**Адаптированная образовательная программа**

**по социально-бытовой ориентировке, 8 класс**

**Учитель: Прилуцкая Н. П.**

Адаптированная образовательная программа по социально-бытовой ориентировке представляет собой целостный документ, включающий: пояснительную записку; календарно-тематический план; перечень учебно-методического обеспечения; требования к уровню подготовки обучающихся. Программа детализирует и раскрывает содержание образования, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения социально-бытовой ориентировки, которые определены программой.

**Цель программы** - практическая подготовка детей к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

**Задачи программы:**

- систематизировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем социуме;

- учить организации труда, экономному и бережному отношению к продуктам, строгому соблюдению правил безопасности и гигиены труда, творческому отношению к домашнему труду, развитию обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, смекалки, фантазии, интереса к национальным традициям;

- практически ознакомить с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые придётся обращаться учащимся по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь;

- формировать умения пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, транспорта, связи, медицинской помощи;

способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей;

- воспитывать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры.

**Коррекционная работа включает следующие направления:**

- коррекция - развитие памяти;

- коррекция - развитие внимания;

- развитие пространственных представлений и ориентации.

• Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;

- развитие словесно-логического мышления.

• Развитие основных мыслительных операций:

- развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий;

- умение работать по инструкциям, алгоритму; планировать деятельность.

Адаптированная программа составлена таким образом, что изучаемый материал опирается на ранее усвоенные сведения, а также подготавливает детей к изучению последующих тем.

**Данная рабочая программа составлена на один учебный год**.

Обучающиеся должны продолжить знакомство с новым материалом по представленным в предыдущих классах разделам и получить достаточно прочные знания по социально-бытовой ориентировке, которые позволят им адаптироваться в окружаемом мире и быть, насколько это возможно, самостоятельными.

Специальная задача предмета, социальная адаптация школьников с психическим недоразвитием, является составной частью учебного процесса и решается при формировании у них знаний, умений и навыков, воспитания личности.

В процессе работы на уроках социально-бытовой ориентировки у учащихся развивается речь, формируются практически значимые навыки, воспитывается самостоятельность и развивается интерес к тем жизненным ситуациям, с которыми им предстоит встретиться и которые им придется решать. Все это невозможно без оснащения их определенным багажом знаний и умений, необходимых для первоначальной успешной интеграции в социум.

Элементарный курс социально-бытовой ориентировки направлен на коррекцию высших психических функций обучающихся с целью практической подготовки учащихся с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и труду.

**Основной формой** организации обучения на уроках социально-бытовой ориентировки учащихся является урок.

**Технологии обучения:**

●перспективно-опережающее обучение

●проблемное обучение

●тестирование и программированные опросы

●создание занимательных ситуаций

●дифференцируемые задания

●познавательные игры

●информационно-коммуникативные технологии

●эвристические беседы

●работа со схемами-опорами

●самостоятельная работа

●личностно ориентированная коллективная творческая деятельность

●элементы технологии уровневой дифференциации

●элементы технологии коммуникативного обучения

●элементы технологии совместной продуктивной деятельности

●элементы интерактивных технологий в виде дидактических игр

●практические методы учения

●технологии сотрудничества

Программа учитывает особенности познавательной деятельности детей. Данная программа составлена на основе федерального компонента, что соответствует школьному. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающихся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации.

У детей идет формирование и совершенствование необходимых навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства и навыков ориентировки в социуме. Они учатся пользоваться услугами предприятий торговли, транспорта, связи, медицинской помощи, учреждений и организаций. Вырабатывают морально-этические нормы поведения и навыки общения. Усваивают знания о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о национальных кухнях, о культуре питания. Учатся следить за своим здоровьем, оказывать первую медицинскую помощь и соблюдать гигиенические нормы. Вырабатывают экономические навыки ведения хозяйства. А также воспитывают в себе трудовую культуру, навыки безопасной работы.

