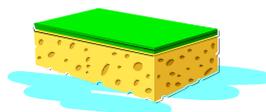


**МОУ – Черепановская специальная (коррекционная) школа – интернат для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, VIII вида**

Утверждена:  
МО воспитателей  
от 09.11. 07г.

# **ПРОГРАММА ПЛАНИРОВАНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Составила: **Маракулина Л.В.**  
зам. директора по НМР  
I квалификационной категории



2007 год

# Содержание

1. Пояснительная записка к программе.
2. Календарно – тематическое планирование (1 – 10 классы).
3. Основные требования к знаниям, умениям и навыкам (1 – 10 классы).
4. Литература.

## ***Пояснительная записка.***

Специальная (коррекционная) школа VIII вида готовит обучающихся с нарушениями интеллектуального развития к самостоятельной жизни и труду, дает им определенный объем знаний и умений в различных областях деятельности.

Ребенок с особыми образовательными потребностями не в состоянии сам выделить, осознать и усвоить социальных структур, которые позволяют личности комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен основы самостоятельного, благополучного существования в сложном современном социуме. Поэтому социальная адаптация является важнейшей задачей обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья.

Школе принадлежит решающая роль в создании оптимальных условий для приобретения обучающимися определенных знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации, на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на повышение общего развития. Для этого в образовательном курсе специального (коррекционного) учреждения существует предмет социально – бытовая ориентировка (СБО). Практические занятия во внеурочное время помогают развивать и совершенствовать у учащихся навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающей среде. Воспитанники получают элементарные экономические знания (стоимость товаров и услуг, бюджет семьи и т.д.) На занятиях они закрепляют и получают дополнительную информацию и навыки пользования услугами различных организаций, учреждений, предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта и медицинской помощи.

***Главная цель данной программы*** – закрепление и совершенствование знаний, умений, навыков, направленных на социальную адаптацию выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к ведущей самостоятельной жизнедеятельности.

Для реализации главной цели необходимо решить следующие ***задачи***:

- Формировать практические знания, умения и навыки по обслуживающему труду
- Закреплять, расширять знания, полученные на занятиях по СБО, автоматизировать умения, формируемые полезные привычки и нормы поведения;
- Учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, подходить к воспитанникам дифференцированно, принимая во внимание не только своеобразие их развития, но и возможности овладения материалом и трудовыми умениями и навыками;
- Подготовка к самостоятельной жизни и труду;

***Возраст*** обучающихся, участвующих в программе: 7 – 18 лет.

### ***Условия реализации.***

Программа построена в соответствии со следующими принципами:

- Доступность (расшифровка и конкретизация знаний с учетом возрастных особенностей обучающихся);
- Актуализация (с точки зрения потребностей детей с особыми образовательными потребностями);
- Системность (программа предусматривает систематическую работу по закреплению и расширению знаний, полученных на уроках СБО).

Занятия организуются один раз в неделю. Продолжительность их 40 минут. Ведет занятия воспитатель, работающий с классом.

Занятия проводятся в тех же классных комнатах, где учатся дети. Некоторые занятия рекомендуется проводить в кабинете СБО, с использованием необходимых для практических упражнений кухонных принадлежностей. На этих занятиях изучаются правила хорошего тона, формируется положительный настрой, закрепляются здоровые принципы питания.

Все занятия носят четкую практическую направленность, предусматривают различные виды деятельности, социально значимые для дальнейшей жизни детей с особыми образовательными потребностями.

Большое внимание в планировании уделено экскурсиям в магазины, на предприятия службы быта. Цель этих экскурсий – закрепление экономических знаний, умений воспитанников целесообразно и с учетом материальных возможностей выбирать необходимый товар, ориентироваться в маркировке на этикетках, заполнять различные бланк, определять размер оплаты.

Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

Необходимо прививать детям бережливость и стремление к упорядоченному ведению хозяйства. Помимо навыков бережливости в повседневной жизни воспитываются доброжелательность, уверенность, умение анализировать ситуацию, поддерживать разговор, правильно использовать полученную информацию, умение вступать в контакт. Весьма полезными являются такие специальные занятия по закреплению, повторению и расширению знаний и умений, необходимых для делового общения, как разыгрывание различных моделей реальных ситуаций, например, «Праздничный стол», «Мы ждем гостей», «Примите телеграмму», «Я покупатель», «Распродажа по сниженным ценам», «Я купил бракованную вещь», «Подписка», «Покупка товаров на рынке» и др.

Знания и навыки, полученные обучающимися на первом году обучения расширяются в последующие годы обучения.

### ***Ожидаемые результаты:***

- Подготовить воспитанников к самостоятельной жизни, к успешной адаптации в современном обществе;
- Достичь такого уровня сформированных умений и навыков, чтобы они стали неотъемлемой частью поведения и жизни детей с ограниченными возможностями здоровья.

Достичь желаемого результата поможет грамотная организация внеклассной работы воспитателей, через такие формы работы, как:

- Праздники;
- Экскурсии;
- Беседы;
- Конкурсы;
- Игровые занятия;
- Викторины;
- Обобщающие занятия;
- Соревнования;
- Поле чудес;
- Брейн – ринг;
- Путешествия;
- Сюжетно – ролевые игры и др.;

Данная программа поможет обучающимся с 1 по 10 классы систематизировать, расширить и углубить знания по практической деятельности в быту.

В конце каждой четверти с обучающимися проводятся обобщающие занятия, на которых с помощью различных форм и методов происходит обобщение и систематизация полученных знаний, умений и навыков.

# 1 КЛАСС

## *I четверть*

- Классная комната. Правила поведения. Обязанности дежурного.
- Спальная комната. Правила поведения. Обязанности дежурного.
- Как красиво заправлять кровать.
- Столовая. Правила поведения за столом.
- Советы доктора Воды. (Как правильно умываться.)
- Глаза – главные помощники человека.
- Чтобы уши слышали.
- Уход за руками и ногами.
- Обобщающее занятие «Друзья Вода и Мыло».

## *II четверть*

- Чтобы зубы были здоровыми.
- Как сохранить улыбку красивой?
- Забота о коже рук.
- Как ухаживать за волосами.
- Осанка – стройная спина!
- Сон – лучшее лекарство.
- Обобщающее занятие «Если хочешь быть здоров».

## *III четверть*

- Как нужно одеваться.
- Повседневный уход за одеждой.
- Чистка школьной одежды. ОТ.
- Глажение школьной одежды. ОТ.
- Знакомство с моющими средствами. Стирка мелких вещей. ОТ.
- Пришивание пуговиц с двумя отверстиями. ОТ.
- Мелкий ремонт одежды. ОТ.
- Виды обуви и их назначение.
- Уход за обувью. ОТ.
- Обобщающее занятие «Кто опрятен, тот приятен».

## *IV четверть*

- Правила поведения в школе.
- Как вести себя в общественных местах.
- Как вести себя в гостях.
- А знаешь ли ты, какой бывает транспорт?
- Как вести себя в транспорте и на улице.
- А знаешь ли ты, что такое – Светофор?
- Движение пешеходов по улицам и дорогам.
- Обобщающее занятие «Личная безопасность».

## 2 КЛАСС

### *I четверть*

- Заправка кроватей. Правила поведения в спальне.
- Чистота и порядок. Генеральная уборка спальни.
- Создадим уют в классе. (Генеральная уборка.)
- Как вести себя за столом.
- Почему болят зубы.
- Болезни грязных рук.
- Осанка. Гигиена зрения.
- Как организм помогает себе сам.
- Обобщающее занятие «Путешествие в страну здоровья».

### *II четверть*

- Мой внешний вид.
- Уход за одеждой (сушка, чистка, хранение). ОТ.
- Давайте постираем (стирка мелких вещей). ОТ.
- Глажение одежды. ОТ.
- Мелкий ремонт одежды. ОТ.
- Обобщающее занятие «Опрятность, аккуратность в одежде».

