

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета

протокол № \_\_1\_\_ от \_\_31.08.21\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ школы – интерната № 22

Иванова И.Ю.

Приказ № 198 от 31.08.21



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

Рабочая программа  
по социально – бытовой ориентировке  
для 9 «в» класса  
учитель Пахомова Г.И..  
на 2021 – 2022 учебный год

### **Пояснительная записка.**

Программа учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» (СБО), направлена на социализацию учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью и является наиболее значимой в процессе их образования.

Важнейшей составляющей обучения предмету СБО является практическая направленность образовательного процесса, ориентированного на индивидуально-типологические особенности каждого учащегося. Интегративный подход, предполагающий освоение учащимися системы жизненно необходимых практических навыков и умений для адекватного проживания в социуме составляет основу предмета СБО.

Необходимость включения предмета «Социально-бытовая ориентировка» в учебный план всех классов для учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью обусловлена крайне низким развитием высших психических функций учащихся, сниженными возможностями манипулятивных действий и участия в любом виде деятельности.

Все этапы обучения построены на основе линейно-концентрического принципа. «Социально-бытовая ориентировка» - практико-ориентированный предмет. С учётом данного обстоятельства значительное Программы отведено на дидактические игры и упражнения, ролевые игры, практические упражнения, экскурсии.

Огромное значение для эффективности уроков по предмету имеет предметно-практическая среда, отвечающая современному уровню жизнеобеспечения.

Программа предмета СБО построена с учётом местных и региональных социально-бытовых особенностей, что необходимо для формирования у учащихся практических навыков безопасной жизнедеятельности.

Индивидуальный и дифференцированный подход к учащимся – один из главных принципов построения программы, что позволяет обеспечивать структурную простоту содержания, снижение темпов обучения, максимальные возможности для многократных проигрываний ситуаций самостоятельного проживания, использование невербальных и вербальных средств общения, при формировании представлений о предметах личной гигиены, предметов одежды, обуви, продуктов питания, способах приготовления простых блюд и др.

Данная «Программа» взаимосвязана с различными предметами «Программы образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» и направлениями коррекционно-развивающей области и позволяет систематизировать и закрепить знания, умения и навыки, полученные учащимися при изучении предметов: «Развитие речи и окружающий мир»; «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности».

Программа СБО включает следующие разделы: «Одежда и обувь»; «Питание»; «Жилище»; «Культура поведения»; «Транспорт»; «Семья»; «Торговля»; «Средства связи»; «Учреждения и организации»; «Экономика домашнего хозяйства».

**Цель:** подготовка учащихся к взрослой жизни через овладение навыками самообслуживания, общение, приспособление их к жизни в обществе, воспитание максимально возможного уровня самостоятельности, обеспечивающих адекватное поведение

#### **Задачи**

##### **Образовательные:**

- формировать, уточнять и закреплять основные умения и навыки, обеспечивающие постепенное вхождение в социальную жизненную среду;
- формировать элементарную систему бытовых знаний, обеспечивающих учащимся комфортное проживание в семье, школе и др.;
- обучать учащихся называнию предметов одежды и обуви и способам ухода за ними;
- учить практическим умениям приготовления элементарных блюд, правилам хранения продуктов, соблюдению санитарно-гигиенических требований;

- формировать умения по уходу за жилищем, элементарные действия по созданию уюта в доме;
- обучать элементарным правилам поведения в классе, дома, в транспорте, общественных местах;
- обучать алгоритмам проезда на транспорте;
- обучать элементарным знаниям о составе семьи, её членах, распределении обязанностей между членами семьи;
- обучать умению различать магазины по видам, совершать элементарные покупки для приготовления пищи;
- знакомить со средствами связи: почтой, телефоном, телеграфом, правилами пользования в экстренных случаях;
- формировать у учащихся элементарные навыки посещения поликлиники, общения и альтернативной коммуникации;
- закрепить понятийный аппарат (название предметов, действий с ними); чёткое представления последовательности операций с предметами, знание правил безопасного поведения, умений вести себя в чрезвычайных ситуациях.

