

СОГБОУ «Вяземская школа – интернат № 1  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

<p>ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол №1 от « 28 » августа 2020г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Приказ № 135 от « 02 » сентября 2020г Директор школы  О.А. Богданова/</p>
--	---

Адаптированная образовательная рабочая программа  
по предмету: социально-бытовая ориентировка (СБО)  
8А класс

Учитель первой квалификационной категории  
Большакова Елена Ивановна

Вязьма  
2020-2021 учебный год

## Содержание программы:

### 1. Пояснительная записка

### 2. Содержание

### 3 Планируемые предметные результаты.

### 4.Учебно-методическое обеспечение

### 5. Тематический план

#### **1.Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена на основе Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5 - 9 классы», под редакцией Воронковой В.В. издательство «Просвещение» Москва, 2013 год, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации. Учебного плана на 2020-2021 учебный год

Реализация программы возможна с применением дистанционных образовательных технологий

**Цель:** практическая подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. К их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

#### **Задачи:**

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности

### 2. Содержание

«Личная гигиена»	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.
«Одежда и обувь»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.
«Питание»	Виды теста. Приготовления изделия из теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов.
«Семья»	Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек
«Культура поведения»	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

«Жилище»	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.
«Транспорт»	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.
«Торговля»	Рынки. Виды рынков. Различия рынка от магазина.
«Средства связи»	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02, 03, 04, 911 и т.п.). междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора
«Медицинская помощь»	Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев.
«Учреждения, организации и предприятия»	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.
«Экономика домашнего хозяйства»	Бюджет семьи. виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.

### **3 Планируемые предметные результаты.**

#### **К концу обучения в 8 классе обучающиеся получат возможность знать:**

правилам ухода за кожей лица, приемы нанесения косметических средств на лицо, шею;

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;

виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов в прок из овощей, фруктов, ягод, зелени;

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;

правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, 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;

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

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;

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;

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; 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; 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.

#### **К концу обучения в 8 классе обучающиеся смогут научиться:**

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

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

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

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

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

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

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

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

оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему; обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений;

подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.,

подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показания 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

#### **4. Учебно-методическое обеспечение**

##### **Основная литература:**

Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П. Субчева, 6 кл., гуманитарный издательский центр ВЛАДОС-2012 год.

##### **Дополнительная литература:**

1 В.Д. Симоненко «Технология». Москва, Вентана-Граф-2002 год

2 В.И. Ермакова «Основы кулинарии» учебное пособие для учащихся 8-11 классов средней школы. Москва, Просвещение 1993г.

- 3 Д.В. Колесов, Р.Д. Маш «Основы гигиены и санитарии» учебное пособие для 9-10 классов средней школы. Москва Просвещение 1989г
- 4 Л. Миллер «Энциклопедия этикета. Все о правилах хорошего тона». Москва.Центрополиграф,2004г
- 5 Т.А. Девяткова , Л.Л. Кочетова , А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида ».
- 6 Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях I и II вида». Пособие для учителя.- Москва, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2003г
1. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. - М., «Владос», 2006
2. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. - М., НЦЭНАС, 2003
3. Девяткова Т.А. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. – Телевизор, DVD проигрыватель, учебные диски, демонстрационные материалы.

Раздаточный материал: (карточки-задания, теоретический материал, диагностические методики). Опорные конспекты, книжный фонд, периодические издания.

## **5. Тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
<b>1 триместр</b>			
	<b>День знаний</b>		01.09
1	<b>Введение. Разделы и темы.ТБ</b>	1	02.09
<b>Личная гигиена-3</b>			
2	Приемы ухода за кожей лица	1	07.09
3	Косметические дезинфицирующие средства (профилактика появления прыщей).	1	09.09
4	Практическая работа. Упражнения в протирании кожи лица	1	14.09
<b>Культура поведения-3</b>			
5-6	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. (одежда, косметика, парфюмерия с учётом места нахождения)	2	16.09 21.09
7	ПР. р. Подбор одежды по ситуации.	1	23.09
<b>Питание-9</b>			
8	Виды теста . Дрожжевое Запись рецептов	1	28.09
9	Виды теста. Слоёное. Запись рецептов	1	30.09
10	Виды теста. Песочное. Запись рецептов	1	12.10
11	Практическая работа. Приготовление лапши или другого блюда из пресного теста	1	14.10
12-	Способы заготовки продуктов впрок. Рецепты	2	19.10

13			21.10
14	Квашение капусты. Запись рецепта и способа приготовления.	1	26.10
15-16	Варка варенья – запись рецепта. Практическая работа. Нарезка овощей, фруктов для сушки	2	28..10 02.11
<b>Семья-5</b>			
17	Грудной ребёнок в семье	1	09.11
18	Периодичность кормления ребёнка	1	11.11
<b>2 триместр</b>			
19	Правила купания, одевания и пеленания ребёнка	1	23.11
20	Правила содержания детской посуды	1	25.11
21	Практическая работа «Уход за ребёнком»	1	30.11
<b>Одежда -8</b>			
22	Одежда из шерстяных и синтетических тканей Средства для стирки	1	02.12
23	Стирка в домашних условиях	1	07.12
24	Утюжка рубашек блузок	1	09.12
25-27	Практическая работа Стирка и утюжка белья	3	14.12. 16.12 21.12
28	Химчистка прачечная. Условия пользования	1	23.12
29	С/Р игра химчистка	1	11.01
<b>Жилище-5</b>			
30	Моющие средства для уборки .Печатные инструкции.	1	13.01
31-32	Уборка кухни, санузла, ванны	2	18.01 20.01
33-34	Практическая работа .Чистка раковин. Мытье кафельных стен	2	25.01 01.02
<b>Транспорт-5</b>			
35	Междугородный автотранспорт. Автовокзал	1	03.02
36	Расписание, приобретение билетов	1	08.02
37	С/Р игра 2Поездка в междугороднем транспорте	1	10.02
<b>3 триместр</b>			
38-39	Водный транспорт.	2	22.02 24.02
<b>Торговля-4</b>			
40	Специализированные магазины	1	01.03
41	Основные промышленные товары .Их стоимость	1	03.03
42	Практическая работа. Подсчет стоимости покупки	1	10.03
43	Экскурсия в магазин	1	15.03
<b>Средства связи-3</b>			
44-45	Виды телефонной связи. Номера телефонов срочного вызова. Культура разговора	1	17.03
46	Междугородняя телефонная связь.	1	22.03
47	Тарифы в зависимости от расстояния , время суток, выходных и праздничных дней.	1	24.03
<b>Медицинская помощь-7часов</b>			
48	Первая помощь при ожогах	1	29.03
49	Первая помощь при обморожении	1	31.03
50	Первая помощь при отравлении	1	12.04

51	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе	1	14.04
52	Первая помощь утопающему	1	19.04
53	Практическая работа. С/Р игра Оказание первой помощи	1	21.04.
54	Глистные заболевания и меры их предупреждения	\1	26.04.
<b>Учреждения и организации-4</b>			
55	Департамент Муниципалитет	1	05.05
56	Префектура Полиция	1	12.05
57	Практическая Работа (проигрывание ситуаций) «У меня вопрос .Куда обращаться?»	1	17.05
58	Годовая проверочная работа	1	19.05
<b>Экономика домашнего хозяйства-4</b>			
59	Основные статьи расходов	1	24.05
60	Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг	1	26.05

4урока по расписанию выпалина праздничные дни