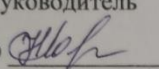
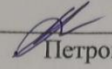




Муниципальное общеобразовательное учреждение
Андреапольская средняя общеобразовательная школа № 3

Рассмотрено на заседании МО Протокол № 1 от «30» 08 2022г. Руководитель МО 	Принято на заседании методического совета Протокол № 1 от «30» 08 2022г. Заместитель директора по УВР  Петрова И.В.	«Утверждаю»  Директор МОУ АСОШ №3  Хаббо Л.А. Приказ № 48 От «01» 09 2022г.
--	--	--

**Адаптированная рабочая программа
по социально-бытовой ориентировке
8 класс**

обучающихся по специальной (коррекционной) программе VIII вида
(1 час в неделю, всего 34 часа)

Составитель:
Пухова Ульяна Александровна
Педагог-психолог

г.Андреаполь
2022-2023 уч.год

Пояснительная записка

Рабочая программа по **СБО (социально-бытовая ориентировка)** для 8 классов составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012).

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования». Примерно-адаптированной, основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью.

- Учебного плана по адаптированным (коррекционным) программам VIII вида МОУ АСОШ №3 на 2022 – 2023 учебный год.

Специальные коррекционные занятия по СБО (социально-бытовой ориентировке) 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.*

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития учащегося, уровня их знаний и умений.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма 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 мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся 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.

Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащегося.

«Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень важные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формировании знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить и т. д.

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; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет соблюдать принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащегося как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Формы и методы реализации программных задач.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно- ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов и др.

По разделам «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» и других целесообразно проводить практические работы, индивидуальные занятия. Это позволит каждому ученику не зависимо от его интеллектуальных и физических возможностей овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя).

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирование умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно- гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

В ряде разделов, например «Личная гигиена», «Бюджет семьи» и др., предусмотрена система упражнений, которые каждый ученик выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у учащегося определённых умений и навыков на основе знаний, полученных как на занятиях по СБО, так и на занятиях по другим предметам.

Беседа на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно- ролевыми играми, различными практическими работами. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний – заключительные беседы.

Сюжетно- ролевые игры проводятся на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы. Игры могут занимать часть урока или как итоговое занятие на урок или два (сдвоенные часы). Такие уроки способствуют закреплению различных знаний – умений и навыков учащихся.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи и др.

Экскурсии могут быть: вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами.

Текущие экскурсии проводятся в ходе изучения и служат для конкретизации и закрепление определённого учебного материала. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определённой теме. В ходе экскурсии могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов).

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью в определённой части занятия можно применять знания и умения, полученные детьми ранее. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Например, на занятиях по приготовлению пищи целесообразно вспомнить правила ухода за кухней и посудой. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятий в связи с изучаемым материалом необходим контроль за полнотой устных ответов, последовательности изложения, умением детей правильно построить фразу, написать текст, обосновать вывод.

Для активизации учащихся и учёта их знаний, умений и навыков целесообразно организовывать соревнования. Итоги подводятся в конце занятия.

Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем определены самостоятельно с учётом возможности детей и от местных условий.

Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.п., изложенные доступным детям языком чётко и лаконично.

Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных случаях ученикам можно получить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателем или дома.

Обоснование часов в учебной программе.

На СБО отводится 34 часа (1 час в неделю). Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обеспечении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведение домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которых 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Планируемые результаты

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

В течение девяти лет обучения в школе учащиеся с интеллектуальной недостаточностью должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда.

Требование к уровню усвоения знаний:

8 класс

Знать: значение косметики для девушки и юноши; правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею; значение здоровья для жизни и деятельности человека; особенности ухода за одеждой; правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; правила и приемы глажения; виды предприятий по химической чистке одежды, их значение; правила подготовки вещей к сдаче в чистку; правила безопасности в использовании стирального порошка; виды оказываемых услуг; виды теста; способы заготовки продуктов; запись рецептов; подбор продуктов; запись рецептов соленья, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод; грудной ребенок в семье; правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания; санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек; правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка; купать, одевать, пеленать куклу; мыть детскую посуду и игрушки; правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах; требования к внешнему виду молодых людей; 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; междугородний автотранспорт, автовокзал; основные автобусные маршруты; стоимость проезда до пункта назначения; основные маршруты водного транспорта; правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта; пункт назначения; время и место отправления, стоимость; виды магазинов; правила поведения в магазине; права покупателя; цены на основные овощи, а также и фрукты, ягоды и промышленные товары; виды телефонной связи; периодичность оплаты телефона; правила пользования ими, телефонным справочником; правила культурного краткого разговора; номера срочных вызовов пожарной службы, полиции (милиции), скорой помощи, службы газа; виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью; тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния; порядок заказа междугороднего разговора по адресу; пмп при несчастном случае; меры по предупреждению несчастных случаев в быту;

куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи; адресат местной префектуры; отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи; составные части бюджета семьи и их размер; основные статьи расходов в семье; стоимость крупных покупок; правила экономии; виды и цели сбережений; соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.

