

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

УПОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

/Гуз Н. А./

«30» августа 2018 г.



«И подтверждаю»

Директор МАКОУ Упоровская СОШ

/Медведева Г. П./

Приказ № 120-од от «30» августа 2018 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Социально-бытовая ориентировка» в 7 классе (обучение на дому)
(для обучающихся с лёгкой степенью умственной отсталости)
на 2018– 2019 учебный год.

Учитель: Соп Светлана Николаевна

2018 г

Данная рабочая программа по СБО для 7 класса разработана на основании базовой программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. М: ВЛАДОС 2001г.

1. Воронкова В.В. Программа специальных (коррекционных) учреждений VIII вида. - М: Просвещение, 2001.

2. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. - М.: Просвещение, 2005.

3. В.В. Гладкая. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, М., 2003г.

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. и соответствует 1 базисному плану специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся воспитанников с отклонениями в развитии, утвержденного приказом МО РФ от 10.04.2002г, №29/2065-п. Рабочая учебная программа по биологии предназначена для учащихся старшего этапа общего образования учащихся с легкой степенью умственной отсталости (7 класс) по курсу специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида.

Учебный план МАОУ Уповорская СОШ. №60 од от 01.06.2018г., №120/1 од от 30.08.2018г.

Рабочая программа рассчитана на 17 часов в год, по 0,5 часа в неделю.

В рабочую программу внесено изменение по учебному плану надомного обучения: уменьшено количество часов до 0,5 часа в неделю, 17 часов в год. Единая концепция специального Федерального государственного стандарта для детей с ОВЗ является основой структуры данной образовательной программы.

Раздел 1

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 7 классе

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: -в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы 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 универсальных учебных действий* — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

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

Учащиеся, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, - в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности

При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

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.

Цели и задачи изучения предмета в школе

Цель: Расширение социального пространства детей с умственной отсталостью на основе реализации программы «Социально-бытовая ориентировка».

Задачи:

-формирование знаний и умений, способствующих их социальной адаптации, повышению уровня общего развития.

-коррекция речемыслительной деятельности путем вовлечения в сюжетно- ролевые игры, познавательные экскурсии. -Воспитание положительных качеств личности.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений и возможностей. Материал программы расположен, по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

«Питание» — один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: **расширение кругозора** детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов 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; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Раздел 2

Содержание учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 7 классе

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.

Обучающиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам.
- в меру пользоваться косметикой.

Одежда и обувь.

Обучающиеся должны знать:

- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность глажения изделий;
- виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение;
- виды оказываемых ими услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

Обучающиеся должны уметь:

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- гладить блузки, рубашки, платья.

Питание.

Обучающиеся должны знать:

- виды теста;
- способы приготовления изделий из теста;
- способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.

Обучающиеся должны уметь:

- приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье;
- нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;
- заготовит ягоды без тепловой обработки;
- записать рецепт соления, варенья, консервирования.

Семья.

Обучающиеся должны знать:

- правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки, купания;
- правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;
- санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.

Обучающиеся должны уметь:

- купать, одевать, пеленать куклу;
- кормить куклу из соски и с ложки;
- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей.

Обучающиеся должны уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома;

- выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.

Жилище.

Обучающиеся должны знать:

- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны;
- моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.

Обучающиеся должны уметь:

- мыть кафельные стены, чистить раковины;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым
- при уборке кухни санузла, ванны.

Транспорт.

Обучающиеся должны знать:

- основные автобусные маршруты;
- основные маршруты водного транспорта;
- правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- покупать билет;
- обращаться за справкой;
- выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- рынок, его виды;
- основные отличия его от магазина;
- правила поведения на рынке;
- права покупателя на рынке;
- цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары

Обучающиеся должны уметь:

- выбрать месторасположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.),
- количества, цены.

Средства связи.

Обучающиеся должны знать:

- виды телефонной связи;
- правила пользования ими, телефонным справочником;
- номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа;
- периодичность оплаты телефона;
- виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью;
- тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния;
- оплата за телефон;
- порядок заказа междугороднего разговора по адресу;
- правила культурного краткого разговора.

Обучающиеся должны уметь:

- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- узнать время;
- получить по телефону справку;
- культурно разговаривать по телефону.

Медицинская помощь.

Обучающиеся должны знать:

- меры по предупреждению несчастных случаев в быту;
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;
- приемы оказания помощи спасенному из водоема.

Обучающиеся должны уметь:

- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;
- оказать первую помощь утопающему.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся должны знать:

- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;
- адрес местной префектуры;

-отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи.

