

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета

протокол № \_\_1\_\_ от \_\_31.08.2023\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ «Школа – интерната № 22

  
Иванова И.Ю.

Приказ № 250\_ от 31.08.2023 \_\_\_\_\_

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа  
по предмету  
«Социально-Бытовая Ориентировка»  
для **11 «А» класса**  
на 2023-2024 учебный год

учитель: Пахомова Г.И.

### **Пояснительная записка.**

Учебная программа по СБО определяет содержание предмета, последовательность его прохождения по годам обучения, учитывает особенности познавательной деятельности детей с нарушением интеллекта.

Программа включает теоретические и практические занятия. При составлении программы учтены принципы повторяемости пройденного учебного материала и ввода нового.

#### **Цель:**

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

#### **Задачи:**

##### **образовательные:**

формирование знаний и умений, способствующих социальной адаптации, направленных на повышение уровня общего развития учащихся.

##### **коррекционные:**

развитие мышления, памяти, внимания, наблюдательности, речи,  
развитие познавательных способностей в процессе усвоения знаний, сообразительности, воображения,  
обогащение словарного запаса учащихся,  
умение общаться со сверстниками, окружающими людьми.

#### **Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся**

<b>Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся</b>	<b>Решение задачи воспитания и социализации учащихся с учетом рабочей программы воспитания</b>
1. Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека. Ценности: любовь к России, своему народу, своей малой родине, родному языку; закон и правопорядок; свобода и ответственность	формирование любви к школе, к своей малой родине (своему городу), народу, России; знакомство с государственной символикой; знакомство с традициями своей семьи и школы, бережное отношение к ним; к родному языку; формирование уважительного отношения к своей стране, гордость за её достижения и успехи; знакомство с традиционными ценностями многонационального российского общества;
2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания. Ценности: нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших	формирование представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; убежденности в приоритете общечеловеческих ценностей; закрепление правил вежливого поведения, культуры речи; формирование уважительного отношения к собеседнику, его взглядам; к родителям и другим членам своей семьи, к семейным ценностям и традициям; формирование представлений о дружбе и друзьях; установление дружеских взаимоотношений в коллективе, формирование уважительного отношения к людям разных профессий; развитие уверенности в себе и своих силах; формирование чувства великодушия, милосердия,

<p>3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни. Ценности: трудолюбие; творчество; познание; целеустремленность; настойчивость в достижении целей</p>	<p>формирование уважения к труду и творчеству старших и сверстников; формирование положительного отношения к учебному процессу; умения вести себя на уроках; развитие познавательных потребностей; потребности расширять кругозор; проявлять любознательность; формирование бережного отношения к результатам своего труда, труда других людей, к школьному имуществу, учебникам, личным вещам; умение нести индивидуальную ответственность за выполнение задания,</p>
<p>4. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива); активный, здоровый образ жизни</p>	<p>стремление не совершать поступки, угрожающие собственному здоровью и безопасности; стремление к активному образу жизни; формирование положительного отношения к спорту.</p>
<p>5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание). Ценности: жизнь; родная земля; окружающий мир; экология</p>	<p>формирование бережного, уважительного отношения к природе и всем формам жизни; понимание активной роли человека в природе; формирование чувства ответственности за жизнь и здоровье домашних питомцев; осознание необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</p>
<p>6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание) Ценности: красота; гармония; духовный мир человека; художественное творчество</p>	<p>развитие интереса к чтению, произведениям искусства, спектаклям, концертам, выставкам; стремление выразить себя в различных видах творческой деятельности; формирование уважительного отношения к мировой истории, памятникам литературы, искусства и науки; формирование положительного отношения к выдающимся личностям и их достижениям.</p>

**Рабочая программа по СБО разработана на основании документов:**

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 г. № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета 08.06.2021 г., протокол № 5.
- Учебного плана, реализующего образовательную программу, адаптированную для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с легкой умственной отсталостью) на 2023-2024 учебный год.
- «Программно-методическое обеспечение для 10-12 классов с углубленной трудовой подготовкой в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» пособие для учителя/ под ред. А.М. Щербаковой, Н.М. Платоновой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2018. Раздел «Социально-бытовая ориентировка», стр. 67

**Учебно-тематический план по СБО рассчитан на 2 ч. в неделю, 68 часов в год.**

## **Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным УМК.**

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределения содержания программы, исходя их психофизиологических особенностей класса.