### *III четверть*

- Распорядок дня школьника.
- «Приятного аппетита!» (Беседа о правильном питании.)
- Здоровая пища – необходимое условие для жизни человека.
- Как вести себя за столом.
- Приготовление салата из капусты «Заячья радость». ОТ.
- К нам пришли гости.
- Меню в разное время года.
- Продовольственный магазин. Экскурсия.
- Заваривание чая. ОТ.
- Обобщающее занятие «Правильное питание – залог здоровья».

### *IV четверть*

- «Книжкина больница» (ремонт книг). ОТ.
- «Осторожно: Ледоход!»
- Комнатные растения. Уход за ними. ОТ.
- Создадим в классе уют (посадка растений). ОТ.
- Правила дорожного движения: обязанности пешеходов.
- Как вести себя с незнакомыми людьми.
- Летние каникулы. Как себя вести.
- Обобщающее занятие «Будем делать хорошо, и не будем плохо».

## 3 КЛАСС

### *I четверть*

- Правила поведения в школе.
- Генеральная уборка класса.
- Глаза. Зачем они мне?
- Гигиена полости рта.
- Уход за кожей рук, ногтями.
- Здоровые волосы. Правила ухода.
- Учеба и сидячий образ жизни (осанка).
- Твой внешний вид.
- Обобщающее занятие «Путешествие в городок здоровья».

### *II четверть*

- Стирка белья. Моющие средства. ОТ.
- Мелкий ремонт одежды. ОТ.
- Маркировка одежды. ОТ.
- Технология глажения рубашки, платья. ОТ.
- Технология глажения шелковых и шерстяных вещей. ОТ.
- Пришивание пуговиц с двумя и четырьмя отверстиями. ОТ.
- Обобщающее занятие «Чистота та же красота».

### *III четверть*

- Какое питание необходимо моему организму?
- Приготовление морковного салата «Лакомство гномов». ОТ.
- Разберемся с сервировкой стола.
- Правила поведения за столом. Гостеприимство.
- Игра «Праздничный стол».
- Тебя пригласили в гости.
- Комнатные растения, уход за ними. ОТ.
- Роль комнатных растений в жизни человека.
- Обобщающее занятие «Здоровый образ жизни».

### *IV четверть*

- Ремонт книг. ОТ.
- Уход за обувью. ОТ.
- Чистка, сушка и хранение зимней одежды.
- Что мы знаем о курении.
- Правила дорожные знать каждому положено.
- Чтобы огонь не причинил вреда (правила обращения с огнем).
- Мой режим в летнее время.
- Обобщающее занятие «Правила, обязательные для всех».

## 4 КЛАСС

### *I четверть*

- Твоя прическа (праздничная и повседневная).
- Гимнастика и мое самочувствие.
- Очки и глаза. Я могу сберечь свои глаза.
- Здоровые зубы – здоровый желудок.
- Болезни. Почему они бывают?
- Разные болезни и их симптомы: ОРЗ, грипп.
- Инфекции: причины, профилактика.
- Что нужно знать о лекарствах.
- Обобщающее занятие «Как помочь сохранить себе здоровье».

### *II четверть*

- Закрепление знаний сигналов светофора и регулировщика.
- Дорожные знаки и их группы.
- Твоя жизнь и правила дорожного движения.
- Дорожная разметка и ее предназначение.
- Общие требования к водителям велосипедов.
- Викторина «Школа пешехода».
- Обобщающее занятие «Хочу все знать».

### *III четверть*

- Пришивание пуговиц с 2-мя отверстиями. ОТ.
- Пришивание пуговиц с 4-мя отверстиями. ОТ.
- Пришивание пуговиц с ушком. ОТ.
- Технология пришивания вешалки. ОТ.
- Технология изготовления заплатки. ОТ.
- Изготовление навесной петельки из ниток. ОТ.
- Знакомство со швом - «через край». ОТ.
- Обметывание петельки. ОТ.
- Уход за одеждой (хранение, сушка, чистка щеткой).
- Обобщающее занятие «Умелые ручки».

