

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

Петелинская средняя общеобразовательная школа

ул. Ленина, д. 25, с. Петелино, Ялуторовский район, Тюменская область,
627047 тел./факс 95-155

СОГЛАСОВАНА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1_
от «30» августа 2019г.

СОГЛАСОВАНА
заместителем директора по УВР


Н.И.Кошикова

УТВЕРЖДЕНА
приказом
от «30» августа 2019 г.
№ 114/11-ОД


Н.Ю.Вахрушева

Адаптированная основная общеобразовательная программа

по социально-бытовой ориентировке

класс: 5

на 2019 – 2020 учебный год

Составитель рабочей программы Киприна Ольга Владимировна, учитель технологии

Год разработки, 2019 г.

1. Требования к уровню подготовки выпускников.

В результате изучения предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 5 классе:

Учащиеся должны знать:

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами.

Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).

Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении с взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы-интерната, правила организации рабочего места школьника.

Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку.

Учащиеся должны уметь:

Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение. Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.

Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.

Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.

Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

2. Содержание учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» 5 класс (34 часа)

Личная гигиена

Теоретические знания: Расширить представления о необходимости соблюдения правил личной гигиены. Познакомить с правилами ухода за кожей рук, за ногтями. Расширять словарный запас. Учить последовательности выполнения утреннего и вечернего туалета. Тренировать правильно чистить зубы и уши. Формировать навыки мытья головы. Учить причесывать волосы, выбирать прическу. Формировать у учащихся понятие о том, что такое личные вещи. Воспитание гигиенических навыков по уходу за личными вещами. Формировать представление о значении зрения в жизни человека. Формировать знания о вреде курения. Учить конкретно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя. Воспитывать силу воли

Практические работы: Прическа. Стирка носового платка, носков, правильно развешивать.

Одежда и обувь

Теоретические знания: Формировать представление о значении одежды и обуви для человека. Учить различать виды одежды и головных уборов. Различать одежду в зависимости от назначения. Учить пользоваться правилами и приемами повседневного ухода за одеждой. Формировать практические умения сушить и чистить одежду. Систематизировать знания о видах обуви. Учить различать обувь в зависимости от назначения. Познакомить с правилами и приемами ухода за обувью. Учить подбирать крем и чистить обувь

Практические работы: Мойка и чистка обуви.

Питание

Теоретические знания: Формировать представление о значении продуктов питания для здоровья человека. Дать представление о рационе питания. Познакомить учащихся с основными продуктами питания. Познакомить учащихся с местом приготовления пищи. Познакомить с оборудованием кухни и с названиями предметов кухни.

Познакомить с посудой и ее назначением. Формировать представления по уходу за посудой и кухней. Учить определять доброкачественность продуктов и сроки их хранения. Познакомить с правилами хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Познакомить с правилами заваривания чая. Заваривать чай с добавлением различных трав. Формировать навыки сервировки стола с учетом различных меню; Дать представление о бутербродах. Учить пользоваться ножом. Учить готовить бутерброды. Познакомить со способами варки яиц вкрутую, всмятку, в «мешочек». Познакомить со способами приготовления яичницы.

Практические работы: Приготовление салата из сырых овощей Нарезать вареные овощи кубиками и соломкой. Варка яиц вкрутую, всмятку, в «мешочек». Приготовление яичницы. Приготовление бутербродов.

Семья

Теоретические знания: Формировать представление о родственных отношениях в семье. Выявить знания детей о семье, как зовут родственников в семье, их дни рождения. Сформировать представление, о взаимоотношениях в семье. Познакомить с требованиями к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя. Учить следить за своей осанкой. Познакомить с требованиями к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя. Учить следить за своей осанкой, походкой.

Практические работы: Составить родовое древо. Отец, мать, сестра, брат, бабушка, дедушка.

Культура поведения

Теоретические знания: Расширить знания детей о правилах поведения при встрече и расставании. Формирование умений правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчики и девочки), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях. Научить практически тактично и вежливо себя вести во время разговора со старшими и сверстниками. Сформировать знания о правилах поведения за столом. Учить правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

Практические работы: Сверстники правила приличия. Ролевая игра сверстники, диалог.

Жилище

Теоретические знания: Формировать представления о видах жилых помещений в городе и селе и их различие. Формировать представление о собственном, государственном жилье. Учить различать жильё по конструкции и по назначению. Виды отопления. Расширить знания детей о почтовом адресе своего дома и школы-интерната. Учить писать адрес на почтовых открытках, на конвертах, переводе, телеграмме, телеграфном переводе. Формировать представление о гигиенических требованиях к жилому помещению. Сформировать у учащихся понятие о сухой и влажной уборке помещения; познакомить с правилами и последовательностью сухой и влажной уборки. С правилами пользования пылесосом. Познакомить с правилами уборки пыли в помещении. Учить правилам организации рабочего места школьника; соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

Практические работы: Уборка жилого помещения, соблюдая все правила.

3. Тематическое планирование

№	Кол-во часов	Тема урока
Раздел 1. Личная гигиена		
1	1	Личная гигиена
2	1	Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета.
3	1	Здоровье и красота причёски
4	1	Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце.
5	1	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.
6	1	Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.
7-8	2	Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание силы воли. Практическая работа: «МЫ ЗА ЗОЖ»
Раздел 2. Одежда и обувь		
9	1	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначение.
10	1	Практическая работа: глажка, сворачивание одежды
11	1	Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению
12	1	Практическая работа: чистка обуви
Раздел 3. Питание		
13	1	Значение питания в жизни и деятельности людей.
14	1	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.
15	1	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.
16	1	Место приготовления пищи и оборудование его.
17	1	Приготовление пищи не требующей тепловой обработки.
18	1	Практическая работа приготовление бутербродов
19	1	Правила и приёмы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.
20	1	Сервировка стола.
21	1	Практическая работа: сервировка стола к завтраку
Раздел 4 Семья		
22	1	Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).
23	1	Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.
24	1	Практическая работа: «Родовое древо»
Раздел 5. Культура поведения		
25	1	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки.
26	1	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приёмы обращения с просьбой, вопросом. Ролевая игра.
27	1	Практическая работа: правила поведения за столом.
Раздел 6. Жилище		
28	1	Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, квартира, пансионат.
29	1	РК Виды жилья: собственное, государственное.
30	1	Варианты квартир и подсобных помещений: жильё по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. организация рабочего места школьника. Виды отопления в

		городе и селе.
31	1	Практическая работа «мой дом»
32	1	Почтовый адрес дома, школы.
33	1	РК Экскурсия на Почтовое отделение с. Петелино
34	1	Итоговый контроль за год