При подборе учебного материала учитывалась мотивация изучения учебной дисциплины, способствующая наилучшей социальной реабилитации обучающихся. Учтены реалии сегодняшнего дня, прослежены межпредметные связи.

Содержание обучения имеет практическую направленность, но принцип коррекционного развития является ведущим.

Базисный учебный план для 8 класса по программе - 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Доска • Столы • Стулья • Телевизор • Компьютер • Раздаточный дидактический материал •Таблицы • Мебель• Бытовая техника • Кухонная посуда и инструменты •. Столовая посуда •

**Содержание школьного курса**

**уроков социально-бытовой ориентировки**

**в 8 классе**

**Питание**

1.Заготовка продуктов впрок

2.Виды теста

3.Способы приготовления изделий из теста

**Практическая работа**

Нарезка фруктов, овощей, зелени;

Квашение капусты;

Приготовление оладий, лапши, блинов, песочного печенья.

**Экскурсии**

Знакомство с работой хлебопекарни.

**Планируемые результаты:**

1.Знать виды и способы приготовления теста и изделия из него.

2.Способы заготовки продуктов впрок

3.Уметь нашинковать морковь, петрушку, укроп.

4.Заготовить ягоды без тепловой обработки.

5.Приготовить пресное тесто и изделия из него.

6.Записать рецепт соления, варенья, консервирования.

**Личная гигиена**

1.Значение косметики для юноши и девушки

2.Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы, пудра, природные средства.

3.Значение здоровья для жизнедеятельности человека, средства и способы его сбережения

**Практическая работа**

1.Упражнение в протирании кожи лица

2.Использование масок из овощей и фруктов

**Планируемые результаты:**

1.Знать правила ухода за кожей лица

2.Приёмы нанесения косметических средств

3.Уметь правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.

4.Использовать подручные средства дополнительно к кремам и лосьонам.

5.Учиться в меру пользоваться косметикой.

**Одежда**

1.Особенности ухода за одеждой, изготовленной из синтетических и шерстяных тканей.

2. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.

3. Правила и приемы глаженья блузок, рубашек, платков.

4. Прачечная, знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами по приведению одежды в надлежащий вид.

**Практическая работа**

Стирка изделий из шерсти и синтетики

Глаженье блузок и рубашек

**Экскурсии**

Посещение прачечной

**Планируемые результаты:**

1.Знать правила стирки и сушки одежды из шерсти и синтетики

2.Правила и последовательность глаженья

3.Виды и услуги, правила подготовки к сдаче в химчистку

4.уметь стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей

5.Гладить блузки, рубашки, платья.

**Семья**

1.Грудной ребенок в семье, участие в уходе за ним

2. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.

**Практическая работа**

Упражнение в купании, пеленании и одевании куклы.

Мытье детской посуды.

**Планируемые результаты:**

1.Знать правила ухода за грудным ребенком

2.Правила кормления, одевания, пеленания грудного ребенка

3.Санитарно – гигиенические требования к содержанию детской посуды, постели и игрушек

4.уметь купать, одевать, пеленать, куклу, кормить из ложечки.

5.Содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

**Культура поведения**

Культура общения юноши и девушки

Внешний вид молодых людей

**Практическая работа**

Сюжетная игра « Встреча молодых людей»

**Планируемые результаты:**

1.Знать правила поведения юноши и девушки при знакомстве

2.Культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах

3.уметь выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, с учетом возраста, индивидуальных особенностей.

**Жилище**

1.Уборка кухни, санузла, ванной

2.Моющие средства

3.Домашние животные

**Практическая работа**

Чистка и мытье раковин, мытьё кафельных стен

Мытьё и утепление окон.

**Планируемые результаты:**

1.Знать правила уборки кухни, санузла, ванны.

2.знать моющие средства.

3.Санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.

4.уметь мыть кафельные стены, чистить раковины.

5.Пользоваться инструкциями к моющим средствам.

**Транспорт**

1.Междугородный автотранспорт, автовокзал, автобусные маршруты, расписание, стоимость.

2. Значение водного транспорта.

