

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
СОЦИАЛЬНЫЙ ДОМ ОБРУЧЕВСКИЙ  
ФИЛИАЛ БЕЛЯЕВО  
ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ  
ГОРОДА МОСКВЫ

РАССМОТРЕНО  
Протокол  
Педагогического совета  
От 24.01.25 № 3



Е.Ю. Курьшина

**Рабочая программа  
социально-бытового практикума для детей с ТМНР  
студии «ДОМОВЕНОК»**

**Направленность программы:** социально-гуманитарная

**Уровень программы:** ознакомительный

**Возраст обучающихся:** 7-18 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Разработчик программы:**

педагог дополнительного образования

Шашлова В.М.

Москва, 2025 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Разделы / подразделы	Стр.
Пояснительная записка	3
Общая характеристика учебного плана	3
Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.	4
Цель программы	4
Задачи программы	4
Воспитательные	4
Образовательные	4
Развивающие	4
Характерные особенности учебного предмета	5
Режим занятий и особенности организации учебного процесса	5
Практические занятия	5
Личностные результаты	5
Метапредметные результаты	6
Краткая характеристика целевой группы воспитанников	6
Срок реализации программы и ее объем	6
Особенности учебного предмета	6
Учебно-тематический план	7
Ожидаемые результаты	8
Календарно-тематическое планирование по СБП	12
Обеспечение кабинета	15
Перечень учебно-методического обеспечения	20
Список использованной литературы	20
Литература, рекомендуемая для подготовки к занятиям	21

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа студии «Домовенок» составлена на основе требований ФГОС О УО (ИН) (приказ Минобрнауки от 19.12.2014г. № 1599), Примерной АООП образования обучающихся с УО, рассчитанная на пятидневную рабочую неделю. Программа составлена для обучающихся с ОВЗ старших групп под редакцией В.В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка»). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013. – сб.1;

Она детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета, которые определены стандартом. Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительная записка, содержание тем учебного курса, тематическое поурочное планирование, требования к уровню подготовки обучающихся по каждому разделу программы, учебно-методическое обеспечение. Программа построена с учетом принципов системности, научности, доступности.

### Общая характеристика учебного предмета

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для обучающихся с ОВЗ, а особенно остро она стоит перед педагогом социально-бытовой ориентировки, который на своих занятиях решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит своих воспитанников к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

Для социализации данной категории обучающихся необходим определенный уровень сформированности коммуникативной функции речи, умений и навыков. Известно, что дети с отклонениями в развитии испытывают большие трудности в адаптации к окружающему миру, в усвоении общепринятых норм поведения в силу неполноценности их познавательной деятельности, обусловленной тотальным психическим недоразвитием или деменцией. Причины затруднений связаны с особенностями их интеллектуального развития. Многие приходят в школу с негативным отношением к учебной деятельности, имеют формальные мотивы учения, отличаются интеллектуальной пассивностью, безынициативностью. Играть роль и относительно меньшие возможности общения с окружающим миром школьников, живущих в интернате. В отличие от нормально развивающихся сверстников, социальное развитие которых происходит в значительной мере произвольно и спонтанно, умственно отсталые дети не в состоянии самостоятельно выделить и освоить образцы решения социальных и бытовых задач. В контексте формирования личности умственно отсталого ребенка социализация возможна лишь при условии целенаправленного обучения и воспитания, обеспечивающих их подготовку к самостоятельной жизни. Участие семьи в подготовке этих детей к самостоятельной жизни, как правило, ничтожно мало. В семьях домашнее хозяйство часто ведется столь плохо, что научиться чему-либо в таких условиях сложно. Л. С. Выготский отмечал: «Социальное воспитание умственно отсталого ребенка является единственно состоятельным научным путем его воспитания».

Программа СБП составляется с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений; по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

На занятиях по СБП обучающиеся знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав

самостоятельную жизнь. Большое значение имеют занятия, 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 детей и т.д.

#### **Нормативные документы:**

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. (в ред. Федеральных законов от 04.06.2014 г. №145, от 31.12.2014 г. №519);  
Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 г. N 1599

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН ОВЗ 2.4.2.3286 -15 от 10 июля 2015 г. № 26.

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.** Актуальность и новизна программы в том, что она дополняет и раскрывает содержание некоторых разделов курса СБП в учебном процессе, направленных на социализацию личности. Позволяет решать следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

**Целью** данной программы является развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.

#### **Задачи:**

##### **Воспитательные:**

- формирование у обучающихся с ОВЗ знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья воспитанника и условие их социально-психологической адаптации;
- воспитание позитивных качеств личности.

