

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Лиховская средняя общеобразовательная школа


Рассмотрена
на заседании
протокол № 1
от 26.08 2020 г.
рук. ШМО

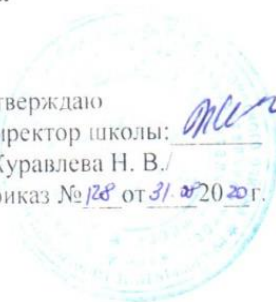


Согласовано
с МС
27.08 2020 г.
Председатель МС



Принята
педагогическим Советом
протокол № 1 от 28.08 2020 г.

Утверждаю
Директор школы: 
/Журавлева Н. В./
приказ № 128 от 31.08 2020 г.



Адаптированная рабочая программа

по социально-бытовой ориентировке

классе 7

количество часов в год – 32, в неделю – 1

Составитель: Колесникова С.А.

х. Лихой
2020 – 2021 учебный год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа социально-бытовой ориентировке по составлена на основе адаптированной основной образовательной программы общего образования МБОУ Лиховской СОШ, учебного плана индивидуального обучения на дому на 2020-2021 учебный год по адаптированной основной общеобразовательной программе для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), авторской программы С.А.Казаковой, В.В. Воронковой, включенной в сборник «Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида» под редакцией Воронковой В.В. (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 8-е издание, Москва, «Владос», 2012 год.); учебно-методических материалов и учебников: Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида Субчева В.П.; Гуманитарный издательский центр «Владос»; Москва 2017

В соответствии с учебным планом программа рассчитана на 1 час в неделю, 35 недель в год.

В соответствии с годовым календарным графиком и расписанием занятий в МБОУ Лиховской СОШ на 2020-2021 учебный год рабочая программа реализуется за 32 часа и обеспечит рациональное распределение учебного материала.

Настоящая адаптированная рабочая программа адресована обучающейся 7 класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена с учетом рекомендаций ПМПК Красносулинского района (заключение ПМПК: №148 протокола от 23 мая 2018г)

Форма получения образования – обучение на дому (очно-заочная)

Срок реализации программы 1 год

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ

В 2020 - 2021 учебном году в 7 классе обучается по адаптированной основной общеобразовательной программе (по адаптированной образовательной программе) для детей с умственной отсталостью (интеллектуальным нарушением):

Основание: Заключение ПМПК № 148 от 23.05.2018г Форма получения образования – индивидуальное обучение на дому

Основные направления коррекционной работы при реализации учебной программы

Выбор индивидуального темпа обучения

- Формирование учебной мотивации
- Стимуляция познавательных процессов
- Гармонизация психоэмоционального состояния
- Формирование навыков самоконтроля
- Повышение уверенности в себе
- Развитие внимания и памяти
- Уточнение и обогащение словарного запаса путем расширения и

закрепления непосредственных впечатлений об окружающем мире;

- Формирование навыков учебной работы;

1. Формирование учебной мотивации
2. Стимуляция познавательных процессов
3. Гармонизация психоэмоционального состояния
4. Формирование навыков самоконтроля
5. Повышение уверенности в себе
6. Формирование продуктивных взаимоотношений с окружающими
7. Повышение социального статуса ребёнка в коллективе
8. Широкое использование алгоритмов деятельности по решению задач

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные универсальные учебные действия

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)

Учащиеся получат возможность для формирования:

Личная гигиена.

- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.
- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам.
- в меру пользоваться косметикой.

Одежда и обувь.

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

Питание.

Обучающиеся научатся:

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

Получит возможность научиться

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

Семья.

Обучающиеся научатся:

- 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.

Получит возможность научиться

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

Культура поведения.

Обучающиеся научатся:

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

Получит возможность научиться

-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 научатся:

-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.

Получит возможность научиться

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

Транспорт.

Обучающиеся научатся:

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

Получит возможность научиться

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

Торговля.

Обучающиеся научатся:

-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

Получит возможность научиться

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

Средства связи.

Обучающиеся научатся:

-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.

Получит возможность научиться

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

Медицинская помощь.

Обучающиеся научатся:

- 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.

Получит возможность научиться

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

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся научатся:

- 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.

Получит возможность научиться

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

Экономика домашнего хозяйства.

Обучающиеся научатся:

- 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:

Получит возможность научиться

- 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;

Виды учебной деятельности при изучении СБО

разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ образцов изделий, анализ и синтез..