#### **Коррекционно-развивающие:**

- развивать познавательные интересы жизнеобеспечивающего характера на основе ознакомления с бытовыми, здоровьеразвивающими ситуациями;
- развивать наглядно-действенное мышление и элементы наглядно-образного и логического мышления;
- формировать осторожное и осмотрительное отношение к окружающему социальному и природному миру;
- расширять кругозор учащихся, умение ориентироваться в условиях большого города, способствовать общему развитию учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью.

#### **Воспитательные:**

- расширять общекультурный кругозор (культуру внешнего вида, ношения одежды, обуви, приёма пищи и др.);
- отрабатывать доступные модели культурного межличностного общения, необходимые в различных стандартных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитывать адекватную эмоциональность учащихся.

**Рабочая программа по альтернативному чтению составлена на основании:**

- 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 умеренной умственной отсталостью) на 2021-2022 учебный год.
- «Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н.Яковлевой, - СПб: ЦДК, 2011 г.

Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным УМК.

Программа рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю).

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приёмов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизических особенностей класса.

В процессе обучения СБО используются следующие современные образовательные

технологии: информационно-коммуникационные, личностно-ориентированное обучение, здоровьесберегающие, игровые, технологии развивающего обучения, практикумы.

**Формы организации учебного процесса:**

- игровая;
- предметно-практическая;
- трудовая;
- элементарная учебная деятельность.

**Виды и формы контроля:**

- устный контроль;
- практическая работа.

**Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:**

- собеседование;
- устный опрос;
- практическая работа.

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:

- консультация;
- практическое занятие;
- 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

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, интерактивных заданий;
- выполнение практического задания (индивидуально или в группах);
- выполнение индивидуального или группового творческого задания;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них.

## Содержание программы

### **I полугодие**

#### **Одежда и обувь.**

Дальнейшее знакомство учащихся с видами одежды (летняя, зимняя, демисезонная), способами ухода за ней и хранения её.

Сухая и влажная чистка одежды, стирка.

Удаление загрязнений, подготовка одежды к хранению.

Практические действия по уходу и хранению одежды (в специально созданных условиях).

#### **Питание.**

Дальнейшее обучение приготовлению салатов. Виды салатов.

Простейшие рецепты салатов.

Обучение технологии приготовления салата из помидоров и огурцов, зелёного лука и укропа.

Технология приготовления винегрета.

Подготовка овощей к приготовлению салатов (обработка, нарезка), смешивание и заправка маслом, сметаной. Отработка навыка безопасного пользования ножом, тёркой.

Упражнения в чтении рецепта, технологической карты, пиктограмм, проговаривания выполняемых действий.

Практические действия по сервировке стола к ужину (с помощью учителя).

#### **Жилище.**

Дальнейшее знакомство с интерьером помещений. Виды мебели.

Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов мебели.

Средства и способы ухода за мебелью (полировка изделий из дерева, чистка мягкой мебели пылесосом).

Средства и способы ухода за ковровыми покрытиями.

Инвентарь для уборки гостиной, моющие средства.

Практические занятия по уборке гостиной в специально созданных условиях и с помощью педагога.

Обработка последовательности уборки гостиной по технологической карте, пиктограммам.

#### **Средства связи.**

Дальнейшее знакомство учащихся с почтой, назначением почтового отделения. Виды почтовых отправлений.

Экскурсия на почту. Наблюдение за работой почтальона (сортировка писем, газет, журналов).

Экскурсия на телеграф. Наблюдение за работой телеграфиста (приём и отправка телеграмм).

Чтение произведений С.Я. Маршака с рассматриванием иллюстраций.

Ролевая игра «Почта» с обучением образительным действиям отправителя, адресата, почтальона, телеграфиста.

#### **Культура поведения.**

Дальнейшее обучение взаимодействию мальчиков и девочек: обращаться друг к другу, разговаривать в различных видах деятельности.

Рассматривание иллюстраций, наблюдение за специально созданными ситуациями взаимодействия мальчиков и девочек.

