

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 4 г. Балтийска

Принято  
на педагогическом совете  
29 июня 2018 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №4  
Л.Н. Чапля  
29 июня 2018 года  
Приказ № 197 от 29 июня 2018 года

Адаптированная рабочая программа учебного предмета  
«Социально-бытовая ориентировка»  
8 класс  
(8 вид)

Учитель Лютикова Ирина Викторовна  
Высшая квалификационная категория

Балтийск

2018

## **1. Пояснительная записка.**

Адаптированная рабочая учебная программа по социально-бытовой ориентировке для 8 класса разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 года № 1897, с изменениями, утвержденными приказом Минобрнауки РФ от 29.12.2014 года № 1644 «О внесении изменений в приказ 17.12.2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», с изменениями, утвержденными приказом Минобрнауки РФ от 31.12.2015 года № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 года № 1897»;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- Приказа Министерства образования Калининградской области от 28.08.2017 года № 897/1 «Об организации инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам»;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ СОШ № 4 г.Балтийска.
- Приказ от 10 апреля 2002 г. № 29/2065-п МО РФ «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»
- Программа для специальных (коррекционных) общеобразовательных школ VIII вида 5-9 классы. Под ред. Романиновой В.И., Павловой Н.П. М.: Владос: 2010.

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.

### **Цели и задачи обучения.**

Первоочередная цель СБО – формирование знаний, умений, навыков, сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение уровня общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизнедеятельности.

В качестве ведущих можно выделить следующие задачи:

- реализовывать методы интегрирующего обучения, предусматривающие комплексное изучение данного предмета как коррекционного;
- систематизировать, формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки общественно полезного и самообслуживающего труда;
- выработать навыки общения с людьми в различных жизненных ситуациях;
- формировать морально-этические нормы поведения;
- развивать умение видеть красивое во внешнем виде, в организации быта;
- развивать чувство прекрасного, художественного вкуса;
- помочь личности активно включиться в социальную среду, в общественный труд.

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 систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также 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.

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью учитель при составлении плана занятия должен продумать, в какой его части можно применить знания и умения, полученные детьми ранее. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. 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 необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, написать текст, обосновать вывод. В поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся. С этой целью используются различные этапы занятий, сюжетно-ролевые ситуации, в ходе которых учащиеся вовлекаются в беседу. На отдельных занятиях при прохождении ряда тем (например, «Квартплата», «Оформление на работу» и т.п.) следует отводить время на практическое закрепление навыков составления деловых бумаг с учетом разных жизненных ситуаций, опираясь на знания и умения, полученные на уроках родного языка.

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

По возможности следует привлекать и родителей, чтобы дети в домашних условиях могли практически применять полученные знания и умения.

Тематика и последовательность занятий по социально-бытовой ориентировке отражаются в классном журнале. Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем учитель определяет самостоятельно с учетом возможности детей и в зависимости от местных условий.

Обучающиеся, воспитанники 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 четко и лаконично. Записи в тетрадях проверяются учителем после каждого занятия.

Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных случаях учащимся можно поручить собрать те или иные сведения (например, место работы родителей, их должность и т.д.).

#### **Формы и методы обучения:**

- устный рассказ учителя;
- беседа;
- метод объяснительного чтения;
- практическая работа;
- наглядно-иллюстративные;

#### **Принципы обучения.**

- воспитывающей и развивающей направленности обучения;
- систематичности и последовательности;
- связи обучения с жизнью;
- коррекции в обучении;
- сознательности и активности учащихся;
- индивидуального и дифференцированного подхода;
- прочности знаний, умений и навыков.

**Результаты обучения** представлены в требованиях к уровню подготовки обучающихся, воспитанников и содержат три компонента: знать/понимать – перечень необходимых для усвоения и воспроизведения каждым учащимся знаний; уметь – владение конкретными умениями-навыками данного учебного предмета, основанными на более сложной, чем воспроизведение, деятельности (например, анализировать, сравнивать, различать, приводить примеры, определять признаки и др.); третий компонент – использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни - объединяет группу умений, которыми ученик может пользоваться самостоятельно в повседневной жизни, вне учебного процесса.

На изучение социально-бытовой ориентировки отводится 17 часов в год (0,5 часов в неделю).

