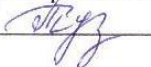


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

УПОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 /Туз Н. А./

«30» августа 2018 г.



«И подтверждаю»

Директор МАОУ «Уповорская СОШ»

/Медведева Г. П./

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

АДАптированная рабочая программа
по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» в 8 «г» классе
(обучение на дому)
(для обучающихся с лёгкой степенью умственной отсталости)
на 2018– 2019 учебный год.

Учитель: Соп Светлана Николаевна

2018 г

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- ФГОС основного общего образования (Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010г, № 1897)
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В. Воронковой, -М: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2010г.
- Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных /коррекционных/ общеобразовательных учреждений 8 вида. Москва, 2003.
- Девяткова Т.А. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных /коррекционных/ учреждениях 8 3. вида. Москва, 2003.
- Учебного плана МАОУ Уповоровской СОШ на 2017-2018 учебный год, приказ № 60 од от 1 июня 2018 г., приказ №120 од от 30.08.2018г.)

Программа 8 класса рассчитана на 17 часа в год, 0,5 часа в неделю, но уроки будут проводиться каждую неделю с продолжительностью 20 минут.

Раздел 1

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 8 классе

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 развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизированно 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.

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.

«Питание» — один из важнейших разделов, который решает очень важные *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 определять 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.

В результате обучения учащиеся овладеют:

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;

— шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;

— заготовить ягоды без тепловой обработки;

— записать рецепт соленья, варенья, консервирования.

Семья.

Обучающиеся должны знать:

— правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, 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 ложечки;
- 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, прическу, 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.

Раздел 2

Содержание учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 8 классе

Тема	Часы
Водное занятие	0,5
Личная гигиена.	1
Одежда и обувь.	1,5
Питание.	1,5
Семья	2
Культура поведения.	1
Торговля	1,5

Жилище.	1,5
Транспорт.	1
Средства связи.	1
Медицинская помощь.	1,5
Учреждения, организации, предприятия.	1
Экономика домашнего хозяйства.	2
Всего:	17

Раздел 3

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

8 класс

(0,5 час в неделю, 17 часов в год)

№ п/п	№ в теме	Тема урока	Цели урока	Домашнее задание	виды деятельно сти	Дата урока	Срок проведения
Вводное занятие – 0,5 часа							
1	1	Вводное занятие	Уточнить и обобщить правила по ТБ	Повторить правила по ТБ	беседа	1 неделя	
Личная гигиена – 1 часа							
	1	Правила ухода за кожей лица.	Формировать представление о значении косметики. Учить распознавать тип кожи и правилам ухода за кожей лица. Учить пользоваться косметическими средствами.	Уметь ухаживать за кожей лица и волосами.	работа с рисунками	2 неделя	
2	2	Значение здоровья для жизни	Формировать представление о	Соблюдать личную	просмотр видео	3 неделя	

		человека.	значении здоровья. Учить средствам и способам сбережения его – воспитание воли, целеустремлённости, доброты, отзывчивости. И других положительных качеств.	гигиену, бережно относиться к своему здоровью			
Одежда и обувь – 1,5 часа							
	1	Ухода за одеждой из разной ткани. Стирка изделий в домашних условиях	Дать представление по правилам ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Дать	Повторить правила ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей	рассказ, беседа	4 неделя	
			представление о стирке изделий в домашних условиях				
3	2	Правила утюжки рубашек, платков.	Дать представление о правилах утюжки рубашек, платков	Повторить условные обозначения для утюжки Утюжка своих рубашек	работа со схемой	5 неделя	
	3	Обобщение темы «Одежда и обувь»	Повторение изученных тем. Тестирование.	Повторить темы уроков	выполнение теста	6 неделя	
Питание – 1,5 часа							
4	1	Гигиена питания человека Витамины в жизни человека	Повторить и закрепить санитарно-гигиенические правила приготовления пищи. Закрепить значение витаминов в жизни человека	Повторить санитарно-гигиенические правила приготовления пищи. Повторить значение витаминов для жизни человека.	просмотр видео	7 неделя	
	2	Тесто, виды и назначение. Правила приготовления блинов.	Дать понятие о тесте. Виды теста. Сформировать правила приготовления блинов. Учить заводить тесто и готовить блины.	Повторить виды теста. Повторить правила приготовления блинов. Приготовить дома блины	рассказ по рисунку	8 неделя	
5	3	Нарезка зелени и фруктов для сушки Соление овощей.	Закрепить способы нарезки зелени, овощей, фруктов для сушки. Закрепить	Закрепить способы нарезки зелени, овощей,		9 неделя	

		Заготовка продуктов впрок.	способы заготовки продуктов впрок.	фруктов для сушки. Закрепить способы заготовки продуктов впрок.	просмотр презентации		
Семья – 2 часа							
	1	Грудной ребенок в семье.	Формировать правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления.	Правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления.	просмотр видео	10 неделя	
6	2	Купание, одевание грудного ребенка.	Формировать правильность и последовательность в купании, одевании грудного ребенка и пеленании грудного ребенка. Умение пеленать и убирать постель	Повторить последовательность в купании, одевании грудного ребенка. Повторить правила и последовательность в пеленании грудного ребенка.	просмотр видео	11 неделя	
	3	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	Учить практически применять знания по уходу за грудным ребенком. Учить санитарно-гигиеническим требованиям к содержанию детской постели, посуды, игрушек.	Повторить упражнения в купании, одевании, пеленании куклы. Повторить санитарно-гигиеническим требованиям к содержанию детской постели, посуды, игрушек	работа с таблицей	12 неделя	
7	4	Практическая работа. Мытьё детской посуды, игрушек.	Обобщение зун по темам.	Повторить мытьё детской посуды, игрушек.	практическая работа	13 неделя	