### *IV четверть*

- Есть ли здоровье и энергия в моем теле, если я курю?
- Что такое наркотики: беда или радость?
- Охрана и укрепление здоровья в разные времена года.
- Предосторожности при обращении с животными.
- Если ты ушибся или порезался.
- Первая помощь при перегревании и тепловом ударе.
- Правила безопасного поведения на воде.
- Обобщающее занятие «Здоров будешь – все добудешь».

## **5 КЛАСС**

### ***I четверть***

- Как я соблюдаю режим дня? Личная гигиена.
- «Варвара краса – длинная коса». Правила ухода за волосами.
- Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения.
- Уход за руками и ногами.
- «Алкоголь и табак – это тоже наркотик!»
- «Культура одежды и обуви». Виды и назначение, гармония цвета.
- «Как вылечить вещи?» (Пришивание пуговицы, зашивание распоровшегося шва.) ОТ.
- «Создадим уют в своем доме!»
- «Кто опрятен, тот приятен». Обобщающее занятие.

### ***II четверть***

- Питание – необходимое условие для жизни человека.
- Умеем ли мы правильно питаться?
- Роль овощей в питании человека.
- Современная кулинария. (Рецепты, полезные советы.)
- Кухонная утварь и уход за ней.
- Культура поведения за столом.
- «Правильное питание». Обобщающее занятие.

### ***III четверть***

- Правила работы с кухонными приборами. ОТ.
- Полезные советы начинающему кулинару.
- Приготовление бутербродов. ОТ.
- Приготовление винегрета. ОТ.
- Основы сервировки стола и правила пользования приборами.
- «Родительский дом – начало начал». Взаимоотношение в семье.
- Моя семья. Поддержка и помощь в семье сохраняет здоровье ее членов.
- «Красивая походка». Значение осанки.
- Этикет на каждый день.
- Поле чудес «Семейные традиции».

### ***IV четверть***

- Мой город. Виды жилых помещений.
- Экскурсия. Улицы нашего города. ПДД.
- «А знаешь ли ты, какой бывает транспорт?»
- Права и обязанности пассажиров.
- «Я пишу письмо». (Написание почтового адреса на конверте.)
- Экскурсия в продовольственный магазин. Виды товаров, срок годности, стоимость, хранение. ПДД. Сюжетно-ролевая игра «Покупка продуктов».
- Конфликтная ситуация: «Продавец мне ответил грубо».
- «Кто хочет стать миллионером». Обобщающее занятие.

## **6 КЛАСС**

### ***I четверть***

- Как я соблюдаю режим дня? Личная гигиена.
- «Курение или здоровье – выбирайте сами».
- «Про волшебную иглу и умелые руки». ОТ.
- «День большой стирки». Стирка изделий из х/б и шелковых тканей. ОТ.
- Экскурсия в продовольственный магазин. Сюжетно-ролевая игра «Я покупатель».
- Значение питания для человека. Классификация продуктов.
- Приготовление блюда из яиц. ОТ.
- Заваривание чая. Сервировка стола к чайному столу.
- «Мы ждем гостей». Обобщающее занятие.

### ***II четверть***

- Наша кухня. Мебель, оборудование, посуда. Правила пользования. ОТ.
- Современная кулинария. Полезные советы, рецепты.
- Приготовление блюда из картофеля. ОТ.
- Как распределить обязанности в семье.
- Как себя вести в общественных местах.
- «Приятно ли с вами общаться?»
- Викторина «За общим столом еда вкуснее». Обобщающее занятие.

