

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа села Аркадьевка»

**Согласовано:**

Заместитель директора школы  
по УВР Поч- М.В. Познова  
«29» августа 2022 г.  
Протокол № 1 от 29.08.2022

**Утверждаю:**

Директор МБОУ «СОШ с.Аркадьевка»  
О.Н.Варкентин  
Приказ № 8  
от 29.08.2022 г.



АДАптированная рабочая программа  
для обучающихся с умственной отсталостью

Наименование учебного предмета	<i>Социально – бытовая ориентировка</i>
Класс	8
Учитель	<i>Иванова Лариса Васильевна учитель 1 кв. категории</i>
Срок реализации программы (уч.год)	2022-2023
Количество часов по учебному плану	8 класс – 2/68
Планирование составлено на основе	<i>Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией доктора педагогических наук В. В. Воронковой. – М.: «Просвещение» 2015 г.</i>
Рабочую программу составил	<i>Иванова Лариса Васильевна</i> <hr/> <i>(личная подпись)</i>

с. Аркадьевка 2022 г.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате освоения курса социально – бытовая ориентировка

Учащиеся должны знать:

- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения в школе;
- правила поведения в столовой;
- о необходимости следить за своей речью, расширять словарный запас;
- основные виды магазинов, их назначение;
- виды отделов в продовольственных и промтоварных магазинах;
- права покупателя.

Учащиеся должны уметь:

- оплачивать покупку;
- соблюдать правила поведения в магазине.

Учащиеся должны иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека.

Учащиеся должны знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- периодичность и правила чистки ушей;
- меры, направленные на охрану слуха;
- правила бережного отношения к зрению;
- правила для поддержания правильной осанки.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять утренний и вечерний туалет;
- чистить уши;
- делать массаж ушей;
- расслаблять глаза;
- устанавливать настольную лампу и направлять свет на рабочее место;
- пользоваться подставкой для книг;
- следить за своей осанкой;
- следить за своей походкой и жестикуляцией;
- подбирать одежду, головные уборы и обувь по назначению, сезону;
- сушить мокрую одежду;
- чистить верхнее и лёгкое платье;
- подготавливать их к хранению;
- подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- чистить замшевую и текстильную обувь;
- сушить мокрую обувь, подготавливать её к хранению.
- вежливо и тактично вести себя при разговоре со старшими и сверстниками;
- правильно сидеть за столом;
- пользоваться столовыми приборами, салфетками;
- красиво и аккуратно принимать пищу.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### **Личная гигиена (2 часа).**

Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Средства и способы сохранения здоровья

### **Культура поведения (3 часа).**

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. Значение тона разговора.

**Жилище (4 часа).**

Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.

**Уход за ребёнком (5 часов).**

Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, с ложки; купание, одевание, пеленание, уборка постели. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании куклы.

**Средства связи (2 часа).**

Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Получение справок по телефону.

**Транспорт (3 часа).**

Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Пристань. Порт. Основные службы.

**Торговля (5 часов).**

Специализированные магазины. Виды товара, отделы. Правила поведения в магазине.

**Одежда (6 часов).**

Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Прачечная – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.

**Питание (14 часов).**

Кухонные механические приспособления.

Заготовка продуктов впрок: варенье, соленье, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени. Замораживание овощей. Виды теста. Приготовление изделия из теста. Запись рецептов. Упражнения в составлении меню.

**Семья (8 часов).**

Бюджет семьи. Виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.

**Медицинская помощь (10 часов).**

Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев. Профилактика глистных заболеваний. Помощь при укусах животных. Тепловой и солнечный удары.

**Учреждения и организации (6 часов).**

Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.

**Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

№ п/п	Тема	Модуль воспитательной программы «Школьный урок»	Количество часов	Контрольные работы (оценочные процедуры)
1	Личная гигиена	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	2	
2	Культура поведения	Уроки безопасности при ЧС. Всероссийский урок ОБЖ	3	

3	Жилище	Профилактическая акция «Огонь и дети» Уроки безопасности при ЧС. Всероссийский урок ОБЖ	4	
4	Уход за ребёнком	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	5	
5	Средства связи		2	
6	Транспорт	Уроки безопасности при ЧС	3	
7	Торговля	Уроки безопасности при ЧС	5	
8	Одежда	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	6	
9	Питание	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	14	
10	Семья	Уроки здоровья и пропаганды ЗОЖ.	8	
11	Медицинская помощь	Всероссийский урок ОБЖ (первая помощь при неотложных состояниях).	10	
12	Учреждения и организации	Уроки безопасности при ЧС	6	
<b>Итого:</b>			<b>68</b>	

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛ.

