

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза В.И. Суркова с.Владимировка муниципального района Хворостянский Самарской области

РАССМОТРЕНО
На заседании МО

Тупикова А.В.
Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

ПРОВЕРЕНО
Куратор УР

Назарова Е.П.
Протокол № 2
от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Савкина Е.А.
Приказ № 72
«29» августа 2025 г. от

**Рабочая программа
коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»
для обучающихся с умственной отсталостью
(вариант 1)**

для 1-4 классов

Владимировка 2025 г

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» 1-4 класс

Личностные и метапредметные результаты освоения коррекционного курса.

Особое внимание на занятиях по социально-бытовой ориентировке уделяется формированию универсальных компетенций, таких как:

- умение организовывать свою деятельность, выбирать и использовать средства для достижения поставленной цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение использовать полученную информацию в общении со взрослыми людьми и сверстниками.

Метапредметные связи:

- *Русский язык.* Обогащение словарного запаса. Запись текстов, составление деловых бумаг.
- *Математика.* Расчет ингредиентов при приготовлении пищи, измерение площади квартиры.
- *Литературное чтение.* Использование пословиц, поговорок, загадок для развития устной речи. Следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, обосновывать вывод. Развитие диалогической речи учащихся.
- *Окружающий мир.* Экскурсии на промышленные сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.
- *Технология.* Организация труда. Творческое отношение к домашнему труду: уборка помещения, чистка одежды и обуви.

Ожидаемые результаты

Личностными результатами изучения курса являются:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных

- качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;
- владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;
 - получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Содержание коррекционного курса

Социально-бытовая ориентировка относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учетом возрастных и специфических особенностей и возможностей детей с нарушением зрения. При этом учитываются местные особенности и национальные традиции.

Содержание занятий включает в себя следующие разделы: «Формирование здорового образа жизни. Личная гигиена», «Формирование знаний об обуви и одежде. Культура одежды и обуви», «Формирование знаний о жилье», «Формирование знаний о питании. Приготовление пищи», «Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность».

Занятия по теме «Личная гигиена» позволяют детям овладеть умениями и навыками гигиены и охраны зрения и осязания, ухода за кожей, сохранения и укрепления своего здоровья.

Расширению навыков самообслуживания способствуют тематические занятия «Культура одежды и обуви», «Жилище». Они включают знакомство с повседневным уходом за одеждой, обувью и жилищем.

Занятия в разделе «Приготовление пищи» предусматривают ознакомление детей с основными продуктами питания, способами приготовления и хранения пищи, сервировкой стола, показываются правила поведения за столом.

Пути и средства установления личных взаимоотношений в семье, группе, классе, общественных местах раскрываются в разделе «Коммуникативная деятельность». Детям показываются правила поведения при посещении музеев, библиотек, кинотеатров, клубов, почты, магазина.

Овладение навыками социально-бытовой ориентировки облегчает социальнопсихологическую адаптацию детей с нарушением зрения к современным условиям жизни.

Содержание программы

1-й класс

Диагностика на начало года.

Формирование здорового образа жизни. Личная гигиена.

Формирование знаний об обуви и одежде.

Культура одежды и обуви.

Формирование знаний о жилье.

Формирование знаний о питании.

Приготовление пищи.

Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.

Диагностика на конец года.

Планируемые результаты 1-го класса

Обучающиеся должны уметь:

- соблюдать правила личной гигиены тела, волос;
- осуществлять повседневный уход за одеждой (чистку и хранение);
- осуществлять подбор одежды, головных уборов по сезону;
- осуществлять чистку обуви, стирку одежды;
- знать основные продукты;
- готовить простые бутерброды; заваривать чай;
- владеть сервировкой стола к чаю;
- знать виды помещений в городе и деревне;
- уметь осуществлять уборку спальни, учебного кабинета (вытираение пыли); осуществлять уход за комнатными растениями (полив, рыхление);
- уметь выполнять простейшие бытовые поручения;
- владеть правилами поведения при встрече и расставании, поддерживать тактичный, вежливый разговор с товарищами, взрослыми;
- знать помещения школы, их назначение.