##### **Образовательные:**

- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
- Формирование умения следовать устным инструкциям;
- Формирование привычки соблюдения правила безопасности труда;
- Формирование умения правильно сидеть за столом;
- Формирование усвоения знания алгоритма занятия. Запоминание алгоритма работы с материалом и оборудованием

##### **Развивающие:**

- Развитие мелкой моторики рук и коррекции;
- Развитие способности детей к концентрации внимания;

- Развитие умения максимально сосредотачиваться и совершенствовать волевые качества;
- Развитие эстетического восприятия художественных образов и предметов окружающего мира;
- Развитие воображения, пространственного мышления;
- Развитие художественно – творческих способностей в продуктивных видах детской деятельности;
- Снятие физического и психологического напряжения, увеличение периодов работоспособности детей;

### **Характерные особенности учебного предмета:**

Педагог, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использует опыт обучающихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Основными формами и методами обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, видеофильмов и экскурсий.

Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на интерактивных формах освоения учебного содержания, а также использовании примеров и ситуаций из опыта знакомых детям героев литературных произведений, воспитателей, и самостоятельной работы, ориентированной на включение освоенного теоретического материала в реальную практику для решения конкретных проблем в повседневной жизни.

Освоения программы фиксируется в процессе проведения сюжетно- ролевых игр, обобщающих занятий, практических работ.

### **Режим занятий и особенности организации учебного процесса:**

**Лекция-беседа**, предполагающая непосредственный контакт педагога с обучающимися. Использование данного вида лекций позволит привлечь внимание обучающихся к наиболее важным вопросам темы, определить содержание и темп изложения учебного материала с учетом психофизических особенностей детей, а также позволит определить степень усвоения ими предыдущего материала; лекция с разбором конкретных ситуаций, предполагающая в процессе лекции обсуждение конкретных жизненных ситуаций;

**Практические занятия:** дают возможность воспитанникам использовать теоретические знания в практической деятельности. Активное участие в практической работе ведет к систематизации и углублению знаний, к выработке умений и навыков.

**Учебные сюжетно-ролевые игры**– синтетическая форма организации совместной деятельности преподавателя и обучаемых обучающихся. Представляет собой поликомпонентную модель, содержащую несколько принципиально важных для развития умственно-отсталого ребенка типов деятельности: проблемно-поисковую, мыслительную, коммуникативную, имитационно-ролевую (социально-моделирующую).

**Личностными результатами** изучения курса являются:

1. формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
2. воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
3. привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
4. развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

5. развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

**Метапредметными результатами** изучения курса являются:

- овладение основ таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;

- владение начальными формами познавательных учебных действий: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

- получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: планирования предстоящего практического действия, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; умение искать необходимую печатную и электронную информацию.

Обучающиеся с ОВЗ, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, - в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности.

**Краткая характеристика целевой группы воспитанников**

Программа предназначена для работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья от 7 до 18 лет.

В настоящее время воспитываются дети с ОВЗ и ТМНР (с такими диагнозами как: ДЦП, дети с синдромом Дауна, гидроцефалией и др.).

Общие особенности детей с ОВЗ, занимающихся по программе:

- Недостаточное физическое развитие, включая нарушения развития общей и мелкой моторики;
- Нарушения интеллекта различной степени выраженности;
- Нарушения в развитии познавательной и речевой деятельности;
- Недостаточное развитие коммуникативных навыков и навыков самообслуживания.

**Срок реализации программы и ее объем** – 1 год, 104 часа

Адаптированная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей обучающихся с ОВЗ, с интеллектуальной недостаточностью и рассчитана на 2 часа в неделю, 104 часа в год.

**Характерными особенностями учебного предмета являются:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;

- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;

- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета СБП обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;

- коррекционно – развивающую;

- коррекционно – воспитательную;

- воспитание положительных качеств личности;

- развитие способностей обучающихся, воспитанников к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой

предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

**Программа реализуется через следующие методы и приемы обучения:** разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ обучающихся, воспитанников и образцов изделий, анализ и синтез.

В тематическом планировании курса предусматриваются: занятия с изучением нового материала, комбинированные, обобщающие занятия, практические работы, экскурсии.

**Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся с ОВЗ, уровня их знаний и умений.** Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Крупные темы	Кол-во часов	Содержание коррекционной работы
1.	«Личная гигиена»	10ч	Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления обучающихся, воспитанников с особенностями личной гигиены в жизни подростка. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.
2.	«Культура поведения»	10ч	Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды в соответствии с назначением и подборе и оформлении подарков. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил приёма и отказа от приглашения в гости. Корректировать поведенческие навыки.
3.	«Одежда и обувь»	14ч	Развивать мелкую моторику рук и глазомер при практическом выполнении ремонта одежды. Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь.
4.	«Жилище»	10ч	Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний.

5.	«Медицина»	10ч	Активизировать речевую деятельность, развивать связную речь в процессе составления последовательного рассказа, сопровождаемого практическими действиями при оказании первой медицинской помощи. Расширять кругозор, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
6.	«Транспорт»	6ч	Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о железнодорожном транспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корректировать внимание и поведенческие навыки в процессе практического повторения изученного.
7.	«Торговля»	5ч	Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при определении назначения и выделения отличий и сходств универмага и универсама. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
8.	«Средства связи»	5ч	Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности. Развивать наблюдательность и способность правильно распределять внимание при ознакомлении с работой почты.
9.	«Питание»	20ч	Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие в процессе приготовления 1х и 2х блюд.
10.	«Учреждения, организации и предприятия»	4ч	Способствовать развитию аналитико-синтетической деятельности при распределении предприятий города на определенные категории и в процессе формирования представлений об их назначении. Активизировать осознанное восприятие и логическое мышление.
	<b>Итого:</b>	<b>94 час</b>	

### Ожидаемые результаты

В результате реализации программы у детей с ОВЗ должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту.

Обучающиеся с интеллектуальной недостаточностью должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда:

#### *в сфере организации питания:*

– различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты. Крупы, кондитерские изделия;

- определять способы употребления в пищу (в сыром, варенном, жареном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилок и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;

#### ***в сфере ухода за телом:***

- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;
- пользоваться дезодорантом;
- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

#### ***в сфере ухода за одеждой и обувью:***

- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;
- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, вдевать резинку в пояс предметом одежды, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;

#### ***в сфере ухода за жилищем:***

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;
- пользоваться механической щеткой для чистки ковровых покрытий; вытряхивать половики;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
- ухаживать за комнатными растениям (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

Обучающиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями **сферы обслуживания населения**. В процессе обучения у детей формируются следующие **жизненно**

**значимые умения:**

- ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск).
- Службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая). Связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека). Культуры (библиотека, кинотеатр, музей);
- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.
- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках;
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт);
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения *способам проведения досуга*. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр) и местами отдыха (парк).

У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения парка, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

### Содержание программы Учебно- тематический план

№ п/п	Название разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1	-	Устное подведение итогов
1.	Личная гигиена	9	2	7	Контрольные задания
2.	Одежда	14	4	10	Контрольные задания
3.	Питание	20	6	14	Контрольные задания
4.	Культура поведения	10	3	7	Контрольные задания

5.	Жилище	10	2	8	Контрольные задания
6.	Транспорт	6	2	4	Контрольные задания
7.	Торговля	5	2	3	Контрольные задания
8.	Средства связи	5	2	3	Контрольные задания
9.	Медицина	10	3	7	Контрольные задания
10.	Учреждения и организации	4	1	3	Контрольные задания
<b>Всего:</b>		<b>94</b>			

### Практические работы:

Разучивание тихих и подвижных игр. Ремонт разорванных мест одежды штопка, утюжка. Уборка помещений, чистка мягкой мебели, мытье окон. Изготовление несложных поделок, используемых в качестве подарка, сувениров. Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд, сервировка стола к обеду. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность, заваривание травяного настоя. Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Заполнение бланков на бандероль, упаковка бандеролей.

### Обучающиеся должны знать:

- Правила соблюдения личной гигиены подростка, правила смены одежды, нательного и постельного белья, санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.
- Некоторые тихие и подвижные игры.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, способы утепления окон, правила ухода за мебелью, правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме, правила содержания домашних животных и птиц.
- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила вручения и приема подарков.
- Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов, последовательность приготовления блюд, правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи, правила пользования столовыми приборами.
- Состав домашней аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки, местные лекарственные растения, правила обработки ран и наложение повязки, меры по предупреждению осложнений, правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах.
- Функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.
- Особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользования моющими средствами, устройство и правила пользования стиральной машиной. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины, последовательность и особенности утюжки белья и одежды.

Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

- Ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов, стоимость отдельных товаров, приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине.
  - Перечень предметов, посылаемых бандеролью, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки бандеролей.
  - Составные части бюджета семьи и их размер. Основные статьи расходов в семье, размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.
- Обучающиеся должны уметь:**
- Одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать первоклассникам при уборке игрушек.
  - Убирать жилые помещения, чистить мебель, мыть зеркала и стекла, утеплять окна.
  - Выбирать подходящую одежду для визита в гости, культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.
  - Готовить обед, готовить третьи блюда, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду.
  - Пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки, накладывать временные шины.
  - Ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону.
  - Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить белье и одежду.
  - Приобретать некоторые товары в промтоварном магазине, подсчитывать стоимость покупок, правильно себя вести в магазине.
  - Заполнять бланки на отправку бандеролей, составлять опись посылаемых предметов, упаковывать бандероли.
  - Подсчитывать бюджет семьи; подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.

### Содержание учебно-тематического плана

№п /п	Название разделов (модулей), тем занятий	Форма учебного занятия по теме, Кол-во часов	Содержание
1.1	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий	Теория 1 час	Правила организации рабочего места Правила защиты зрения во время работы Правила обращения с используемым инвентарем и материалами
1.2	Личная гигиена	Теория 2 час	Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья
		Практика 7 час	Использование знаний о индивидуальных предметах гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья

1.3	Одежда и обувь	Теория 4 час	Ремонт разорванных мест одежды, штопка Ремонт разорванных мест обуви, ремонт Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.
		Практика 10 час	Ремонт разорванных мест одежды, штопка Ремонт разорванных мест одежды, штопка Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Чистка обуви, чистка спортивной обуви. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.
1.4	Питание	Теория 6 час	Обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.
		Практика 14 час	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.
1.5	Культура поведения	Теория 3 час	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Поведение в гостях. Подарки
		Практика 7 час	Изготовление несложных сувениров Оказание помощи одноклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста
1.6	Жилище	Теория 2 час	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). Животные в доме (кошка, собака, попугай). Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

		Практика 8 час	<p>Выполнение работы на тему «Новый год»</p> <p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.</p> <p>Подготовка квартиры к зиме, лету.</p> <p>Санитарная обработка помещения в случае необходимости.</p> <p>Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).</p> <p>Животные в доме (кошка, собака, попугай).</p> <p>Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.</p>
1.7	Транспорт	Теория 2 час	<p>Междугородний железнодорожный транспорт.</p> <p>Вокзал и его службы. Расписание поездов.</p> <p>Виды пассажирских вагонов.</p> <p>Примерная стоимость поезда до разных пунктов.</p> <p>Приобретение железнодорожных билетов.</p> <p>Камеры хранения багажа.</p>
		Практика 4 час	Изготовление тематических поделок.
1.8	Торговля	Теория 2 час	<p>Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.</p> <p>Назначение магазинов</p> <p>Стоимость некоторых товаров.</p> <p>Порядок приобретения товаров.</p>
		Практика 3 час	<p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Экскурсия в промтоварный магазин</p>
1.9	Средства связи	Теория 2 час	<p>Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).</p> <p>Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.</p> <p>Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).</p> <p>Порядок их отправления.</p>
		Практика 3 час	<p>Упаковка. Стоимость пересылки.</p> <p>Заполнение бланков</p> <p>Экскурсия на почту</p>
1.10	Медицина	Теория 3 час	<p>Домашняя аптечка. Термометр.</p> <p>Лекарственные растения.</p> <p>Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.</p>
		Практика 7 час	<p>Заваривание травяного настоя.</p> <p>Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность.</p> <p>Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.</p>
1.11	Учреждения и организации	Теория 1 час	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.
		Практика 3 час	<p>Экскурсии на предприятия или сельскохозяйственные объекты.</p> <p>Создание тематических поделок.</p>
Всего: 94 ч			

Обеспечение кабинета:

### ОБОРУДОВАНИЕ по темам.

№ п/п	Наименование	Количество	Примечание
<i>«Личная гигиена»</i>			
1	Раковина	1	
2	Таз для мытья ног, стирки.	1	
3	Образцы гигиенических средств	пополняется	
4	Набор косметики	пополняется	
5	Полотенца	3шт	
6	Образцы средств по уходу за волосами, кожей рук, лица, косметики и др.	Пополняются	
7	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	пополняется	
<i>«Одежда и обувь»</i>			
1	Приспособления и инструменты для ремонта одежды: - ножницы - наборы швейных игл - нитки - образцы пуговиц, крючков - образцы тканей	1 1 4 Пополняются Пополняются	
2	Иллюстрации - образцы взрослой и детской одежды из различных видов тканей с учетом сезона года и условий использования	Пополняются в соответствии с модой	
3	Иллюстрации - образцы детской и взрослой обуви	Пополняются в соответствии с модой	
4.	Образцы чистящих и моющих средств (порошок,	Пополняются	