### ***III четверть***

- Транспорт: городской и пригородный.
- Экскурсия на вокзал. Сюжетно-ролевая игра «Мы пассажиры». ПДД.
- Экскурсия в магазин промышленных товаров. Сюжетно-ролевая игра «Я покупатель».
- Экскурсия на почту. Виды почтовых отправлений. ПДД. Сюжетно-ролевая игра «Примите бандероль».
- Экскурсия на телеграф. Виды услуг. Сюжетно-ролевая игра «Примите телеграмму».
- Поле чудес «Средства связи».
- Виды медицинских учреждений и их назначение. Экскурсия в аптеку. ПДД.
- Какие врачи нас лечат (профессии медицинских работников).
- Что нужно знать о лекарствах.
- Брейн – ринг «Как беречь свое здоровье».

### ***IV четверть***

- «Каждой вещи свое место». Как правильно наводить чистоту и порядок.
- «Я и пылесос». ОТ.
- Уход за мебелью. ОТ.
- «Цветы в твоём доме». Уход за растениями.
- Безопасное поведение в быту.
- «Правила дорожные – правила надежные».
- «Чистота и уют в моем доме – залог моего здоровья». Обобщающее занятие.

## **7 КЛАСС**

### ***I четверть***

- Режим дня – обязательное условие успешной учебы и здоровья.
- Личная гигиена и одежда ученика в школе и дома.
- «Чтобы вещи служили долго». Штопка, наложение заплат.
- Электрич. приборы, облегчающие труд. Стирка цвет. и белого белья. ОТ.
- Как правильно питаться. Сочетаемость продуктов.
- Приготовление салата из овощей. ОТ.
- Заваривание чая из лекарственных трав. ОТ.
- Составление праздничного меню.
- Игра «Праздничный стол». Обобщающее занятие.

### ***II четверть***

- Семейный этикет Общение, взаимопонимание, помощь.
- Во что можно поиграть с друзьями?
- «Мы идем в гости». Как стильно одеться и причесаться?
- Искусство дарить и получать подарки.
- Сюжетно-ролевая игра «У меня сегодня праздник».
- Экскурсия на ж/д. вокзал. Справочная служба, расписание поездов, камера хранения багажа. ПДД.
- «Интеллектуальный лабиринт». Обобщающее занятие.

### ***III четверть***

- Экскурсия «Мы идем в магазин». ПДД. Сюжетно-ролевая игра.
- Сюжетно-ролевая игра «Распродажа по сниженным ценам».
- «Я купил бракованную вещь». Проблемная ситуация.
- Экскурсия на почту. ПДД. Сюжетно-ролевая игра «Подписка».
- Домашняя аптечка, что в нее входит?
- Природные врачеватели.
- «Как уберечься от порезов, ушибов, переломов». Первая помощь.
- Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.
- «Если кому-нибудь нужна твоя помощь».
- «Как беречь свое здоровье».
- Игра-соревнование «Что я могу сделать хорошего». Обобщающее занятие.

### ***IV четверть***

- «О вредном действии табака на организм подростка».
- Правила поведения в транспорте.
- «Мы живем среди людей». Экскурсия на промышленное предприятие. ПДД.
- «Диапазон профессий» (название рабочих специальностей и их деят-ть).
- «Профессии нашего города».
- Мой режим дня в летнее время.
- Правила поведения на водоемах, в лесу.
- «Я сам отвечаю за свое здоровье». Обобщающее занятие.

## **8 КЛАСС**

### ***I четверть***

- Режим дня – это серьезно.
- «В здоровом теле – здоровый дух». Гимнастика, гигиена, закаливание.
- «Как скорректировать лицо с помощью макияжа».
- Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. ОТ.
- «Волшебный утюг». Правила и приемы глажения блузок, рубашек.
- Сезонная одежда. Чтобы не было холодно и жарко.
- Знакомство с основами народных традиций и обрядов. Рецепты старинной кухни.
- Приготовление овощного салата. Сервировка стола. ОТ.
- Конкурсная программа «Домоседы». Обобщающее занятие.