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

Содержание учебного курса

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.
«Одежда и обувь»	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат, использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.
«Культура поведения»	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
«Питание»	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов, порядок сдачи и получения его.
«Торговля»	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
«Медицинская помощь»	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

№	Наименование раздела	Количество часов
I четверть – 9 часов		
1	Раздел: «Личная гигиена»	3
2	Раздел: «Одежда и обувь»	4
3	Раздел: «Культура поведения»	2
II четверть – 7 часов		
4	Раздел: «Питание»	7
III четверть- 10 часов		
5	Раздел: «Семья»	1
6	Раздел: «Жилище»	3
7	Раздел: «Транспорт»	3
8	Раздел: «Торговля»	3
IV четверть – 6 часов		
9	Раздел: «Средства связи»	2
10	Раздел: «Медицина»	4
Итого:		32 часа

Вид контроля, измерители» (индивидуальное, фронтальное, групповое оценивание):

- o Т – тест
- o СП – самопроверка
- o ВП – взаимопроверка
- o СР – самостоятельная работа
- o РК – работа по карточкам
- o КР – контрольная работа
- o ЛР – лабораторная работа
- o УО – устный опрос

Календарно-тематическое планирование учебного предмета СБО

№ урока п/п	Наименование разделов и тем	Кол- во часо в	Тип урока	Виды контрол я	Основные виды деятельности	Дата проведе ния урока по плану	Дата провед ения урока фактич есого
Раздел I: ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА - 3 ч							
1	Вводное занятие. Особенности личной гигиены в жизни подростка	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Беседа, объяснения учителя	07.09	
2	Правила и приемы со-хранения чистоты и здоровья тела Особенности ухода за кожей лица, волосами	1	ОНМ,	РК, УО	Беседа практическая работа	14.09	
3	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос	1	ОНМ, ЗИ	РК, УО	Тесты, промотор кинофильма о вреде наркотиков и токсических веществ	21.09	
Раздел II: ОДЕЖДА И ОБУВЬ – 4ч.							
4	Значение продления срока служения одежды. Виды штопки, наложение заплат.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Самостоятельная работа с учебником. Практическая работа	28.09	
5	Правила и приёмы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Объяснение упражнения Практическая работа.	05.10	
6	Использование бытовой техники при стирки белья из хлопчатобумажной тканей, стирка изделий из шёлка в ручную..	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Ролевая игра. Ответы на вопросы	12.10	
7	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Текущий контроль за действиями учащихся.	19.10	
Раздел III: КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ – 2 ч							
8	Правила приёма приглашения в гости	1	ОНМ, ЗИ	РК,	Объяснение упражнения	26.10	

	и формы отказа				Практическая работа.		
9	Подготовка к поездке в гости, внешний вид, подарки. Контрольный тест за I четверть	1	ПЗУ	СР	Ролевая игра. Ответы на вопросы	09.11	
РАЗДЕЛ I: «ПИТАНИЕ» (7 ЧАСОВ)							
10	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Ролевая игра. Ответы на вопросы	16.11	
11	Приготовление обеда. Блюда, входящие в меню обеда.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Объяснение учителя Практическая работа.	23.11	
12	Приготовление винегрета.	1	ПЗУ	Т	Объяснение учителя Практическая работа.	30.11	
13	Приготовление супа из рыбных консервов	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Объяснение учителя Практическая работа.	07.12	
14	Сервировка стола к обеду	1	ОНМ, ЗИ	СР	Объяснение учителя Практическая работа.	14.12	
15	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	1	ОНМ, ЗИ	УО	Объяснение учителя Практическая работа.	21.12	
16	Контрольный тест за II четверть	1	ЗИ	Т	Работа по карточкам	28.12	
РАЗДЕЛ I: СЕМЬЯ – 1 ч							
17	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Текущий контроль за действиями учащихся.	11.01	
РАЗДЕЛ II: ЖИЛИЩЕ – 3 ч							
18	1 Значение жилища для человека Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	1	ОНМ	СР, УО	Ролевая игра. Ответы на вопросы	18.01	
19	Подготовка квартиры или дома к зиме, к лету.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Ролевая игра. Ответы на вопросы	25.01	

20	Уход за полом, в зависимости от покрытия.	1	ОНМ, ЗИ	СР, УО	Текущий контроль за действиями учащихся.	01.02	
РАЗДЕЛ III: ТРАНСПОРТ – 3 часа							
21	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	08.02	
22	Виды пассажирских вагонов. Типы поездов (пассажирский, скорый)	1	ПЗУ	Т	Ролевая игра. Ответы на вопросы	15.02	
23	Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	20.02	
РАЗДЕЛ IV: ТОРГОВЛЯ – 3 ч							
24	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Текущий контроль за действиями учащихся.	01.03	
25	Порядок приобретения товаров. Хранение чека или его копии.	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	15.03	
26	Распродажи товаров по сниженным ценам,	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	05.04	
РАЗДЕЛ V. СРЕДСТВА СВЯЗИ - 2ч							
27	Почта	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	12.04	
28	Посылки и бандероли	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ответы на вопросы	19.04	
РАЗДЕЛ VI. МЕДИЦИНА – 4 ч							
29	Первая помощь при порезах, садинах и ушибах	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Текущий контроль за действиями учащихся.	26.04	
30	Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей	1	ОНМ, ЗИ	СР, РК,	Ролевая игра. Ответы на вопросы	17.05	
31	Как измерить температуру тела	1			Ролевая игра. Ответы на вопросы	24.05	

32	Лекарственные растения. Обобщение. Итоговый тест	1			. Ответы на вопросы. Итоговый тест	31.05	
	Итого 32						

В данном документе
Пронумеровано, прошито
И скреплено печатью 9 листа(ов)
Директор школы *Пир (свельник)*
Журавлева Н.В.