#### **Транспорт.**

Обучение правилам поведения в общественном транспорте в ролевых играх: «Я пассажир автобуса (трамвая, троллейбуса, метро)». Способы оплаты проезда в разных видах транспорта. Закрепление форм обращения к кондуктору и водителю трамвая, автобуса, троллейбуса; формы обращения к дежурному по станции метро в сопряжённой и отражённой речи.

Отработка навыков поездки в городском транспорте, полученных на практических занятиях и в ролевых играх.

Практические занятия «Поездка в метро», «Поездка в трамвае» и др.

### **Торговля.**

Дальнейшее знакомство учащихся со специализированными магазинами: «Фрукты», «Овощи». Отработка навыка сопряжённого и отражённого названия овощей.

Выбор овощей для приготовления салата, определение качества необходимых овощей.

Стоимость овощей, их покупка в магазине с помощью педагога.

### **II полугодие**

#### **Одежда и обувь.**

Подбор моющих средств для стирки.

Ручная стирка и сушка изделий из шерсти (шапочки, шарфы, варежки).

#### **Питание.**

Дальнейшее обучение учащихся приготовления каши. Виды круп (овсяная, гречневая, рисовая).

Простейшие рецепты каш. Технологии приготовления гречневой и рисовой каш.

Выбор и подготовка посуды к приготовлению гречневой (рисовой) каши. Упражнения в чтении рецепта по технологической карте, пиктограммам. Сопряжённое и отражённое проговаривание выполняемых действий.

Обучение умению (с помощью педагога) ставить кастрюлю на плиту, снимать с плиты, соблюдая правила безопасности, варить гречневую (а также рисовую) кашу соблюдая рецепт, последовательность и время выполнения технологического процесса.

#### **Жилище.**

Дальнейшее знакомство учащихся с жилыми помещениями. Ванная и туалетные комнаты.

Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов сантехники.

Наблюдение за уборкой туалетных комнат. Средства для мытья ванны, унитаза, раковины, инвентарь для уборки туалетных комнат.

Важность и необходимость соблюдения гигиенических требований в ваннных комнатах для здоровья человека. Формирование навыков ухода за руками после уборки помещений.

#### **Культура поведения.**

Совершенствовать умения учащихся по контролю и уходу за своим внешним видом (лицом и одеждой).

Чтение произведений Е. Блачиной, К. Чуковского, А. Барто с рассматриванием иллюстраций.

Практические действия по подбору одежды для посещения театра.

Утюжка одежды.

#### **Транспорт.**

Обучение учащихся находить остановки общественного транспорта по знакам. Обучение умению выбирать транспортные средства для наиболее рационального передвижения.

Дидактические игры и упражнения на формирование умения узнавать знаки остановок общественного транспорта, станций метро. Отработка навыков поездки в городском транспорте, полученных на практических занятиях и ролевых играх.

Практические занятия: «Поездка в метро», «Поездка в автобусе», «Поездка в трамвае» и др.

### **Торговля.**

Дальнейшее знакомство детей с сетью специализированных магазинов «Мебель». Виды мебели (мебель для спальни, мебель для гостиной, мебель для кухни).

Экскурсия в мебельный магазин. Наблюдение за приобретением мебели в магазине. Наблюдение за погрузкой мебели для доставки покупателю. Дидактические игры и упражнения, обучающие выбирать необходимую мебель для жилых помещений (с помощью педагога).

### **ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ (9 класс)**

Учащиеся должны знать:

- виды одежды, способы ухода за ней и хранения;
- виды мебели, средства и способы ухода за ней;
- виды почтовых отправок, назначение предприятий почты и телеграфа;
- правила поведения в общественном транспорте.

Учащиеся должны уметь:

- ухаживать за одеждой и хранить её между сезонами;
- выбирать овощи для приготовления салатов и готовить салаты по простейшим рецептам, гречневую и рисовую каши;
- выбирать в дидактических играх необходимую мебель для жилых помещений;
- убирать помещения в специально созданных условиях;
- выбирать транспортные средства для наиболее рационального передвижения.