2-й класс

Диагностика на начало года.

Формирование здорового образа жизни. Личная гигиена.

Формирование знаний об обуви и одежде. Культура одежды и обуви.

Формирование знаний о жилье.

Формирование знаний о питании.

Приготовление пищи.

Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.

Диагностика на конец года.

Планируемые результаты 2-го класса

Обучающиеся должны уметь:

- уметь ухаживать за телом, стричь ногти, владеть правилами ухода за кожей; владеть навыками ухода за одеждой и обувью, производить мелкий ремонт (пришивание пуговиц, вешалок) и др.;
- уметь стирать и гладить носовые платки;
- знать санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к приготовлению пищи, и основные правила приготовления салатов, винегрета и др.;
- уметь выполнять отдельные хозяйственно-бытовые обязанности в семье; знать и применять правила поведения в общественных местах (школе, столовой, музее, кинотеатрах, библиотеке);
- знать и владеть санитарно-гигиеническими навыками ухода за помещениями, рабочим местом, цветами.

3-й класс

Диагностика на начало года.

Формирование здорового образа жизни. Личная гигиена.

Формирование знаний об обуви и одежде. Культура одежды и обуви.

Формирование знаний о жилье.
Формирование знаний о питании.
Приготовление пищи.
Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.
Диагностика на конец года.

Планируемые результаты 3-го класса

Обучающиеся должны уметь:

- стирать изделия из синтетических волокон и шерсти, знать и уметь сдать белье в прачечную для стирки;
- приготавливать простые блюда из теста (изделия из готового слоеного теста), квасить капусту и приготавливать из нее салат;
- владеть навыками ухода за одеждой и обувью; знать и владеть санитарно-гигиеническими навыками ухода за помещениями, рабочим местом, цветами;
- соблюдать офтальмо-гигиенические требования во время уборки;
- уметь изготавливать простые подарки и дарить их.

4-й класс

Диагностика на начало года.
Формирование здорового образа жизни. Личная гигиена.
Формирование знаний об обуви и одежде. Культура одежды и обуви.
Формирование знаний о жилье.
Формирование знаний о питании.
Приготовление пищи.
Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.
Диагностика на конец года.

Планируемые результаты 4-го класса

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться оптическими средствами коррекции, знать упражнения для глаз; выполнять различные виды труда в семье, быть чуткими, внимательными к окружающим;
- вести себя в обществе, подчиняться правилам поведения, уважать окружающих; ухаживать за мебелью, пользоваться пылесосом, убирать помещение;
- ухаживать за резиновыми и кожаными изделиями, чистить одежду, удалять пятна на одежде;
- владеть гимнастикой для глаз, снимать напряжение и утомление, следить за чистотой оптических средств (очки, луп);
- приготавливать простые закуски, пользоваться пароваркой, уметь приготавливать овощи на пару;
- знать и применять правила поведения в общественных местах; знать и применять правила телефонной и мобильной связи.

Тематическое планирование.

Первый класс

№	Раздел, тема	Кол-во часов

	Диагностика.	1
1	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности на начало года.	1
	Элементарная реабилитация. Личная гигиена.	3
2	Правила личной гигиены и их соблюдение. Друзья - вода и мыло.	1
3	Уход за зубами. Красивые зубы – улыбайся на здоровье.	1
4	Уход за волосами. Твои волосы. Уход за ушами. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний об одежде и обуви. Культура одежды и обуви.	3
5	Твой внешний вид. Повседневный уход за одеждой. Чистая и аккуратная одежда. Средства по уходу за одеждой.	1
6	Виды обуви и ее назначение. Определение размера обуви. Средства по уходу за обувью. <i>Практическое занятие.</i>	1
7	Повседневный уход за обувью. Средства по уходу за обувью. Чистка обуви. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний о жилье.	2
8	Виды жилых помещений. Жилой дом, квартира, комната, общежитие, гостиница, интернат.	
9	Уборка помещений, класса. Уход за комнатными цветами. Полив и рыхление цветов. <i>Практическое занятие</i>	1
	Формирование знаний о питании. Приготовление пищи.	4
10	Техника безопасности при приготовлении пищи. Основные продукты питания. Витамины.	1
11	Приготовление пищи. Приготовление простых бутербродов. Культура еды. Едим бутерброды. <i>Практическое занятие.</i>	1
12	Виды чая. Чайный стол по-русски. Заваривание чая. Чайный стол по русски. <i>Практическое занятие.</i>	1
13	Сервировка стола к завтраку. Правила поведения за столом. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.	2
14	Уроки хороших манер. Правила поведения в школе. Правила поведения в школьной столовой. Практическое занятие.	1
15	Уроки хороших манер. Правила поведения в общественном транспорте. Практическое занятие.	1
	Изучение уровня готовности усвоения программы по СБО.	1
16	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности на конец года.	1