**Экскурсии**

Посещение автобусной станции.

**Планируемые результаты:**

1.Знать основные автобусные маршруты.

2.Правила безопасной поездки на водном транспорте.

3.Уметь пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой.

**Торговля**

Специализированные магазины

Стоимость основных промышленных товаров

**Практическая работа :**

Упражнение в подсчёте стоимости покупок

**Экскурсия**

Экскурсияв специализированный магазин.

**Планируемые результаты:**

1.Знать ассортимент товаров в специализированных магазинах.

2.Уметь выбирать покупку, подсчитывать её стоимость.

3.Культурно вести себя в магазине.

**Средства связи**

1.Виды и правила пользования телефонной связью.

2.Культура разговора по телефону

3.Номера срочных вызовов

4.Правила пользования междугородной связью, тарифы, оплата.

**Экскурсии**

Посещение переговорного пункта.

**Планируемые результаты:**

1.Знать виды телефонной связи.

2.Правила пользования телефонной связью.

3.Номера срочных вызовов.

4.Оплата телефонных услуг, тарифы.

5.Стоимость почтовых услуг

6.Уметь получить по телефону справку, культурно разговаривать по телефону.

**Медицинская помощь**

1.Первая помощь при ожогах, обморожениях, при поражении электрическим током, солнечном ударе.

2.Первая помощь утопающему

3.Меры по предупреждению несчастных случаев в быту

**Практическая работа**

1.Первая помощь при ожогах и обморожениях

2.Первая помощь утопающим

**Экскурсии**

Посещение поликлиники, больницы.

**Планируемые результаты:**

1.Ознакомиться с мерами по предупреждению несчастных случаев в быту.

2.Знать правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях.

3.Приемы оказания помощи спасенному из водоёма.

4.Уметь оказать первую помощь при ожоге и обморожении.

5.Оказать первую помощь утопающему.

**Экономика домашнего хозяйства**

1.Бюджет семьи, источники дохода, статьи расходов.

2.Оплата жилплощади, коммунальных услуг.

3.Сбережения. Виды хранения сбережений, вклады.

**Практическая работа**

1.Определение суммы доходов за месяц, год.

2.Планирование доходов и расходов с учетом состава семьи.

**Экскурсии**

1.Знакомство с работой ЖЭК

2.Посещение Сбербанка

**Планируемые результаты:**

1.Знать основные статьи бюджета семьи, расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии.

2.Виды и цели сбережений.

3.Уметь подсчитать бюджет семьи.

4.Планировать расходы на месяц.

5.Заполнять квитанции.

6.Соблюдать правила экономии в семье.

**Учреждения и организации**

Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение

**Экскурсии**

Знакомство с отделами окружной администрации.

**Планируемые результаты:**

1.Знать адрес и отделы местной префектуры.

2.Куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи.

3.Уметь обращаться с вопросами и просьбами к работникам местной администрации и других учреждений.

**Литература**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании».
2. Устав ОКСКОУ для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Курская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа»
3. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5 – 9 классов под редакцией В. В. Воронковой
4. Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида, авторы Т. А. Девяткова, Л. Л. Кочеткова, А. Г. Петрикова и др. издательство Владос, Москва – 2004г.
5. Социально – бытовая ориентировка учащихся 5 – 9 классов в специальной ( коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида, авторы В. В. Воронкова, С. А. Казакова, издательство Владос, Москва – 2006 г.
6. Практический материал к урокам Социально – бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида, пособие для учителя, автор С. А. Львова, издательство Владос, 2005 г.