### **Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Тема урока	Ко-во часов	Виды и формы контроля	Сроки	
				по плану	по факту
1.	Виды одежды (летняя, зимняя, демисезонная).	1 ч.		2.09	
2.	Способы ухода за одеждой.	1 ч.		2	
3.	Сухая и влажная чистка одежды.	1 ч.		6.09	
4.	Стирка одежды.	1 ч.		9	
5.	Стирка одежды.	1 ч.	Пр. раб.	9	
6.	Удаление загрязнений с одежды.	1 ч.		13	
7.	Подготовка одежды к хранению.	1 ч.		16	
8.	Практические действия по уходу и хранению одежды.	1 ч.		16	
9.	Практические действия по уходу и хранению одежды.	1 ч.	Пр. раб.	20	
10.	Виды салатов.	1 ч.		23	
11.	Простейшие рецепты салатов.	1 ч.		23	
12.	Технология приготовления салата из овощей.	1 ч.		27	
13.	Технология приготовления салата из овощей.	1 ч.	Уст. опр.	30	
14.	Технология приготовления винегрета.	1 ч.		30	
15.	Подготовка овощей к приготовлению салатов. Смешивание и заправка	1 ч.	Пр. раб.	4.10	

	маслом, сметаной.				
16.	Отработка навыка безопасного пользования ножом, тёркой.	1 ч.		7	
17.	Упражнения в чтении рецепта, технологической карты, пиктограмм, проговаривания выполняемых действий.	1 ч.		7	
18.	Практические действия по сервировке стола к ужину.	1 ч.	Пр. раб.	11	
19.	Практические действия по сервировке стола к ужину.	1 ч.		14	
20.	Интерьер жилого помещения.	1 ч.		14	
21.	Знакомство с интерьером помещений.	1 ч.		18	
22.	Повторение	1 ч.		21	
23.	Повторение	1 ч.		21	
24.	Виды мебели.	1 ч.		4.11	
25.	Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов мебели.	1 ч.		4	
26.	Средства и способы ухода за мебелью.	1 ч.		8	
27.	Средства и способы ухода за мебелью.	1 ч.	Пр. раб.	11	
28.	Средства и способы ухода за ковровыми покрытиями.	1 ч.		11	
29.	Инвентарь для уборки гостиной, моющие средства.	1 ч.	Уст. опр.	15	
30.	Практические занятия по уборке гостиной в специально созданных условиях.	1 ч.	Пр. раб.	18	
31.	Практические занятия по уборке гостиной.	1 ч.		18	
32.	Обработка последовательности уборки гостиной по технологической карте.	1 ч.		22	
33.	Почта.	1 ч.		25	
34.	Виды почтовых отправлений.	1 ч.		25	
35.	Экскурсия на почту.	1 ч.		29	
36.	Экскурсия на почту.	1 ч.		2.12	
37.	Экскурсия на телеграф.	1 ч.		2	



38.	Чтение произведений С.Я. Маршака.	1 ч.		6	
39.	Ролевая игра «Почта».	1 ч.		9	
40.	Обучение взаимодействию мальчиков и девочек.	1 ч.		9	
41.	Обучение взаимодействию мальчиков и девочек.	1 ч.		13	
42.	Рассматривание сюжетных картин (взаимодействие мальчиков и девочек).	1 ч.	Уст. опр.	16	
43.	Правила поведения в общественном транспорте в ролевых играх: «Я пассажир».	1 ч.		16	
44.	Формы обращения к кондуктору во трамвая, автобуса, дежурному по станции метро.	1 ч.	Пр. раб.	20	
45.	Отработка навыков поездки в городском транспорте.	1 ч.		23	
46.	Повторение.	1 ч.		23	
47.	Повторение.	1 ч.		27	
48.	Магазины: «Фрукты», «Овощи».	1 ч.		10.01	
49.	Магазины: «Фрукты», «Овощи».	1 ч.	Уст. опр.	13	
50.	Правила поведения в магазине.	1 ч.		13	
51.	Профессии сотрудников магазина	1 ч.		17	
52.	Выбор овощей для приготовления салата, определение качества необходимых овощей.	1 ч.		20	
53.	Стоимость овощей, их покупка в магазине с помощью педагога.	1 ч.	Пр. раб.	20	
54.	Подбор моющих средств для стирки.	1 ч.		24	
55.	Подбор моющих средств для стирки.	1 ч.		27	
56.	Ручная стирка и сушка изделий из шерсти (шапочки, шарфы, варежки).	1 ч.	Пр. раб.	27	
57.	Простейшие рецепты каш. Технологии приготовления гречневой и рисовой каш.	1 ч.		31	
58.	Выбор и подготовка посуды к приготовлению гречневой (рисовой)	1 ч.		3.02	