Второй класс

№	Раздел, тема	Кол-
----------	---------------------	-------------

		в часов
	Диагностика.	1
1	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности.	1
	Элементарная реабилитация. Личная гигиена.	2
2	Уход за руками . Как ухаживать за ногтями и кожей рук. Гимнастика для рук. Маникюр. <i>Практическое занятие.</i>	1
3	Уход за зубами. Красивые зубы – улыбайся на здоровье. Уход за зубами с помощью зубной нити и лосьона для полости рта. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний об одежде и обуви. Культура одежды и обуви.	4
4	Твой внешний вид. Как ты оденешься? Смена одежды и обуви по сезонам. <i>Практическое занятие.</i>	1
5	Чистая и аккуратная одежда. Большая стирка. Виды мыла для стирки, стирального порошка. Экскурсия в прачечную.	1
6	Стирка х/б изделий небольшого размера. Сушка, глажение небольших вещей, белья. <i>Практическое занятие.</i>	1
7	Уход за различными видами обуви. Использование новых средств по уходу за обувью. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний о жилье.	2
8	Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению. Правила организации рабочего места школьника.	1
9	Учись убирать комнату. Последовательность и объем сухой и влажной уборки классных комнат, спален. Уход за комнатными цветами. Полезные советы начинающему садоводу. <i>Практическое занятие</i>	1
	Формирование знаний о питании. Приготовление пищи.	5
10	Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи.	1
11	Знакомство с кухней. Соблюдение чистоты и порядка. Хранение пищи и продуктов питания. <i>Экскурсия в школьный пищеблок.</i>	1
12	Кухонная посуда, ее виды и применение. Убранство кухонного стола. Чистка и мытье посуды. Средства для мытья посуды. <i>Практическое занятие.</i>	1
13	Растительная пища в питании человека и ее значение. Виды обработки овощей. Овощи – это полезно и вкусно. Приготовление овощных блюд из сырых овощей . Приготовление салата. <i>Практическое занятие.</i>	1
14	Сервировка стола к обеду. Правила поведения за столом. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.	
15	Уроки хороших манер. Правила поведения в общественных местах.	1

	<i>Практическое занятие.</i>	
16	Уроки хороших манер. Правила поведения в зрительном зале, фойе, залах музея, читальном зале. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Изучение уровня готовности усвоения программы по СБО.	1
17	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности на конец года.	1