# Учебно-тематическое планирование уроков

# по социально-бытовой ориентировке

# в 8 классе (68ч)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы (темы) | К. ч. | Практические, лабораторные работы, экскурсии |
| I. | Питание | 16 | Практическая работа:  Нарезка фруктов, овощей, зелени;  Квашение капусты;  Приготовление оладий, лапши, блинов, песочного печенья.  Экскурсии: «Знакомство с работой хлебопекарни». |
| II. | Личная гигиена | 4 | Практическая работа:  Упражнение в протирании кожи лица  Использование масок из овощей и фруктов |
| III. | Одежда | 6 | Практическая работа:  Стирка изделий из шерсти и синтетики  Глаженье блузок и рубашек  Экскурсии: «Посещение химчистки». |
| IV. | Семья | 4 | Практическая работа:  Упражнение в купании, пеленании и одевании куклы.  Мытье детской посуды. |
| V. | Культура поведения | 2 | Практическая работа:  Сюжетная игра «Встреча молодых людей» |
| VI. | Транспорт | 4 | Экскурсии: «Посещение автобусной станции». |
| VII. | Жилище | 4 | Практическая работа :  Чистка и мытье раковин  Мытьё кафельных стен |
| VIII. | Торговля | 4 | Экскурсии: «Выявление системы расположения продаваемой продукции», «Сравнение рыночных и магазинных цен на один товар». |
| IX. | Средства связи | 6 | Экскурсии: « Посещение переговорного пункта». |
| X. | Медицинская помощь | 8 | Практическая работа:  Первая помощь при ожогах и обморожениях  Первая помощь утопающим  Экскурсии: « Посещение поликлиники, больницы». |
| XI. | Экономика домашнего хозяйства | 8 | Практическая работа:  Определение суммы доходов за месяц, год  Планирование доходов и расходов с учетом состава семьи.  Экскурсии: «Знакомство с работой ЖЭК», «Посещение Сбербанка». |
| XII. | Учреждения и организации | 2 | Экскурсии: «Знакомство с отделами окружной администрации». |
| ИТОГО часов | | 68 |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**уроков социально-бытовой ориентировки**