	каши.				
59.	Упражнения в чтении рецепта по технологической карте, пиктограммам.	1 ч.	Пр. раб.	3	
60.	Правила безопасности приготовления каш.	1 ч.		7	
61.	Приготовление каши соблюдая рецепт.	1 ч.	Пр. раб.	10	
62.	Сервировка стола к завтраку и ужину.	1 ч.		10	
63.	Сервировка стола к завтраку и ужину.	1 ч.		14	
64.	Жилые помещения	1 ч.		17	
65.	Ванная и туалетные комнаты.	1 ч.		17	
66.	Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов сантехники.	1 ч.		21	
67.	Дидактические игры и упражнения на узнавание и называние предметов сантехники.	1 ч.		24	
68.	Техника безопасности при использовании бытовой химии.	1 ч.	Уст. опр.	24	
69.	Наблюдение за уборкой туалетных комнат.	1 ч.		28	
70.	Средства для мытья ванны. Инвентарь для уборки туалетных комнат.	1 ч.		3.03	
71.	Соблюдения гигиенических требований в ваннах комнатах для здоровья человека.	1ч.		3	
72.	Формирование навыков ухода за руками после уборки помещений.	1ч.		7	
73.	Чтение рассказа К. Чуковского «Мой Додыр»с рассматриванием иллюстраций.	1 ч.		10	
74.	Чтение рассказа К. Чуковского «Мой Додыр»с рассматриванием иллюстраций.	1 ч.		10	
75.	Уход за своим внешним видом.	1 ч.		14	
76.	Уход за своим внешним видом.	1 ч.		17	
77.	Повторение.	1 ч.		17	
78.	Повторение.	1 ч.		21	
79.	Практические действия по подбору одежды для посещения театра.		Пр. раб.	4.04	
80.	Практические действия по подбору одежды для посещения театра.	1 ч.	Пр. раб.	7	

81.	Утюжка одежды.	1 ч.		7	
82.	Утюжка одежды.	1 ч.		11	
83.	Остановки общественного транспорта по знакам.	1 ч.		14	
84.	Выбор транспорта для наиболее рационального передвижения.	1 ч.	Тест.	14	
85.	Дидактические игры и упражнения «Знаки остановок общественного транспорта, станций метро».	1 ч.		18	
86.	Отработка навыков поездки в городском транспорте.	1 ч.	Пр. раб.	21	
87.	Отработка навыков поездки в городском транспорте.	1 ч.		21	
88.	Занятие: «Поездка в метро».	1 ч.	Пр. раб.	25	
89.	Занятие: «Поездка в метро».	1 ч.		28	
90.	Поездка в автобусе.	1 ч.	Пр. раб.	28	
91.	Поездка в автобусе.	1ч.		2.05	
92.	Поездка в трамвае.	1 ч.		5	
93.	Поездка в трамвае.	1ч.		5	
94.	Виды мебели.	1ч.		9	
95.	Магазин «Мебель».	1 ч.		12	
96.	Виды мебели (мебель для спальни, мебель для гостиной, мебель для кухни).	1 ч.		12	
97.	Экскурсия в мебельный магазин.			16	
98.	Наблюдение за погрузкой мебели для доставки покупателю.	1 ч.		19	
99.	Наблюдение за погрузкой мебели для доставки покупателю.	1 ч.	Уст. опр.	19	
100.	Дидактические игры и упражнения «Выбираем мебель для комнаты».	1 ч.		23	
101.	Повторение.	1 ч.	Тест.		
102.	Повторение.	1 ч.			