

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ» с. ШИГОНЫ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ШИГОНСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ.

РАССМОТРЕНА
на МО учителей физкультуры
технологии ИЗО Музыка ОБЖ Черчения
Протокол № 1 от 29.08 2019г
Руководитель МО Захаров А.С.

ПРОВЕРЕНА
зам. Директора по УВР
Мер - Терехова Л.В.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ с. Шигоны
А.М. Малых
Приказ № 904 от 29.08.2019



Адаптированная рабочая программа по социально — бытовой ориентировке
на 2019-2020 учебный год
обучение на дому

Класс: 5а,б
Количество часов в неделю: 1
Количество часов в год : 34 часа
Учитель Крынина О.В.

Адаптированная рабочая программа разработана на основе: программы специальных (коррекционных)
образовательных учреждений
VIII вида 5-9 классы ,под ред. Воронковой В.В. - М «Владос» 2014 год

Пояснительная записка

-Рекомендации Сызранской ПМПК: обучение в образовательной организации по адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (вар.1), (заключение ПМПК от 22.04 2019г, №651). Справка ВК лечебного учреждения №72 от 15.04.19 г.

- Рекомендации Сызранской ПМПК:

-обучение в образовательной организации по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (заключение ПМПК №2610 от 18.12.18г). Справка врачебной комиссии № 29 от 26.06.19 г.

Количество обучающихся: 2

Количество учебных часов, на которое рассчитана АОП

Количество часов в неделю : 1 час

Количество в год: 34 часа

АОП реализуется на основе Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 класс.: в 2 сб. / Под. Ред. В.В. Воронковой. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014 -Сб.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:

Представление о разных группах продуктов питания; значение отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; представление о санитарно — гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи, соблюдение правил техники безопасности; знание правил личной гигиены; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; совершения покупок различного вида товаров под руководством взрослого; знание и соблюдение правил поведения в общественном транспорте;

Обучающиеся должны уметь:

Знание способов хранения и переработки продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых

блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; соблюдение правил личной гигиены по уходу за кожей рук, волосами; соблюдение правил поведения в общественных местах; представление о морально-этических нормах поведения

Личностные результаты

В результате обучения учащимся прививается трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда.

Владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализ, обобщения.

Получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия. Научиться искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную информацию.

Формирование трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам. Оборудование, строгое соблюдение правил техники безопасности.

Развитие всех познавательных процессов (памяти, мышления, внимания, воображения, речь).

Содержание учебного предмета

Личная гигиена. (4ч)

Уход за волосами (мытьё, причёска).

Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

Практические работы:

Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос.

Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей.

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

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

- периодичность и правила чистки зубов;
 - периодичность и правила чистки ушей;
 - периодичность мытья головы;
 - правила освещения помещения;
 - правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.
 - совершать утренний туалет;
 - совершать вечерний туалет в определенной последовательности;
- причесывать волосы и выбирать прическу.

Одежда и обувь.(6ч)

Виды одежды и головных уборов.

Уход за одеждой.

Обувь, уход за обувью.

Практическая работа:

Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Учащиеся должны иметь представление

почему нужно содержать одежду и обувь в чистоте;

как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов.

Основные требования к знаниям и умениям учащиеся

виды одежды и обуви,

правила ухода за одеждой и обувью.

подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;

различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная);

сушить мокрую одежду;

чистить одежду;

подбирать крем и чистить кожаную обувь;

чистить замшевую и текстильную обувь;

сушить мокрую обувь;

подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

Питание.(6ч)

Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой.

Приготовление завтрака.

Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.

Яйца отварные, яичница и омлет.

Приготовление салата, винегрета.

Заваривание чая.

Сервировка стола к завтраку.

Практические работы:

Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.

Чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды.

- значении продуктов питания для здоровья человека;

витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

виды бутербродов;

- различные меню завтрака;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- правила сервировки стола к завтраку;
- правила заваривания чая;
- назначение кухонных принадлежностей и посуды;
- правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником;

санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.