**в 8 классе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **8 класс (**68ч**)** |  |  |
|  | **Питание** | 16ч. |  |
| 1. | Заготовка продуктов впрок: варенье, соленье, консервирование, сушка фруктов, овощей, зелени. | 1 |  |
| 2. | Запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки фруктов, овощей, зелени, ягод. | 1 |
| 3. | Консервирование варенья. Запись рецептов. | 1 |  |
| 4. | Практическая работа: Нарезка фруктов, овощей и зелени для сушки и замораживания. | 1 |
| 5. | Приготовление овощного салата. Квашение капусты. | 1 |  |
| 6. | Практическая работа: Квашение капусты. | 1 |
| 7. | Виды теста: дрожжевое, пресное. | 1 |  |
| 8. | Практическая работа: Приготовление оладий. Чтение рецептов, самостоятельный подбор продуктов. | 1 |
| 9. | Приготовление пресного теста. | 1 |  |
| 10. | Практическая работа: Приготовление лапши из пресного теста. | 1 |
| 11. | Приготовление изделий из теста: блины. | 1 |  |
| 12. | Практическая работа: Приготовление блинов. Чтение рецептов, самостоятельный подбор продуктов. | 1 |
| 13. | Приготовление изделий из песочного теста. | 1 |  |
| 14. | Практическая работа: Приготовление песочного печенья. Чтение рецепта, самостоятельный подбор продуктов. | 1 |
| 15.  16. | Составление меню завтрака, обеда, ужина.  Практическая работа: Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. | 1  1 |  |
|  | **Личная гигиена** | 4ч. |  |
| 1. | Значение косметики для девушки и юноши. Правила и кремы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы, пудра и природные средства. | 1 |  |
| 2. | Практическая работа: Упражнения в протирании кожи лица, подбор лосьона, нанесение крема, с учетом состояния кожи. | 1 |
| 3. | Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Средства и способы сбережения его. | 1 |  |
| 4. | Использование масок из фруктов и овощей. | 1 |
|  | **Одежда** | 6ч. |  |
| 1. | Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей. | 1 |  |
| 2. | Практическая работа: Стирка изделий из шерсти и синтетических тканей. | 1 |
| 3. | Правила и приемы глажения блузок , рубашек ,платков. | 1 |  |
| 4. | Практическая работа: Глажение блузок и рубашек. | 1 |
| 5.  6. | Прачечная- знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами по приведению одежды в надлежащий вид.  Экскурсия в прачечную, знакомство с правилами приема изделий и выдача их, с прейскурантом на стирку определенного вида изделий. | 1  1 |  |
|  | **Семья** | 4ч. |  |
| 1. | Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели. | 1 |  |
| 2. | Практическая работа: Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы. | 1 |
| 3. | Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. | 1 |  |
| 4. | Практическая работа: Мытье детской посуды игрушек. | 1 |
|  | **Культура поведения** | 2ч. |  |
| 1. | Культура общения юноши и девушки .Сюжетная игра «Встреча молодых людей». | 1 |  |
| 2. | Внешний вид молодых людей. | 1 |
|  | **Жилище** | 4ч. |  |
| 1.  2. | Уборка кухни, санузла, ванны.  Практическая работа: Чистка и мытьё раковин. | 2 |  |
| 3.  4. | Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.  Практическая работа: Мытье кафельных стен. | 2 |  |
|  | **Транспорт** | 4ч. |  |
| 1. | Междугородный авиатранспорт. Автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения. | 1 |  |
| 2. | Значение водного транспорта. Пристань, порт, основные службы. | 1 |
| 3. | Экскурсия на автостанцию. | 2 |  |
|  | **Торговля** | 4ч. |  |
| 1. | Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.) | 1 |  |
| 2. | Экскурсия в специализированный магазин | 1 |
| 3.  4. | Стоимость основных промышленных товаров.  Экскурсия: Упражнение в подсчёте стоимости покупок. | 1  1 |  |
|  | **Виды связи. Телефон.** | 6ч. |  |
| 1. | Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофонной картой, квартирным телефоном. | 1 |  |
| 2. | Правила пользования телефонным справочником. | 1 |
| 3. | Культура разговора по телефону. Вызов милиции, скорой помощи, газовой службы и др. аварийные службы. Получение справок по телефону. | 1 |  |
| 4. | Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказа международного телефонного разговора. Тариф на международные телефонные разговора. | 1 |
| 5.  6. | Экскурсия на переговорный пункт.  Практическая работа: Выбор названия города, знакомство с кодом и тарифом. Расчет стоимости разговора за 1 мин, 3, 5. | 2 |  |
|  | **Медицинская помощь** | 8ч. |  |
| 1. | Первая помощи при ожогах, обморожениях, при поражении электрическим током. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. | 1 |  |
| 2. | Практическая работа: Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях. | 1 |
| 3. | Первая помощь при тепловом ударе и солнечном ударе. | 1 |  |
| 4. | Первая помощь при пищевом отравлении и отравлении угарным газом. | 1 |
| 5. | Первая помощь утопающему. | 1 |  |
| 6. | Практическая работа: Оказание первой помощи утопающему. | 1 |
| 7.  8. | Глистные заболевания, меры по их предупреждению  Экскурсия в поликлинику, больницу. | 1  1 |  |
|  | **Экономика домашнего хозяйства** | 8ч. |  |
| 1.  2. | Бюджет семьи. Виды источников дохода.  Практическая работа: Определение суммы доходов семьи за месяц, год. | 1  1 |
| 3. | Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда, обувь, культурные потребности). | 1 |  |
| 4. | Практическая работа: Планирование доходов и расходов с учетом состава семьи. | 1 |
| 5. | Оплата жилплощади, коммунальных услуг. Подсчет электроэнергии. | 1 |  |
| 6. | Экскурсия в ЖЭК. | 1 |
| 7.  8. | Экскурсия в сбербанк: сбережения, кредит.  Сбережения. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанк. | 1  1 |  |
|  | **Учреждения и организации** | 2ч. |  |
| 1.  2. | Департаменты, муниципалитет, префектура, комитеты, городская и окружная администрации, милиция, их назначение.  Экскурсия в окружную администрацию для знакомства с отделами и их возможностями оказания помощи. | 1  1 |  |