### **Средства, методы и формы обучения.**

На уроках СБО могут использоваться следующие методы и приемы обучения: объяснение, экскурсия, беседа, демонстрация, наблюдение, моделирование реальных ситуаций, дидактические, режиссерские, сюжетно – ролевые игры, упражнения в виде записей и графических работ, проблемные ситуации, решение логических задач, оценивание действий людей в реальных жизненных ситуациях, чтение и обсуждение художественной литературы, упражнения в применении полученных знаний.

Для повышения эффективности учебного процесса на уроках используются цифровые образовательные ресурсы (ЦОР): демонстрация видеосюжетов, фотографий, слайдов; использование компьютерных технологий.

### **Использование современных технологий:**

Информационно-коммуникационные,  
личностно-ориентированное обучение;  
здоровьесберегающие,  
игровые.

### **Виды и формы контроля:**

Контроль осуществляется,

- устный,
- письменный;
- выполнение тестов,
- практическая работа.

Оценка ставится с учетом индивидуальных особенностей детей.

Так же осуществляется итоговый контроль знаний умений и навыков в конце четверти в виде самостоятельной тестовой или практической работы.

Для более слабых детей предлагается увеличение по времени выполнение заданий или замена их более легкими. Оценка при этом не снижается.

Содержание учебного материала предмета должно предусматривать изучение всего, что окружает человека в быту и социуме, отработку умений и навыков самообслуживания и самообеспечения личных потребностей в быту, в труде, отработку навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях.

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- практическое занятие;
- контрольная работа;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Форма, режим</b>	<b>Этап изучения материала</b>
---------------------------------	---------------------	--------------------------------

Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий
Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося
Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Кроме образовательных ресурсов Интернет, в процессе дистанционного обучения могут использоваться традиционные информационные источники, в том числе учебники, учебные пособия, хрестоматии, задачки, энциклопедические и словарно-справочные материалы, прикладные программные средства и пр. Обучающиеся должны быть ознакомлены с перечнем обязательных и дополнительных образовательных ресурсов по осваиваемой образовательной программе.

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов;
- выполнение индивидуального творческого задания;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них.

#### **Основные направления:**

I. Знакомство с предметами быта включает:

- усвоение точного названия, назначения, правил обращения с предметами, а также выработку необходимых реальных, правильных навыков использования этих предметов. В первую очередь, это вещи, окружающие ребёнка (одежда, обувь, предметы личной гигиены); предметы широкого круга (обстановка жилища, предметы ухода за одеждой, обувью, жилищем).

II. Знакомство с миром общения:

- усвоение правил поведения в повседневной жизни в общественных местах;
- выработка навыков общения со сверстниками и взрослыми;
- формирование правильных представлений о различных службах, умение обращаться к их услугам.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм

поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

### **Содержание программы по основным разделам курса СБО:**

Программа раскрывает следующие основные разделы курса СБО:

1. Личная гигиена – 4 часа
  2. Одежда и обувь - 4 ч
  3. Питание – 12 часов
  4. Жилище – 4 ч
  5. Транспорт – 4 часа
  6. Торговля - 2 часа
  7. Семья – 6 часов
  8. Средства связи – 2 часа
  9. Медицинская помощь – 4 часа
  10. Учреждения и организации – 2 ч
  11. Трудоустройство – 8 часов
  12. Предприятия бытового обслуживания – 2 часа.
  13. Культура поведения – 2 часа
  14. Бюджет - 2ч
- Повторение 8ч  
Итого 68ч

### **Реализация практической части рабочей программы по СБО.**

Для приобретения практических навыков и повышения уровня знаний на уроках СБО значительное внимание отводится:

- экскурсиям (на промышленные предприятия, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения)
- практическим работам по разделам «Питание», «Одежда и обувь», Жилище», «Средства связи»
- проведению сюжетно-ролевых игр по разделам «Торговля», «Семья», «Жилище», «Трудоустройство»
- демонстрации видеофильмов, презентаций

### **Уроки СБО направлены на:**

установление четкой связи с окружающей действительностью для повышения интереса и мотивации;

определение приоритетности учебных предметов с точки зрения их значимости в решении вопросов социальной адаптации;

усиление межпредметных связей и создание интегрированного курса в 10 классе.