Третий класс

№	Раздел, тема	Кол-во часов
	Диагностика.	1
1	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности	1
	Элементарная реабилитация. Личная гигиена.	2
2	Оптические средства коррекции зрения. Уход за очками и их хранение. <i>Практическое занятие.</i>	1
3	Внешний вид. Уход за руками, зубами, телом. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний об одежде и обуви. Культура одежды и обуви.	3
4	Чистая и аккуратная одежда. Большая стирка. Стирка шерстяных и синтетических вещей. Средства для стирки. Правила пользования прачечной.	1
5	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей небольшого размера. Сушка и глажение небольших вещей. Складывание чистого белья. <i>Практическое занятие.</i>	1
6	Уход за различными видами обуви. Использование современных средств по уходу за обувью. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний о жилье.	2
7	Генеральная уборка . Объем и последовательность периодической и сезонной уборки.	1
8	Санитарная уборка жилого помещения, учебного кабинета. Уход за мебелью. Средства по уходу за мебелью. Подбор чистящих средств. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование знаний о питании. Приготовление пищи.	4
9	Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи.	1
10	Изделия из теста. Виды теста. Слоеное тесто. Выпечка слоеных «бантиков». <i>Практическое занятие.</i>	1
11	Способы консервирования овощей (квашение, соление). Квашение капусты. <i>Практическое занятие.</i>	1
12	Составление меню к чаю, кофе. Культура потребления напитков. Сервировка стола к чаю. Правила поведения за столом. <i>Практическое занятие.</i>	1
	Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.	4

13	Уроки хороших манер. Вы- гость. Правила поведения в гостях. <i>Практическое занятие.</i>	1
14	Уроки хороших манер. Правила вручения подарков. Изготовление упаковки. <i>Практическое занятие.</i>	1
15	Уроки хороших манер. Люди с ограниченными возможностями. <i>Практическое занятие.</i>	1
16	Уроки хороших манер. Правила поведения в музее. <i>Практическое занятие.</i>	1
Изучение уровня готовности усвоения программы по СБО.		1
17	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности на конец года.	1

Четвёртый класс

№	Раздел, тема	Кол-во часов
	Диагностика.	2
1-2	Обследование и изучение социально-бытовой компетентности.	2
	Элементарная реабилитация. Личная гигиена.	4
3-4	Личная гигиена. Гигиенические требования во время самообслуживания. Уход за руками, зубами, телом. <i>Практическое занятие.</i>	2
5-6	Берегите зрение. Охрана здоровья и зрения. Порядок рабочего места и учебных пособий. Бережное отношение к очкам. <i>Практическое занятие.</i>	2
	Формирование знаний об одежде и обуви. Культура одежды и обуви.	2
7-8	Уход за кожаными изделиями. Средства по их уходу. Чистая и аккуратная обувь. Способы ухода за обувью. Уход за резиновой обувью. Уход за костюмом или платьем. <i>Практическое занятие.</i>	2
	Формирование знаний о жилье.	4
9-10	Генеральная уборка. Объем и последовательность периодической и сезонной уборки.	2
11-12	Работа с пылесосом. Сухая и влажная чистка мягкой мебели и ковров. Уборка в спальне. Заправка постели, постельного белья. <i>Практическое занятие.</i>	2
	Формирование знаний о питании. Приготовление пищи.	14
13-14	Санитарно-гигиенические требования при приготовлении пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи.	2
15-16	Закуски и их виды. Едим закуски. <i>Практическое занятие.</i>	2
17-18	Овощи – это полезно и вкусно. Блюда из овощей. <i>Практическое занятие.</i>	2
19-20	Кухонная посуда. Пароварка. Мультиварка. Правила пользования пароваркой и мультиваркой. Приготовление блюд в пароварке и мультиварке. <i>Практическое занятие.</i>	2
21-22	Консервированные продукты и полуфабрикаты. Способы их приготовления.	2

	<i>Практическое занятие</i>	
23- 24	Оформление готовых блюд. Различные способы. <i>Практическое занятие.</i>	2
25- 26	Сервировка стола к обеду, ужину. Пользование столовыми приборами . Правила поведения за столом. <i>Практическое занятие.</i>	2
	Формирование этической культуры. Коммуникативная деятельность.	6
27- 28	Этикет. Культура речи. Как быть хорошим. «Ты» и «Вы». <i>Практическое занятие</i> .	2
29- 30	Этикет. Посильный домашний труд в семье. Обязанности по дому. <i>Практическое занятие.</i>	2
31- 32	Этикет. Как вести себя на улице, на природе. <i>Практическое занятие.</i>	2
	Итоговая диагностика. Изучение уровня готовности усвоения программы по СБО	2
33- 34	Проведение диагностики на конец года.	2