Обучающиеся должны уметь:

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.

Экономика домашнего хозяйства.

Обучающиеся должны знать:

- составные части бюджета семьи и их размер;
- основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.;
- стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);
- правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);
- виды и цели сбережений:

Обучающиеся должны уметь:

- подсчитать бюджет семьи;
- составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.;
- подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;
- снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции;
- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;
- соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в Сбербанк

Учебно-тематический план по СБО

№ п/п	Наименование раздела	Часы Учебного времени
1.	Личная гигиена	1
2.	Одежда и обувь	2
3.	Культура поведения	3
4.	Жилище	1
5.	Транспорт	2
6.	Питание	5
7.	Торговля	1
8.	Семья	2

Раздел 3
Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы
учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка»
7 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во час.	Цели и задачи урока	Виды деятельности	Дата по плану	Дата по факту
Личная гигиена-1						
1.	Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств	1	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья. Практические работы Упражнение в протирании кожи лица косметическими средствами, использование масок. Врач-косметолог, маска, косметическая процедура, педикюр, маникюр, заусенцы.	Рассказ, работа с рисунками	Сентябрь 1 неделя	
Одежда и обувь 2						
2	Особенности ухода за одеждой, изготовленных из синтетических и шерстяных тканей.	1	Особенности ухода за одеждой, изготовленных из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Химчистка – правила пользования. Практические работы Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Стирать вручную в теплой воде. Гладить теплым утюгом. Полиамид, эластан, вискоза, лайкра.	Просмотр видео	Сентябрь 3 неделя	
3	Правила стирки изделий из натуральных волокон.	1	Познакомить с правилами стирки льна, хлопка, шерсти, шёлка. Температура стирки - 40-60	Работа с текстом	Октябрь 1 неделя	
Культура поведения 3						
4	Культура общения юноши и девушки	1	Познакомить с правилами общения с девушками. Независимость, честь, женственность, грубость, пошлость.	Составление рассказа	Октябрь 3 неделя	

5	Значение тона разговора в установлении межличностного контакта	1	Чувство такта, толерантность.	Беседа	Ноябрь 1 неделя	
6	Сюжетная игра «Встреча молодых людей»	1		Сюжетная игра	Ноябрь 3 неделя	
Жилище-1						
7	Правила и периодичность уборки кухни, санузла: ванна, унитаз, раковина. Моющие средства и приспособления	1	Учить пользоваться дезинфицирующими гелями, чистящими порошками, известковым налётом	Работа с рисунками	Декабрь 1 неделя	
Транспорт -2						
8	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Маршруты автобусов расписание.	1	Познакомить с видами автотранспорта. Автотранспорт. Автовокзал. Расписание Предварительный билет.	Просмотр видео	Декабрь 3 неделя	
9.	Порядок приобретение билетов. Экскурсия на автовокзал.	1	Учить приобретать билет.	экскурсия	Январь 3 неделя	
Питание -5						
10.	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Кухонные механические приспособления и электрооборудование и правила безопасности с ними	1	Познакомить с правилами приготовления пищи. Рацион. Витамины. Продукты растительного и животного происхождения. Познакомить с кухонными приборами. Микроволновка. Мультиварка. Мясорубка, овощерезка, миксер.	Составление схемы	Февраль 1 неделя	
11.	Виды теста. Способы и последовательность приготовления	1	Познакомить с видами теста. Пресное тесто, дрожжевое, песочное.	Просмотр видео	Февраль 3неделя	
12.	Заготовка продуктов (соленья, варенья и т.д.) Запись рецептов для консервирования.	1	Познакомить с приготовлением продуктов домашнего консервирования.	Работа с рисунками	Март 1 неделя	
13	Бутерброды. Приготовление бутербродов.	1	Практическая работа.	Практическая работа	Март 3 неделя	
14.	Виды круп. Приготовление блюд из круп. Отваривание яиц.	1	Познакомить с различными видами круп.	Рассказ по картинкам	Апрель 1 неделя	

Торговля- 1						
15.	Рынки. Виды рынков	1	Познакомить с различными видами рынков.Крытые, вещевые, продуктовые.	Работа с таблицей	Апрель 3 неделя	
	Семья-2					
16	Семья, родственные отношение в семье. Составление родового древа. Практическая работа.	1	Познакомить с родственными связями. Родственные отношения. Семья. Родовое древо.	Составление генеалогического древа	Май 1 неделя	
17	Бюджет семьи. Виды источников дохода. Условия и порядок их получения	1	Познакомить с понятиями бюджет, доход. Бюджет, доход.	Составление бюджета	Май 3 неделя	