	кондиционер, отбеливатель и др.)		
5.	Инструкции по уходу за одеждой и обувью	По количеству учащихся	
6.	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	100%	
<b>«Питание»</b>			
1	Электроплита	100%	
2.	Кухонная мебель: - шкафы для посуды и приспособлений - сушка для посуды - мойка	1 1 1	
3.	Кухонное оборудование: - подносы - чайники (электрический, заварочный) - салатницы - столовые приборы (вилки, ножи, ложки) - тарелки глубокие, мелкие, закусочные - сервизы (чайный, столовый) - терка - доски разделочные - наборы кухонных ножей - лопаточки для блинов - наборы сервировочные (солонка, горчица, перечница)	1 1 4 5 5 1 2 3 6  1 1 набор	
4.	Скатерть	пополняется	
5.	Салфетки (бумажные)	пополняется	
6.	Механические бытовые приборы: - венчик	1	

7.	Электрические бытовые приборы: - блендер - тостер - микроволновая печь - пылесос - мультиварка - блинница	1 1 1 1 1 1	
8.	Средства по уходу за посудой, губки	Пополняется	
9.	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняется	
<b>«Культура поведения»</b>			
1	Литература по этикету	Пополняются	
2	Свод правил поведения в школе, транспорте, общественных местах	Пополняются	
3	Иллюстрации по правилам поведения	Пополняется	
4	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняются	
<b>«Жилище»</b>			
1	Теле-, радиоаппаратура	1	
2	Моющие и чистящие средства	пополняется	
3	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняется	
<b>«Транспорт»</b>			
1	Карты	Пополняются	
2	Иллюстрации с изображением наземного, воздушного, водного транспорта	Пополняются	
3	Правила пользования общественным транспортом	Пополняются	
4	Правила дорожного движения	пополняется	
5	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняются	
<b>«Торговля»</b>		1	

1	Предметы - образцы продуктовых товаров, круп, косметических средств	Пополняются	
2	Наборы карточек с названием магазинов, отделов, работников.	Пополняются	
3	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняются	
<b>«Средства связи»</b>			
1	Телефонные аппараты	3	
2	Телефонные справочники	1	
3	Бланки почтовых и телеграфных отправлений	Пополняются	
4	Бланки извещений	Пополняются	
5	Наборы знаков почтовых отправлений (конверты, открытки, почтовые карточки)	Пополняются	
6	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняются	
7.	Образцы заявлений, бланков учреждений	Пополняются	
8.	Бланки	Пополняются	
9.	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.	Пополняются	
<b>«Медицина»</b>			
1	Предметы - образцы перевязочного материала и средств первой помощи		

2	Наборы карточек с названием медицинских профессий;		
3	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.		
<b>«Учреждения и организации»</b>			
1	Наборы карточек с названием учреждений и организаций;		
2	Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.		

## ОСНАЩЁННОСТЬ КАБИНЕТА

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Мойка	1
2.	Электроплита	1
3.	Сервант	1
4.	Рабочий стол	1
5.	Стол педагога	1
6.	Ученические столы	5
7.	Стулья ученические	10
8.	Настенная доска	1
9.	Шкаф для методической литературы	2
10.	Кухонная мебель	1
11.	чайник	1
12.	Микроволновая печь	1
13.	Тумба для теле- и радиоаппаратуры	1
14.	Телевизор	1
15.	блендер	1
16.	тостер	1
17.	мультиварка	1
18.	Палас 4*5	1
19.	Холодильник	1
20.	Трельяж	1

### Перечень учебно-методического обеспечения:

Компьютер, демонстрационные материалы.

Раздаточный материал: (карточки-задания, теоретический материал, диагностические методики). Опорные конспекты, книжный фонд, периодические издания, рабочая программа.

