

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

ПРОВЕРЕНО
Куратор УР

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

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

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

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

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 (вытирание 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 (очков, 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. <i>Друзья - вода и мыло.</i>	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. <i>Практическое занятие.</i>	1
15	Уроки хороших манер. Правила поведения в общественном транспорте. <i>Практическое занятие.</i>	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-
---	--------------	------

		во 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. <i>Экскурсия в прачечную.</i>	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 социальнобытовой 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