Уметь: правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног; использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; в меру пользоваться косметикой; пользоваться масками из фруктов и овощей; стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; гладить блузки, рубашки, платья; пользоваться порошком; приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье; заготовить ягоды без тепловой обработки; читать рецепты; приготовить овощной салат; нарезать зелень и фрукты для сушки; кормить куклу из соски и с ложечки; содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки; культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах; выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев; убирать кухню, санузел, ванну; пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны; мыть кафельные стены; чистить раковины; пользоваться

расписанием; обращаться за справкой; определять стоимость проезда; приобретать билет; выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта; выбрать месторасположения нужных товаров; выбрать продукцию в соответствии с её качеством количества, цены; сравнивать рыночные цены магазинах на одно и тоже название товара; пользоваться телефонным справочником; культурно разговаривать по телефону; кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; узнать время; получить справку по телефону; оказать первую помощь при ожоге, обморожении; оказать первую помощь утопающему; обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений; посчитать бюджет семьи; составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др; определять сумму доходов семьи; посчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день; планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки; снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции; планировать крупные и дорогостоящие покупки.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№	Название раздела	Кол-во часов
1	Личная гигиена	2 часа
2	Одежда и обувь	4 часа
3	Питание	3 часа
4	Я и моя будущая семья	4 часа
5	Бюджет семьи	3 часа
6	Культура поведения	2 часа
7	Жилище	4 часа
8	Транспорт	2 часа
9	Торговля	2 часа
10	Средства связи	2 часа
11	Медицинская помощь	5 часов
12	Итоговое тестирование за год	1 час

Итого: 34 часа

Календарно –тематическое планирование

№	Название раздела, тема урока	Цели и задачи(ученик научится)	Кол-во часов	Дата
Личная гигиена 2 часа				
1	Уход за кожей ,волосами ,ногтями ,за кожей лица.	Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног. Использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам. Мера использования косметики	1 час	
2	Рецепты для умывания. Как избавиться от неприятного запаха ,угрей. Влияние солнца на кожу лица.		1 час	
Одежда и обувь 4 часа				
3	Уход за одеждой.	Ознакомится с правилами стирки и сушки одежды из синтетических и шерстяных тканей. Правила и последовательность утюжки изделий. Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей. Утюжить блузки, рубашки, платья.	1 час	
4	Хлопок и шерсть.		1 час	
5	Лен и шелк.		1 час	
6	Трикотаж .Правила глажения белья.		1 час	
Питание 3 часа				
7	Консервирование фруктов и ягод	Знать: способы заготовки продуктов. Уметь: читать рецепты. Знать: запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	1 час	
8	Варенье. Варенье из яблок.		1 час	
9	Варенье из овощей: тыквы ,кабачков ,моркови.		1 час	
Я и моя будущая семья 4 часа				
10	Уход за грудным ребёнком.	Знать: правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормление ребенка из соски и с ложечки. Уметь: кормить куклу из соски и с ложечки. содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки. купать, одевать, пеленать куклу.	1 час	
11	Особенности развития новорождённого .Измерение температуры грудного ребенка.		1 час	
12	Купание ,одевание ребёнка. Прогулка и игрушки.		1 час	
13	Распределение обязанностей в семье. Федул и Маланья (русская народная сказка)		1 час	
Бюджет семьи 3 часа				
14	Семейный бюджет .Доходы семьи.	Подсчитать бюджет семьи. Снимать показания и подсчитывать стоимость. Заполнять	1 час	
15	Основные статьи текущих расходов .планирование расходов.		1 час	

		квитанции. Подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, неделю, день.		
16	Сбережения .Цель сбережений.		1 час	
Культура поведения 2 часа				
17	Внешний вид юноши.	Культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах (в кино, на танцах и т.д.), дома. Выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения дискотеки.	1 час	
18	Как вести себя на дискотеке.		1 час	
Жилище 4 часа				
19	Санитарно-гигиенические требования для кухни, санузла, ванны,	Знать: санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Мыть кафельные стены, чистить раковины. Пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам при уборке кухни, санузла, ванны.	1 час	
20	Мытье кафельной плитки.		1 час	
21	Ванны, раковины .унитазы.		1 час	
22	Бытовая химия в вашем доме.		1 час	
Транспорт 2 часа				
23	Междугородный автотранспорт.	Знать: междугородний автотранспорт, автовокзал. Уметь: пользоваться расписанием; обращаться за справкой.	1 час	
24	Автовокзал.		1 час	
Торговля 2 часа				
25	Специализированные магазины.	Правила поведения в магазине. Права покупателя. Цены на основные овощи: картофель, капуста, морковь и т.д. , а также фрукты, ягоды и промышленные товары.	1 час	
26	Правила поведения в магазине.		1 час	
Средства связи 2 часа				
27	Виды телефонной связи.	Виды телефонной связи.	1 час	
28	Правила пользования	Правила пользования	1 час	

	телефонным справочником .культура разговора по телефону.	телефонным справочником. Номера срочных вызовов.(01, 02, 03, 04, 09). Периодичность оплаты за телефон. Виды междугородней связи. Кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова. Получать по телефону справку. Культура разговора по телефону.		
Медицинская помощь 5 часов				
29	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, отравлении, тепловом т солнечном ударе, помощь утопающему. Знать: меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Правила и приемы оказания первой помощи.	1 час	
30	Первая помощь при несчастных случаях.		1 час	
31	Первая помощь при солнечных и тепловых ударах.		1 час	
32	Первая помощь при ожогах и обморожениях.		1 час	
33	Доврачебная помощь при отравлениях.		1 час	
34	Итоговое тестирование за год			1 час

Итого : 34 часа

Учебно-методический комплект:

8 класс, В.П. Субчева . «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2013. -78 с. : ил.- (Коррекционная педагогика).

Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2008. - 192 с. - (Коррекционная школа).

Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. -М.: АРКТИ, 2009. - 79 с. (Методическая библиотека).