не передвигать учебные столы и стулья.
7. Не трогать руками электрические розетки.
8. Травмоопасность в кабинете : - при включении электроосвещения - при включении приборов ТСО - при переноске оборудования и т.п.
9. Не приносить на занятия посторонние, ненужные предметы , чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.
10. Не садиться на трубы и радиаторы водяного отопления.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

1. Не открывать ключом дверь кабинета.
2. Входить в кабинет спокойно, не торопясь.
3. Подготовить своё рабочее место, учебные принадлежности.
4. Не менять рабочее место без разрешения учителя.
5. Дежурным обучающимся протереть доску чистой, влажной тканью.

## **3. Требования безопасности во время занятий**

1. Внимательно слушать объяснения и указания учителя.
2. Соблюдать порядок и дисциплину во время урока.
3. Не включать самостоятельно приборы ТСО.
4. Не переносить оборудование и ТСО
5. Всю учебную работу выполнять после указания учителя.
6. Поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.
7. Следовать указаниям учителя при проведении практических работ и экскурсий.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию учителя в организованном порядке, без паники.
2. В случае травматизма обратитесь к учителю за помощью.
3. При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщите учителю.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Приведите своё рабочее место в порядок.
2. Не покидайте рабочее место без разрешения учителя.
3. О всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщите учителю.
4. Выходите из кабинета спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину



### 3. Список литературы.

1. «Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе» В.В. Воронковой. Москва, 1994 год.
2. «Психолого – педагогическая диагностика умственного развития детей» С.Д. Забрамная, М., 1995 год.
3. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида 5- 9 классы» под редакцией И. М. Бгажноковой (Москва, «Просвещение», 2011 года).
4. «Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования умственно отсталых обучающихся». Составитель Российский Государственный Педагогический Университет им. А.И. Герцена.
5. «Программа социальной реабилитации детей-инвалидов 15-17 лет, проживающих в условиях детских домов-интернатов для умственно отсталых детей» (авторы: Худенко Е.Д., Шоркина Т.Д., Каданцева Г.А., Любимова М.Н., Барышникова Д.И., Девяткова С.Н.).
6. «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях» Автор Т.А. Девяткова. М.; Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014 год.
7. «Основы финансовой грамотности» Учебное пособие для общеобразовательных организаций. (3-е издание, Авторы: В.В. Чумаченко, А.П. Горяев. Москва «Просвещение» 2018 года).
8. «Секреты домоводства» (Автор Е.В. Разамат) Изд.: Мехнат ,Ташкент, 1993 года.
9. «Диагностика и формирование навыков самообслуживания» (Автор: В.А. Шинкаренко), Минск, Изд. БелАПДИ – «Открытые двери», 1997 г
10. «Основы кулинарии» (Автор В.И. Ермакова.) М.: Просвещение, 1993 г.
11. «Трудовое обучение и домоводство» (Автор А.С. Тарасова), Санкт-Петербург: МиМ- Экспресс, 1998 г.
12. «Бережливое домоводство» М., Внешсигма 2002г.
13. «Полезные советы по домоводству и кулинарии», (Автор Н.Ф. Фёдорова), Л. :Лениздат, 1982 г.
14. «Косметика, возраст и время года»; «Дом, хозяйство, семья»(Автор С.Н. Лексина) Алма- Ата: МГП «Демеу», 1991 г.