

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Калининская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 29.08.2019.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Калининская СОШ»  
Ольга Е.Г. Боршевская  
Приказ № 186 от 29.08.2019г.



**АДАПТИРОВАННАЯ  
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету  
Социально – бытовая ориентировка  
для обучающихся  
с умственной отсталостью  
5 класс  
на 2019-2020 учебный год

Ф.И.О. разработчика:  
Мельникова М.Н.  
Должность:  
учитель начальных классов

п. Калининское

2019 г.

Адаптированная рабочая программа по предмету Социально-бытовая ориентировка для учащихся 5 класса с ОВЗ (УО) составлена в соответствии с Положением о рабочих программах учебных предметов, курсов МОУ «Калининская СОШ», на основе:

-Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273 -ФЗ

- Приказа Министерства образования РФ от 10 апреля 2002 г. № 29/2065-п "Об утверждении Базисного учебного плана специальных (коррекционных) образовательных учреждений " (1вариант);

Программы специальной (коррекционной) общеобразовательной школы: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И.

Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2001. – сб.1;

- учебного плана МОУ «Калининская СОШ» на2018-2019 учебный год;

- календарного учебного графика на 2018-2019учебный год; Объем программы-35 часов (1 час в неделю).

### **Требования к уровню подготовки**

#### ***Знать:***

- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

- Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля)

- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

- Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

- Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

- Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.

- Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.

- Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

#### ***Уметь:***

Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение

- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье

- Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами

- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,

- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.

- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

### Содержание учебного предмета, курса

Темы	Содержание
«Личная гигиена»	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению. пагубное влияние на здоровье и развитие детского организма. Воспитание силы воли.
«Одежда и обувь»	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.
«Семья»	Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь
«Питание»	Значение питания в жизнедеятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола.
«Культура поведения»	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы.
«Транспорт»	Виды транспортных средств. Проезд в школу и домой. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.
«Торговля»	Виды торговых предприятий, их значение для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Виды товаров фасованные, на развес и розлив. Порядок приобретения товаров. Срок годности и стоимость, хранение.

## Тематическое планирование (с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы)

I

четверть (9 часов)

№	Наименование темы, раздела	Кол-во часов
<b>Раздел I: Личная гигиена (4 часа)</b>		
1.	<b>Урок 1.</b> Вводное занятие. Личная гигиена Её значение для здоровья и жизни человека Правила и приёмы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски	1
2.	<b>Урок 2.</b> Содержание в чистоте и порядке личных вещей.	1
3.	<b>Урок 3.</b> Гигиена чтения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.	1
4.	<b>Урок 4.</b> Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание силы воли	1
<b>Раздел II: Одежда и обувь (2 часа)</b>		
5.	<b>Урок 1.</b> Значение одежды, уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и значения	1
6.	<b>Урок 2.</b> Правила и приёмы повседневного ухода за обувью и одеждой, предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению	1
<b>Раздел III: Семья (3 часа)</b>		
7.	<b>Урок 1.</b> Семья, родственные отношения в семье ( мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка)	1
8.	<b>Урок 2.</b> Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их	1
9.	<b>Урок 3.</b> Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь.	1

## II

## четверть (8 часов)

№	Наименование темы, раздела	Кол-во часов
<b>Раздел I: Питание (7 ч.)</b>		
10.	<b>Урок 1.</b> Значение питания в жизни и деятельности людей.	1
11.	<b>Урок 2.</b> Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1
12.	<b>Урок 3.</b> Влияние правильного режима и рационального питания на здоровья детей	1
13.	<b>Урок 4.</b> Место приготовления пищи и оборудование его.	1
14.	<b>Урок 5.</b> Приготовление пищи не требующей тепловой обработки	1
15.	<b>Урок 6.</b> Правила и приёмы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.	1
16-17.	<b>Урок 7.</b> Сервировка стола.	2

## III

## ЧЕТВЕРТЬ ( 10 Ч)

№	Наименование темы, раздела	Кол-во часов
<b>Раздел I: Культура поведения (3 часа)</b>		
18- 19.	<b>Урок 1.</b> Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья .Формы исправления осанки	2
20.	<b>Урок 2.</b> Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приёмы обращения с просьбой, вопросом.	1
21.	<b>Урок 3.</b> Правила поведения за столом	1
<b>Раздел II: Жилище (4 часа)</b>		
22.	<b>Урок 1.</b> Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения	1
23.	<b>Урок 2.</b> Виды жилья: собственное, государственное	1
24.	<b>Урок 3.</b> Варианты квартир и подсобных помещений .по назначению спальня. гостиная, кухня, ванная Виды отопления	1
25.	<b>Урок 4.</b> Почтовый адрес дома, Школы-интерната	1
<b>Раздел III: Транспорт (3 часа)</b>		
26.	<b>Урок 1</b> Виды транспортных средств.	1
27.	<b>Урок 2.</b> Поведение в транспорте и на улице Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта)	1
28.	<b>Урок 3.</b> Правила дорожного движения	1

#### IV ЧЕТВЕРТЬ 8 ЧАСОВ

<b>Раздел I: Торговля (8 часов)</b>		
29.	<b>Урок 1</b> Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных	1
30.	Продуктовые магазины и их отделы	1
31.	Виды товаров фасованные и в развес и разлив	1
32.	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине	1
33.	Срок годности продуктов питания	1
34.	Стоимость товаров. Хранение товаров фасованных и в развес, разлив.	1
35.	Контрольный тест	1