### ***II четверть***

- Как правильно ухаживать за грудным ребенком? (Кормление, купание, пеленание).
- Давайте постираем и погладим на свою маленькую сестренку. ОТ.
- «Мальчик с девочкой дружил». Культура общения.
- «Мы выбираем, нас выбирают». Поведение молодых людей.
- «Виды вокзалов». Экскурсия. ПДД. Сюжетно-ролевая игра «Покупка билета».
- «Покупка товаров на рынке». Право выбора. Экскурсия. ПДД.
- «Что? Где? Когда?» Обобщающее занятие.

### ***III четверть***

- Безопасность при любой погоде. Первая помощь при обморожении, ожоге, солнечном и тепловом ударе.
- Как избежать отравлений. Первая помощь.
- Правила безопасного поведения на воде. Первая помощь утопающему.
- Опасности, подстерегающие человека дома. Первая помощь.
- Профилактика травматизма. Первая помощь.
- «Правила общения по телефону». Сюжетно-ролевая игра.
- «Почему мы живем бедно?» Доход семьи.
- Экскурсия. Государственные организации и учреждения. ПДД.
- Виды пенсий, пособий, дотаций. Где хранят деньги?
- «Чему я научился и что хочу узнать». Обобщающее занятие.

### ***IV четверть***

- «Последствия курения».
- «Взрывоопасные предметы и взрывчатые вещества».
- «Если с другом вышел в путь». ПДД.
- «Здоровая пища для всей семьи». Составление меню.
- Правила приготовления изделий из теста. ОТ.
- Выпечка блинов. ОТ.
- «Умей организовать свой досуг».
- «У самовара я и моя семья». Обобщающее занятие

## **9 – 10 КЛАССЫ**

### ***I четверть***

- «Режим дня – основа успешной учебы и крепкого здоровья».
- Как одеваться: стильно, модно, удобно.
- Как грамотно составить гардероб.
- Экскурсия в специализированный магазин «Одежда», «Обувь». Правила возврата и обмена. ПДД.
- Сюжетно-ролевая игра «Выбор одежды и обуви».
- «Умеешь ли ты вывести пятно?» Уход за одеждой и обувью. ОТ.
- Национальные блюда. Правила этикета.
- Игра «Посади гостей за стол». Сервировка стола.
- «В человеке все должно быть прекрасно». Обобщающее занятие.

### ***II четверть***

- Взаимоотношения между членами семьи.
- Деньги. Бюджет семьи. Экономия в домашнем хозяйстве.
- «Важные события в моей семье». Семейные традиции.
- Дружба в семье. Организация досуга.
- «Школа хороших манер». Этикет на каждый день.
- Ярмарка, что это такое?
- «Я живу в семье». Обобщающее занятие.

### ***III четверть***

- Экскурсия на почту. ПДД. Виды денежных переводов. Сюжетно-ролевая игра «Примите перевод».
- Телефонный этикет. Умеем ли мы разговаривать по телефону.
- Инфекционные заболевания и их предупреждение.
- Больничный лист. Кому он выдается. Экскурсия в поликлинику. ПДД.
- Медицинская помощь. Сюжетно-ролевая игра «Уход за больным».
- «Как влияет выбор профессии на будущее?»
- Экскурсия в Центр занятости населения. ПДД. Игра-ситуация «Опиши профессию».
- «Всеобщая декларация прав человека».
- Безработица. Как ее избежать?
- «Кем я себя вижу в будущем». Обобщающее занятие.

### ***IV четверть***

- «Курить или не курить? Вот в чем вопрос».
- «Алкоголь и здоровье несовместимы».
- Виды вкладов. Экскурсия в Сбербанк. ПДД.
- «В человеке все должно быть прекрасно». Ежедневный этикет.
- «Твоя жизнь и правила дорожного движения».
- Игра драматизация «Несчастный случай на производстве».
- Дидактическая игра «Уберем быстрее вместе».
- «Учимся взрослости». Обобщающее занятие.