Содержание учебного материала предмета должно предусматривать изучение всего, что окружает человека в быту и социуме, отработку умений и навыков самообслуживания и самообеспечения личных потребностей в быту, в труде, отработку навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях.

Материал дается в виде повторения и усложнения разделов, которые были изучены в 5 – 9 классах, чтобы нагляднее установить для учащихся связь между жизненной ситуацией и необходимыми учебными знаниями из других предметов.

### **Учащиеся должны знать:**

1. Способы ухода за ногтями и выполнение бритья, санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными и бритвенными принадлежностями.
2. Рецепты и способы приготовления вторых блюд, правила консервирования фруктов, способы выпекания булочек, кексов, печенья.
3. Правила приема гостей и поведение в гостях.
4. Состав семьи и обязанности ее членов.
5. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни, правила техники безопасности при работе с электроприборами, средства и способы борьбы с вредными

насекомыми.

6. Составление трудового договора, виды работ и профессий.

7. Причины возникновения инфекционных заболеваний, профилактические меры, значение прививок.

8. Источники семейного бюджета, необходимые ежемесячные платежи, назначение сбережений, порядок оформления вкладов в сбербанке

**Учащиеся должны уметь:**

1. Ухаживать за ногтями, бриться.

2. Готовить вторые блюда выпекать печенье, кексы. Консервировать фрукты.

3. Выполнять правила приема гостей и поведение в гостях.

4. Помогать родителям, ухаживать за младшими сестрами и братьями.

5. Пользоваться бытовыми электроприборами, производить уборку кухни.

6. Составлять автобиографию, анкету, писать заявления.

7. Ухаживать за больным в домашних условиях и производить санитарную обработку помещения.

8. Планировать расходы на месяц, вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета.

**Практические работы:**

Выполнение ухода за волосами, выполнение бритья; приготовление вторых блюд (котлеты, рыба и гарниры к ним) выпечка печенья; ролевые игры; выполнение работ связанных с использованием электроприборов, уборка кухни; составление договора, ролевые игры, выполнение процедур по уходу за больным дома; экскурсия в сбербанк, планирование расходов на месяц, ведения тетради прихода и расхода средств.

**Календарно-тематическое планирование**

№п/п	Тема	Кол - во часов	Виды, формы контроля	Дата	
				по плану	по факту
1	Уход за волосами. Средства для причёски: лак, гель, пенка.	1ч		2.09	
2.	Средства для загара. Чтение инструкции. Индивидуальный подбор средств для детей, различных типов кожи.	1ч	Пр. работа	2.09	
3	Правила безопасности при работе на кухне. Составление меню на день, неделю.	1ч		9.09	
4	Виды праздничного стола: традиционный, фуршет.	1ч		9.09	
5	Рецептура консервированных заготовок.	1ч		16.09	
6	Приготовление солений и маринадов	1ч	Пр. работа	16.09	
7	Рецептура первых блюд.	1ч		23.09	
8	Приготовление бульона из мяса или рыбы.	1ч	Пр. работа	23.09	
9	Рецептура вторых блюд.	1ч		30.09	
10	Приготовление второго блюда из отварного мяса или рыбы.	1ч	Пр. работа	30.09	
11	Рецептура и приготовление торта из готовых коржей.	1ч		7.10	
12	Приготовление торта из готовых коржей.	1ч	Пр. работа	7.10	
13	Рецептура пирожных.	1ч		14.10	