## Список использованной литературы

1. Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М., 2012. Бейкер Б., Брайтман А. Обучение детей бытовым навыкам: Путь к независимости /Пер, и ред. А. Битова. Обнинск, 2013.
2. Выготский Л.С. Проблемы дефектологии. М., 2011.
3. Выготский Л.С. Проблемы умственной отсталости. М., 2012.
4. Тин А.А. Приемы педагогической техники. 4-е изд. М., 2012. Государственный стандарт общего образования лиц с ограниченными возможностями
5. здоровья (проект). М., 2013.
6. Дементьева Н.Ф., Шатанова Е.Ю. Характеристика обучения умственно отсталых людей, находящихся в психоневрологических домах-интернатах//Дефектология. М., 2013. № 3.
7. Дементьева Н.Ф. Роль семьи в воспитании и обучение детей с особыми нуждами. М., 2011.  
Дульнев Г.М. Учебно-воспитательная работа во вспомогательной школе. М., 1967.
8. Забрамная С.Д. Методические указания к психолого-педагогическому изучению детей имбецилов. М., 2013.
9. Занков Л.В. Вопросы психологии обучающихся вспомогательной школы. М.,1954. Иванов Е.С, Исаев Д.Н. Что такое умственная отсталость: Руководство для родителей. СПб., 2000.Коррекционно-образовательная программа для детей с выраженными интеллектуальными нарушениями. СПб., 2013.
10. Кристен У. Поддерживающая коммуникация / Пер. с нем. // Обучение и развитие детей и подростков с глубокими умственными и множественными нарушениями. Псков, 2012.
11. Лурия А.Р. Умственно отсталый ребенок. М., 2012.
12. Маллер А.Р. Ребенок с ограниченными возможностями: Книга для родителей. М., 2012.
13. Маллер А.Р. Социально-трудовая адаптация глубоко умственно отсталых детей. М., 2013.
14. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2011.
15. Восстановительная терапия и социально-трудовая адаптация. Л., 2013.

## Литература, рекомендуемая для подготовки педагога к занятиям.

1. Агранович-Пономарева Е.С, Аладова Н.И. Наша квартира: конструктивные приемы обустройства удобного и красивого жилища. М.; Минск, 2012.
2. Астафьев В.И., Черданцева А.Ф. Советы по домоводству. Минск, 2011. Борисова М. Моя первая кулинарная книга. СПб., 2012. Ваша квартира от А до Я:
3. Энциклопедия домашнего хозяйства. М.; Минск, 2012. Виноградова И., Кокорев Р., Колосова М. и др. Основы потребительских знаний: Учебник для старших классов общеобразовательных учреждений / Под ред. П. Крючковой. М., 2001.
4. Дерюгина М. П. Ребенок: Воспитание и уход. М.; Минск, 2001. Ермакова В.И. Основы кулинарии: Учебник для 8-11 классов. М., 2012.
5. Зайцев Г. Уроки Айболита: Пособие для детей 5-8 лет. СПб., 2013.
6. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра: Пособие для детей 5-8 лет. СПб., 2013.
7. Замыцкова О.И. Делопроизводство: Учебник для колледжей. Ростов на Дону, 2011. Ишук В.В., Нагибина М.И. Домашние праздники. Ярославль, 2012
8. Кияткина О. И. Этикет и сервировка стола. М.; Минск, 2012.
9. Коробковский Г.В., Смирнов Г.Л. Экономика домашнего хозяйства. Л., 2012

10. Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых: Учебное пособие. М., 2011.
11. Маслов А.Г., Марков В.В., Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 6 класса. М., 2011.
12. Симоненко В.Д., Шелепина О.И. Семейная экономика: Учебное пособие для 7-8 классов. М., 2012
13. Снегирева А. Между нами, девочками: Энциклопедия для девочек. М., 2013.
14. Старикова Е.В., Корчагина Г.А. Кулинарные работы и обработка тканей:
15. Дидактический материал по трудовому обучению: 5 класс: Книга для учителя. М., 2013.
16. Топорков И.К. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 5-6 классов. М., 2012.
17. Усачев А.А., Березин А.И. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 2 класса. М., 2012.
18. Форштат М.Л. Учись быть пешеходом: Учебное пособие по ПДД для 5 класса. М., 2012.
19. Чумаков Б.Н. Валеология: Курс лекций. М., 2012.  
Янкелевич Е.И. Осанка – красивая, походка – легкая. М., 2011.

#### **Нормативные документы:**

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. (в ред. Федеральных законов от 04.06.2014 г. №145, от 31.12.2014 г. №519);  
Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 г. N 1599  
Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН ОВЗ 2.4.2.3286 -15 от 10 июля 2015г № 26.