

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Алтанская средняя общеобразовательная школа»

РАСМОТРЕНО на заседании МО начальной школы протокол № <u>1</u> от <u>24.08</u> 2020 г. руководитель МО <u>О.А.Шульгина</u>	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР <u>О.А.Шульгина</u> « <u>01</u> » сентября 2020 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Алтанская СОШ» <u>Е.П.Мозговая</u> « <u>01</u> » сентября 2020г.
---	--	--

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По учебному предмету «Социально-бытовое ориентирование»

для 8 класса

Составитель: учитель начальных классов

Юдина Наталья Анатольевна

с. Алтан

2020 – 2021 учебный год.

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе государственной программы под редакцией Воронковой В. В. 2000 г.; Москва ВЛАДОС и учебным планом МБОУ «Алтанская СОШ» на 2020 – 2021 учебный год.

Количество часов по учебному плану – 1 час в неделю.

Количество часов в год по программе – 34 часа.

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.

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

Цель: формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведение домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, знакомство с организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, а также умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

Задачи преподавания СБО:

- 1) Расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека.
- 2) Формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания.
- 3) Формирование умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты.
- 4) Приготовление блюда, эстетическое оформление, проявление элементов творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшении их.
- 5) Формирование умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком.
- 6) Воспитание личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость, элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии.

- 7) Соблюдение санитарно-гигиенических требований, правил техники безопасной работы.
- 8) Воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи, творческое отношение к домашнему труду.
- 9) Способствование закреплению различных знаний-умений и навыков учащихся (правила поведения, навыки приготовления тех или иных блюд сервировка стола, уборки помещения и т.д.).
- 10) Проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами.
- 11) Расширение и закрепление знаний учащихся о различных почтовых отправлениях.
- 12) Обогащение словарного запаса, используя пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений и навыков, полученных на уроках родного языка.
- 13) Закрепление навыков составления деловых бумаг с учётом разных жизненных ситуаций.
- 14) Развитие обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

На изучение СБО в 8 классе по учебному плану выделено 1 час в неделю.

Всего за учебный год 34 часа.

1. Личная гигиена – 2 часа.
2. Одежда и обувь – 2 часа.
3. Культура поведения – 1 час.
4. Жилище – 1 час.
5. Семья – 2 часа.
6. Транспорт – 1 час.
7. Средства связи – 1 час.
8. Питание – 10 часов.
9. Торговля – 1 час.
10. Медицинская помощь – 3 часа.
11. Учреждения и организации – 1 час.
12. Экономика домашнего хозяйства – 6 часов.
13. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях – 1 час.

Методические приёмы: повышение мотивации, развитие коммуникативных функций через сюжетно-ролевые игры и тренинги, экскурсии, посещение и знакомство с различными

службами занятости, большим количеством специальностей, доступных для выпускников школ 8 вида.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов.

Практические работы.

Личная гигиена.

- упражнение в протирании кожи лица, подбор лосьона, отвара из трав, нанесении крема, пудры, с учётом состояния кожи.
- использование масок из фруктов и овощей.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Одежда и обувь.

- стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей, соблюдая правила безопасности в использовании стирального порошка.
- знакомство с правилами приёма изделий и выдача их с прейскурантом на чистку определённого вида изделий.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Семья.

- упражнения в купании, одевании, пеленании куклы.
- мытьё детской посуды, игрушек.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Учреждения, организации, предприятия.

- знакомство с отделами и их возможностями оказания помощи.

Учащиеся должны знать:

- куда и кому обращаться в случае необходимой помощи.
- отделы по учёту, распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодёжи.

Учащиеся должны уметь:

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

Экономика домашнего хозяйства.

- упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год.
- составление доверенности на получение зарплаты, стипендии, пенсии, за членов семьи.
- упражнения в планировании расходов на месяц, по статьям расходов с выбором наиболее необходимого в данный период: зимой, весной, летом, осенью.
- упражнения в снятии показателей электросчётчика (газового счётчика, счётчика воды, телефонных разговоров).
- расчёт стоимости израсходованной электроэнергии (газа, воды, телефонных разговоров).
- заполнение квитанций на конкретных примерах.
- упражнения в планировании крупных, дорогостоящих покупок (на конкретных примерах).