14	Приготовление пирожных.	1ч	Пр. работа	14.10	
15	Повторение.	1ч		21.10	
16	Повторение.	1ч		21.10	
17	Стиль, мода, обновление одежды.	1ч		11.11	
18	Значение ухода за одеждой и обувью.	1ч		11.11	
19	Глажение вещей.	1ч		18.11	
20	Особенности глажения фасонной одежды с учётом свойств ткани.	1ч	Пр. работа	18.11	
21	Семья. Основы семейных взаимоотношений.	1ч		25.11	
22	Твоя будущая семья.	1ч		25.11	
23	Образ жизни будущей мамы. Подготовка необходимых вещей для ребёнка.	1ч		2.12	
24	Уход за грудным ребёнком.	1ч		2.12	
25	Одежда и принадлежности для младенца.	1ч		9.12	
26	Одевание памперсов.	1ч	Пр. работа	9.12	
27	Мебель и оборудование детской комнаты или детской зоны.	1ч		16.12	
28	Санитарно - гигиенические требования к уборке.	1ч	Пр. работа	16.12	
29	Повторение.	1ч		23.12	
30	Повторение.	1ч		23.12	
31	Личная гигиена. Гигиена тела: использование дезодорантов, кремов, пены для ванны, соли, трав.	1ч		13.01	
32	Косметические средства для юноши и девушки. Соответствие макияжа ситуации.	1ч	Пр. работа	13.01	
33	Водный транспорт. Правила пользования и поведение.	1ч		20.01	
34	Воздушный транспорт. Порядок посадки в самолёт. Правила поведения.	1ч		20.01	
35	Еженедельная уборка всей квартиры. Последовательность уборки.	1ч		27.01	
36	Бытовые электроприборы, используемые для уборки квартиры.	1ч		27.01	
37	Моющие и чистящие средства.	1ч		3.02	
38	Практическая уборка жилой зоны класса.	1ч	Пр. работа	3.02	
39	Бюджет. Пенсионное обеспечение как доход. Пенсия через почту и Сбербанк.	1ч		10.02	
40	Виды пенсионных вкладов. Оплата коммунальных услуг через Сбербанк. Планирование расходов на месяц.	1ч		10.02	
41	Виды такси. Назначение. Вызов по телефону. Оплата.	1ч		17.02	
42	Меры безопасности при	1ч		17.02	

	использовании частного транспорта.				
43	Культура общения. Поведение юноши по отношению к девушке.	1ч		24.02	
44	Поведение девушки по отношению к юноше.	1ч		24.02	
45	Предприятия бытового обслуживания. «Прокат», его назначение, виды услуг.	1ч		3.03	
46	«Ремонт квартир» - назначение, виды услуг. Порядок обращения	1ч		3.03	
47	Страховой медполис, его назначение.	1ч		10.03	
48	Лист нетрудоспособности и предъявление его по месту работы.	1ч		10.03	
49	Повторение	1ч		17.03	
50	Повторение	1ч		17.03	
51	Профилактика ОРВ и гриппа.	1ч		7.04	
52	Платные услуги негосударственных учреждений	1ч		7.04	
53	Трудоустройство. Значимость образования.	1ч		14.04	
54	Поиск работы в службе занятости и на ярмарках вакансий.	1ч		14.04	
55	Имидж и поведение молодого человека на собеседовании при приёме на работу.	1ч		21.04	
56	Ролевая игра «Чего хочу – что могу – что мне надо».	1ч		21.04	
57	Резюме. Правила составления.	1ч		28.04	
58	Правила телефонного разговора перед собеседованием.	1ч	Пр. работа	28.04	
59	Документы при приёме на работу.	1ч		5.05	
60	Правильность заполнения документов.	1ч	Пр. работа	5.05	
61	Работа по контракту. Правила перехода на другую работу.	1ч		12.05	
62	Льготные категории работающих. Социальные гарантии для инвалидов.	1ч		12.05	
63	Профессии для самостоятельного поиска.	1ч		19.05	
64	Функции Центра соцзащиты, РЭУ, МЧС.	1ч		19.05	
65	Функции УВД, правоохранительных органов.	1ч			
66	Местонахождение, порядок обращения, подача заявлений.	1ч	Пр. работа		
67	Повторение.	1ч			
68	Повторение .	1ч			