№ п/п	Тема урока (занятия)	Количество часов	Дата проведения	
			планируемая	фактическая
	<b>Личная гигиена</b>	<b>2</b>		
1	Правила ухода за кожей лица.	1	7.9	
2	Косметические дезинфицирующие средства.	1	8.9	
	<b>Культура поведения</b>	<b>3</b>		
3	Культура общения юноши и девушки.	1	14.9	
4	Значение тона разговора	1	15.9	
5	Внешний вид молодых людей.	1	21.9	

	<b>Жилище</b>	<b>4</b>		
6	Правила уборки кухни.	1	22.9	
7	Правила уборки санузла.	1	28.9	
8	Правила мытья кафельных стен	1	29.9	
9	Обобщение по теме «Жилище».	1	5.10	
	<b>Уход за ребёнком</b>	<b>5</b>		
10	Правила ухода за грудным ребёнком.	1	6.10	
11	Кормление грудного ребёнка.	1	12.10	
12	Одежда и постель грудного ребёнка.	1	13.10	
13	Правила купания грудного ребёнка.	1	19.10	
14	Посуда грудного ребёнка.	1	20.10	
	<b>Средства связи</b>	<b>2</b>		
15	Телефон	1	26.10	
16	Телефон	1	27.10	
	<b>Транспорт</b>	<b>3</b>		
17	Междугородный автотранспорт.	1	9.11	
18	Водный транспорт.	1	10.11	
19	Правила поведения на воде.	1	16.11	
	<b>Торговля</b>	<b>5</b>		
20	Специализированные магазины.	1	17.11	
21	Специализированные магазины.	1	23.11	
22	Виды товара, отделы.	1	24.11	
23	Виды товара, отделы.	1	30.11	
24	Правила поведения в магазине	1	1.12	
	<b>Одежда</b>	<b>6</b>		
25	Стирка шерстяных изделий.	1	7.12	
26	Стирка синтетических изделий.	1	8.12	
27	Стирка хлопчатобумажных изделий.	1	14.12	
28	Глажение фасонной одежды.	1	15.12	
29	Правила пользования прачечной.	1	21.12	

30	Прачечная самообслуживания.	1	22.12	
	<b>Питание</b>	<b>14</b>		
31	Приготовление пищи.	1	28.12	
32	Приготовление пищи.	1	11.1	
33	Кухонные механические приспособления.	1	12.1	
34	Кухонные механические приспособления.	1	18.1	
35	Консервирование овощей, фруктов и ягод.	1	19.1	
36	Консервирование овощей, фруктов и ягод.	1	25.1	
37	Замораживание овощей.	1	26.1	
38	Приготовление изделий из теста.	1	1.2	
39	Приготовление изделий из теста.	1	2.2	
40	Выпечка блинов.	1	8.2	
41	Выпечка блинов.	1	9.2	
42	Приготовление песочного печенья.	1	15.2	
43	Приготовление песочного печенья.	1	16.2	
44	Составление меню.	1	22.2	
	<b>Семья</b>	<b>8</b>		
45	Статьи расходов.	1	1.3	
46	Расходы на питание.	1	2.3	
47	Планирование крупных покупок.	1	9.3	
48	Содержание жилища.	1	15.3	
49	Расчет оплаты электроэнергии и газа.	1	16.3	
50	Планирование расходов на день.	1	22.3	
51	Планирование расходов на день.	1	23.3	
52	Проверочная работа по теме «Бюджет».	1	5.4	
	<b>Медицинская помощь</b>	<b>10</b>		
53	Помощь при несчастных случаях.	1	6.4	
54	Помощь при несчастных случаях.	1	12.4	
55	Первая помощь	1	13.4	

	утопающему.			
56	Первая помощь утопающему.	1	19.4	
57	Глистные заболевания.	1	20.4	
58	Глистные заболевания.	1	26.4	
59	Укусы животных.	1	27.4	
60	Укусы животных.	1	3.5	
61	Тепловой и солнечный удары.	1	4.5	
62	Тепловой и солнечный удары.	1	11.5	
	<b>Учреждения и организации</b>	<b>8</b>		
63	Госучреждения.	1	17.5	
64	Госучреждения.	1	18.5	
65	Госучреждения.	1	24.5	
66	Отделы районной администрации.	1	25.5	
67	Отделы районной администрации.	1		
68	Поселковые госучреждения.	1		

**Лист изменений и дополнений в рабочую программу**

Предмет: СБО

Класс: 8

Учитель: Иванова Л.В.

№ урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
				По плану	Дано фактически		

Учитель \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ Ф.И.О.