### 3. Содержание:

#### Раздел «Личная гигиена».

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

**8 класс**

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

**Обучающиеся, воспитанники должны уметь:**

**8 класс**

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

#### Раздел «Одежда и обувь».

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

**8 класс**

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

**8 класс**

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

#### Раздел «Питание».

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

**8 класс**

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

**8 класс**

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

#### Раздел «Семья».

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

**8 класс**

- 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

**Обучающиеся, воспитанники должны уметь:**

**8 класс**

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

#### Раздел «Культура поведения».

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

## **8 класс**

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

**Обучающиеся, воспитанники должны уметь:**

## **8 класс**

- 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 танцев.

## **Раздел «Жилище».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

## **8 класс**

- 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, воспитанники должны уметь:**

## **8 класс**

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

## **Раздел «Транспорт».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

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

**Обучающиеся, воспитанники должны уметь:**

## **8 класс**

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

## **Раздел «Средства связи».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

## **8 класс**

- 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 по телефону.

**Обучающиеся, воспитанники должны уметь:**

### **8 класс**

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

### **Раздел «Торговля».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

#### **8 класс**

- 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, воспитанники должны уметь:**

#### **8 класс**

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

### **Раздел «Медицинская помощь».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

#### **8 класс**

- 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, воспитанники должны уметь:**

#### **8 класс**

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

### **Раздел «Учреждения, организации и предприятия».**

**Обучающиеся, воспитанники должны знать:**

#### **8 класс**

- 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, воспитанники должны уметь:**

#### **8 класс**

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

## **4. Тематическое планирование**

<b>№ п\п</b>	<b>Наименование разделов, тем</b>	<b>Дата</b>
--------------	-----------------------------------	-------------

<b>8 класс</b>		
<b>I</b>	<b>Личная гигиена.</b>	
1	Значение косметики для юноши и девушки.	
	Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики.	
2	Практическая работа по теме: «Подбор лосьона, упражнения в протирании кожи лица».	
	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	
	Средства и способы сбережения здоровья.	
<b>II</b>	<b>Одежда и обувь.</b>	
3	Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей.	
	Практическая работа по теме: «Стирка шерстяных изделий».	
4	Правила и приемы утюжки блузок, рубашек, платков.	
	Практическая работа по теме: «Утюжка мужской рубашки с длинным рукавом».	
5	Практическая работа по теме: «Утюжка женской блузки».	
	Химчистка - правила пользования ее услугами.	
<b>III</b>	<b>Питание.</b>	
6	Виды теста: дрожжевое и пресное.	
	Приготовление пресного теста.	
7	Значение овощных блюд.	
<b>V</b>	<b>Культура поведения.</b>	
8	Культура общения юноши и девушки.	
	Внешний вид молодых людей.	
<b>VI</b>	<b>Жилище.</b>	
9	Правила уборки кухни, санузла, ванны.	
	Практическая работа по теме: «Мытье кафельных стен, чистка раковин».	
	Моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, ванны. Техника безопасного поведения при работе с ними.	
	Практическая работа по теме: «Чтение инструкций к моющим средствам. Подбор моющих средств».	
<b>VII</b>	<b>Транспорт.</b>	
10	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение.	
	Основные автобусные маршруты. Стоимость проезда.	
	Порядок приобретения билетов.	
	Значение водного транспорта. Пристань, порт. Основные службы.	



	Правила безопасного поведения на любом виде транспорта.	
<b>VIII</b>	<b>Торговля.</b>	
11	Рынки. Виды рынков.	
	Различия рынка от магазина.	
	Практическая работа по теме: «Сравнение рыночных цен и магазинных на одно и то же наименование товара. Экскурсия».	
<b>IX</b>	<b>Средства связи.</b>	
12	Виды телефонной связи.	
	Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным.	
	Правила пользования телефонным справочником. Срочные телефоны.	
	Практическая работа по теме: «Правила пользования телефонным справочником».	
	Культура разговора по телефону.	
	Междугородняя телефонная связь. Виды заказов междугороднего телефонного разговора.	
<b>X</b>	<b>Медицинская помощь.</b>	
13	Первая медицинская помощь при несчастном случае (ожог, обморожение, отравление, солнечный удар).	
	Практическая работа по теме: «Обработка раны и наложение повязок».	
	Первая помощь утопающему.	
	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	
<b>XI</b>	<b>Учреждения, организации и предприятия.</b>	
14	Департамент, муниципалитет. Их назначение.	
	Префектура, милиция. Их назначение.	
<b>XII</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства.</b>	
15	Бюджет семьи. Виды источников дохода.	
	Практическая работа по теме: «Упражнения в определении доходов семьи за месяц, полгода, год».	
	Основные статьи расходов.	
16	Практическая работа по теме: «Упражнения в планировании расходов на месяц».	
17	Сбережения. Виды хранения сбережений.	