Учащиеся 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 (учёт реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.)
- виды и цели сбережений.

Учащиеся должны уметь:

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

Культура поведения.

- сюжетная игра «Встреча молодых людей».

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

- культурно и вежливо вести себя в общественных местах (в кино, на танцах и т.д.), дома.
- выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.

Питание.

- чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов.
- приготовление пресного теста, из него лапши и выпечка печенья.
- запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.
- приготовление овощного салата.
- нарезка зелени и фруктов для сушки.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

- приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье.
- шинковать морковь, укроп.
- заготовить ягоды без тепловой обработки.
- запись рецептов солений, варенья, консервирования.

Средства связи.

- сюжетно-ролевая игра «телефонная справочная служба».

Учащиеся 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 учётом времени суток, праздничные дни и дальности расстояния.
- порядок заказа междугороднего разговора по адресу.
- правила культурного краткого разговора.

Учащиеся должны уметь:

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

Жилище.

- мытьё кафельных стен, чистка раковин.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Транспорт.

- выбрать пункт назначения, определить время и место отправления.

- рассчитать стоимость проезда.

Учащиеся должны знать:

- основные автобусные маршруты.
- правила безопасной поездки.

Учащиеся должны уметь:

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

Торговля.

- выявление системы расположения продаваемой продукции, нахождение более низких цен на одноимённую продукцию.
- сравнение рыночных цен и магазинных на одно и то же название товара.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Календарно-тематическое планирование.

№ урока.	Тема урока.	Количество часов.
1	Значения здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения его.	1
2	Практическая работа. Использование масок из фруктов и овощей.	1
	Одежда и обувь.	
3	Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в	1

	домашних условиях.	
4	Химчистка – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами по приведению одежды в надлежащий вид.	1
	Семья.	
5	Грудной ребёнок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, с ложечки, купание, одевание, пеленание, уборка постели.	1
6	Практическая работа. Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.	1
	Культура поведения.	
7	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.	1
	Средства связи.	
8	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном – автоматом, таксофоном, квартирным. Правила пользования справочником.	1
9	Учреждения, организации, предприятия.	1
10	Департамент, муниципалитет, префектура, полиция, их назначения.	1
	Жилище.	
11	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла, ванны.	1
	Экономика домашнего хозяйства.	
12	Бюджет семьи. Виды источников дохода.	1
13	Виды государственных страхований.	1
14	Виды приобретения (наличными и в кредит), их значение и необходимость.	1
15	Сбережение. Значение и способы экономии расходов.	1
16	Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанке.	1
17	Практическая работа. Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. Составление доверенности на получение зарплаты стипендии, пенсии за членов семьи.	1
18	Практическая работа. Упражнения в планировании расходов на месяц, по статьям расходов с выбором наиболее необходимого в данный период: зимой, весной. Летом, осенью.	1
	Питание.	
19	Виды теста: дрожжевое, пресное. Приготовление изделий из теста.	1
20-21	Практическая работа. Чтение рецептов и их	2

	запись. Самостоятельный подбор продуктов.	
22	Практическая работа. Приготовление пресного теста, из него лапши.	1
23-24	Практическая работа. Приготовление песочного теста и выпечка печенья.	2
25	Заготовки продуктов впрок: варенье, соленье, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени	1
26-27	Практическая работа. Запись рецептов соленья, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	2
28	Практическая работа. Приготовление овощного салата.	1
	Торговля.	
29	Рынки. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, постоянно действующие, временные, оптовые, мелкооптовые.	1
	Медицинская помощь.	
30	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1
31	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожение, отравление, солнечный удар).	1
32	Первая помощь утопающему.	1
	Транспорт.	
33	Междугородний транспорт: автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов. Стоимость билетов.	1
34	Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. Экстремальные ситуации в природных условиях. Практическая работа. Расчёт стоимости проезда по заданному маршруту.	1