Транспорт – 1 часа						
	1	Междугородный автотранспорт, автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты.	Дать представление об основных автобусных маршрутах. Учить пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет. Выполнять правила безопасности при поездке на автобусе.	Уметь пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет.	просмотр видео	14 неделя
8	2	Значение водного транспорта (речного, морского). Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты.	Дать представление о водном транспорте, о правилах безопасной поездки на водном транспорте.	Повторить правила безопасной поездки на водном транспорте.	просмотр видео	15 неделя
Культура поведения – 1,5 часа						
	1	Культура общения юноши и девушки. Сюжетная игра «Встреча молодых людей».	Учить правилам поведения юноши и девушки при знакомстве. Культурно и вежливо вести себя при знакомстве и общении. Учить правилам поведения при встрече и уметь выполнять их.	Повторить правила поведения юноши и девушки при знакомстве. Помнить правила поведения при встрече и уметь выполнять их.	сюжетная игра	16 неделя
9	2	Внешний вид молодых людей	Сформировать представление к требованиям внешнего вида молодых людей. Учить выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду	Уметь выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду	беседа	17 неделя
	3	Обобщение тем по разделу «Культура поведения».	Обобщение пройденных тем	Выполнить тест	выполнение теста	18 неделя
Жилище – 1,5 часа						
10	1	Уборка кухни, санузла, ванны.	Формировать представление о	Повторить правила и		19 неделя

			правилах и периодичности уборки кухни, санузла, ванны.	периодичность уборки кухни, санузла, ванны.	рассказ, беседа			
	2	Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла и ванны.	Учить распознавать моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла и ванны. Учить санитарно-гигиеническим требованиям и правилам техники безопасности при уборке кухни и санузла.	Уметь пользоваться моющими средствами	рассказ беседа	20 неделя		
11	3	Мытьё кафельных стен, чистка раковин и ванны. Практическая работа.	Практически применять знания для мытья кафельных стен, чистки раковины и ванны. Учить пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла.	Чистка раковин и ванны в домашних условиях	практическая работа	21 неделя		
Торговля – 1 часа								
	1	Рынки. Виды рынков.	Формировать знания о рынках, его видах. Формировать представление о правах покупателей на рынке, о ценах на основные товары. Учить выбирать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус), количества, цены.	Подготовить сообщение о видах рынков Описать сельские рынки	составление схемы	22 неделя		
12	2	Экскурсия в магазин. Вежливое обращение к продавцу.	Учить вежливо обращаться к продавцу. Обобщение пройденных тем.	Самостоятельно посетить магазин и поговорить с продавцом. Повторить темы уроков	экскурсия	23 неделя		

Средства связи – 1 часа						
	1	Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником.	Формировать знания о видах телефонной связи. Учить правилам пользования телефонным справочником.	Уметь пользоваться телефонами. Уметь пользоваться телефонным справочником. Сюжетно-ролевая игра: «Телефонная справочная служба».	сюжетно-ролевая игра	24 неделя
13	2	Культура разговора по телефону.	Закрепить номера срочных вызовов. Учить кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова. Учить узнавать время и получать справки по телефону.	Написать список телефонов аварийных служб	практическая работа	25 неделя
Медицинская помощь – 1,5 часа						
	1	Первая помощь при несчастном случае (ожог, солнечный удар, обморожение).	Сформировать знания о мерах по предупреждению несчастных случаев в быту.	Уметь оказывать первую помощь при ожоге, солнечном ударе, обморожении	просмотр видео	26 неделя
14	2	Первая помощь при несчастном случае (отравление).	Сформировать знания по мерам предупреждения несчастных случаев в быту. Учить правилам и приемам оказания первой помощи утопающему.	Уметь оказывать первую помощь при отравлении. Уметь оказывать первую помощь утопающему.	просмотр видео	27 неделя
	3	Сюжетная игра – оказание помощи при несчастном	Учить оказывать помощь при несчастном случае.	Уметь оказывать первую помощь при наложении	сюжетная игра	28 неделя

		случае.		повязки на руку, ногу, голову			
Учреждения, организация и предприятия – 1 часа							
15	1	Госучреждения: департамент, муниципалитет, префектура. Их назначение.	Сформировать представление о префектуре, муниципалитете и их назначении.	Перечислить госучреждения в Упорово	работа со схемой	29 неделя	
	2	Полиция. Её назначение.	Обобщить и закрепить знания детей о полиции и её функции.	Перечислить должности в полиции	работа с таблицей	30 неделя	
Экономика домашнего хозяйства – 2 часов							
16	1	Источники дохода Основные статьи расходов.	Формировать представления о составных частях бюджета и его размера. Научить определять основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы на электроэнергию, газ, телефон, планировать расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.	Перечислить источники дохода семьи Уметь определять основные статьи расходов в семье. Спланировать расходы семьи на месяц	составление схемы расходов	31 неделя	
	2	Планирование расходов на приобретение вещей длительного пользования.	Учить планировать расходы на крупные покупки. Сформировать представление о правилах экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами).	Составить список крупных покупок за месяц. Написать несколько правил экономии семейного бюджета.	практическая работа	32 неделя	
17	3	Сбережения. Цель	Дать понятие о видах и целях	Повторить тему урока	работа с презентацией	33 неделя	

		сбережения. Хранение денег в сбербанке. Виды вкладов.	сбережений. Учить соблюдать порядок помещения сбережений в сбербанк.	Подготовить сообщение о видах вкладов.			
4	Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год.	Познакомить из чего может быть подсчитан доход семьи. Учить подчитывать доход семьи. Обобщить зун по темам.	Уметь подчитывать доход семьи Повторить темы уроков	работа с таблицей	34 неделя		