резать ножом продукты для бутербродов;

отваривать яйца, жарить яичницу и омлет;

нарезать вареные овощи кубиками и соломкой;

накрывать на стол с учетом конкретного меню;

мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду;

пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

Культура поведения.(4)

1. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.
2. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.
3. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.
4. Разговор со старшими и сверстниками.
5. Правила поведения за столом.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;
 - правила поведения при встрече и расставании;
- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения за столом.

следить за своей осанкой;

принимать правильную позу в положении сидя и стоя;

- следить за своей походкой и жестикуляцией;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

Жилище.(4)

1. Виды жилых помещений в городе.
2. Жилой дом. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления.
3. Почтовый адрес дома.

Практическая работа:

Заполнение почтового адреса на открытках.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

- виды жилых помещений в городе и их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы.

Учащиеся должны уметь:

- писать адреса на почтовых открытках.

Транспорт.(4)

1. Наземный городской транспорт.
2. Проезд в школу. (маршрут, виды транспорта).
3. Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Практическая работа:

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;
- правила передвижения на велосипеде.
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения.

Торговля.(6)

1. Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение.
2. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

основные виды магазинов, их назначение;
 виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;
 стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.
 выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;
 оплачивать покупку;
 соблюдать правила поведения в магазине.

Поурочное тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на основе каждой темы

| № урока | Раздел, тема урока | Количество часов | Коррекционные задачи |
|----------------|---|-------------------------|--|
| 1 | Личная гигиена | 1 | Развитие способностей обучающихся к осознанной регулятивной трудовой деятельности. |
| 2 | Уход за волосами (мытьё, причёска) | 1 | Развитие представлений, восприятия ощущений. |
| 3 | Гигиена зрения и слуха | 1 | |
| 4 | Гигиена чтения | 1 | Развитие памяти |
| 5 | Как смотреть телевизор | 1 | Развитие пространственных представлений и ориентации. |
| 6 | Виды одежды и головных уборов. | 1 | Развитие различных видов мышления |
| 7 | Уход за одеждой. | 1 | |
| 8 | Обувь, уход за обувью | 1 | |
| 9 | Продукты питания(хлеб, мясо, овощи, фрукты) | 1 | Развитие наглядно –образного мышления |
| 10 | Значения разнообразия, продуктов питания для здоровья человека. | 1 | |
| 11 | Место и условия приготовления пищи | 1 | Развитие словесно-логического мышления |
| 12 | Кухонные принадлежности, и приборы посуды. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 13 | Правила пользования и ухода за ними. | 1 | Развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий. |
| 14 | Химические средства для ухода за посудой. | 1 | |
| 15 | Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. | 1 | Развитие эмоционально – личностной сферы |
| 16 | Форма обращения к старшим и сверстникам при встречи и расставании. | 1 | |
| 17 | Форма обращения с вопросом, просьбой к старшим и сверстникам. | 1 | |
| 19 | Разговор со старшими и сверстниками. | 1 | Развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца. |
| 20 | Правила поведения за столом. | 1 | |
| 21 | Вид жилых помещений в городе | 1 | |
| 22 | Жилой дом. Варианты квартир и подсобных помещений, вид отопления. | 1 | Развитие монологической речи, обогащение словаря. |
| 23 | Почтовый адрес дома. | 1 | |
| 24 | Наземный городской транспорт. | 1 | |
| 25 | Поездка в школу(маршрут, вид транспорта) | 1 | Формирование умения анализировать свою деятельность |
| 26 | Поведение в транспорте. Поведение на улице. | 1 | |
| 27 | Правила дорожного движения | 1 | Развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий. |

| | | | |
|-------|--|---|--|
| 28 | Знаки дорожного движения. | 1 | |
| 29 | Продовольственные и промтоварные магазины. | 1 | |
| 30 | Универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. | 1 | Развитие способностей обучающихся к осознанной регулятивной трудовой деятельности. |
| 31 | Их назначение. | 1 | |
| 32 | Порядок приобретение товаров в продовольственных магазинах | 1 | |
| 33 | Стоимость основных продовольственных товаров | 1 | |
| 34 | Итоговое занятие. | 1 | |
| Итого | 34часа | | |