

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Озоно-Чепецкая школа-интернат»

Рассмотрена на заседании методического  
объединения учителей трудового обучения  
Протокол № 4 от 28.08.2024г.

Принято на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 5 от 29.08.2024г.

Утверждаю:  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Н.С.Фукалова  
Приказ № 89 от 29.08.2024 г.

Составлена на основе  
программы по социально-бытовой  
ориентировке  
специальных (коррекционных)  
общеобразовательных учреждений  
VIII вида под редакцией  
А.М.Щербаковой

Рабочая программа  
по социально-бытовой ориентировке  
10 класс

Составитель: Верещагина Любовь Юрьевна  
учитель первой квалификационной категории

с.Чепца, 2024г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа составлена в соответствии с:

- Программно-методическое обеспечение для 10-12 классов с углубленной трудовой подготовкой в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида под редакцией А.М.Щербаковой, Н.М.Платоновой;
- Федеральным Законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом МОиН РФ от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Указом Президента РФ от 19.12.2012г. №1666 «О стратегии государственной национальной политики РФ на период до 2025г.»;
- Учебным планом на учебный год;
- Положением о рабочей программе педагогов;
- Годовым календарным учебным графиком на учебный год.

**Цель:** подготовка умственно-отсталого ребенка к самостоятельной жизни и приспособление к жизни в условиях социальной среды.

**Задачи данной программы:**

- овладение учащимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками, достаточными для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде;
- обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- содействие физическому развитию умственно отсталого ученика.

В зависимости от задач могут использоваться как коллективные, так и индивидуальные формы работы.

Программа по СБО в 10 классе составлена с учетом всех особенностей познавательной деятельности умственно-отсталых учащихся и обеспечивает их подготовку к самостоятельной жизни, хозяйственно-бытовому труду. Направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня развития культуры поведения и отношений в семье.

Программа делает акцент на личностно - ориентированный подход к каждому обучающемуся.

Программа рассчитана на 34 часа, количество часов в неделю – 1.

**К концу обучения в 10 классе обучающиеся должны знать:**

- способы ухода за ногтями;
- санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;
- санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.
- причины возникновения инфекционных заболеваний;
- профилактические меры;
- значение прививок;
- методы санобработки в квартире.
- санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни;
- правила техники безопасности при работе с электроприборами;
- средства и способы борьбы с вредными насекомыми.
- способы ухода за меховой и кожаной одеждой;
- правила чистки замшевой обуви;
- правила подбора одежды и обуви.
- порядок сдачи и получения вещей в ателье и химчистке;
- стоимость услуг.
- порядок приобретения билетов на автовокзале.
- правила приема гостей и поведение в гостях.
- рецепты и способы приготовления вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующего гарнира к ним;
- рецепты и способы выпекания булочек, кекса, печенья, вафель;
- правила консервирования фруктов;
- правила засолки грибов.
- источники семейного бюджета;
- необходимые ежемесячные платежи;
- назначение сбережений;
- виды вкладов, их преимущества и недостатки;
- порядок оформления вклада в Сбербанке.
- способы определения правильности отпуска товара и подсчет его стоимости.
- состав семьи;
- обязанности детей по отношению к родителям.

**К концу обучения в 10 классе обучающиеся должны уметь:**

- ухаживать за ногтями;
- бриться;
- ухаживать за больным в домашних условиях;
- производить санобработку помещения;
- пользоваться бытовыми электроприборами;
- производить уборку кухни;
- ухаживать за меховой и кожаной одеждой;
- чистить замшевую обувь;
- выбирать одежду и обувь при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба;
- сдавать вещи в химчистку и в ателье по ремонту одежды;
- заполнять необходимые бланки;
- ориентироваться в расписании отправления рейсовых автобусов;
- производить покупку билета на междугородний автобус;
- выполнять правила приема гостей и поведения в гостях;
- планировать расходы на месяц;
- вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета;
- выбирать продукты;
- следить за правильностью отпуска товара и подсчета его стоимости;
- готовить вторые блюда;
- выпекать булочки, кексы, печенье, вафли;
- консервировать фрукты и засаливать грибы.

**Программа предусматривает формирование следующих общеучебных умений:**

1. учиться планировать свою работу:
  - понимание учеником цели предстоящей работы, необходимых познавательных действий и учебных средств для её выполнения;
  - установление последовательности и распределение во времени учебной работы;
2. способность к самооценке и самоконтролю при выполнении любой работы.
3. умение работать в паре, группе.

**Контроль и учёт знаний** учащихся осуществляется путём бесед, устного и письменного опросов, тестирования .

Логика построения программы соответствует государственной программе, способствует решению её основных задач.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО ПРЕДМЕТУ «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА».

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Теория	Практика	Контроль
1.	Личная гигиена	3	3		
2.	Медицинская помощь	2	2		
3.	Жилище	5	4	1	
4.	Одежда и обувь	5	5		
5.	Служба быта	2	2		
6.	Средства связи	2	2		
7.	Транспорт	1	1		
8.	Культура общения	3	3		
9.	Питание	4	3	1	
10.	Бюджет	2	2		
11.	Торговля	1	1		
12.	Семья	4	4		
	Итого:				

### 3.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

№ п/п	Раздел и название темы	Дата	Теория	Практика	Минимальный объём знаний и умений	Методы контроля	Коррекционная работа
<b>Личная гигиена</b>							
1	Уход за телом		1		- способы ухода за ногтями; - санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями; - санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.	Устный опрос, письменные задания	- Коррекция и развитие мышления подростков. - Развитие эмоционально-волевой сферы. -Коррекция и развитие связной устной и письменной речи. -Развитие мелкой моторики кистей рук. -Развитие мыслительной деятельности. -Развитие слухового восприятия. -Развитие эмоционально-волевой сферы.
2	Маникюр		1			Устный опрос, письменные задания	
3	Бритье		1			Устный опрос, письменные задания	
<b>Медицинская помощь</b>							
4	Инфекционные заболевания		1		- причины возникновения инфекционных заболеваний; - профилактические меры; - значение прививок; - методы санобработки в квартире.	Устный опрос, письменные задания	- Развитие мелкой моторики кистей рук. -Развитие мыслительной деятельности. -Развитие слухового восприятия. -Развитие эмоционально-волевой сферы.
5	Понятие об иммунитете		1			Устный опрос, письменные задания	
<b>Жилище</b>							
6	Интерьер кухни. Уборка кухни.			1	-санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни; - правила техники безопасности при работе с электроприборами; - средства и способы борьбы с вредными насекомыми.	Устный опрос, письменные задания	- Развитие слухового восприятия. -Развитие эмоционально-волевой сферы.
7	Кухонные электроприборы		1			Устный опрос, письменные задания	
8	Оборудование детской комнаты		1			Устный опрос, письменные задания	

9	Борьба с вредными насекомыми		1			Устный опрос, письменные задания
10	Обобщающий урок		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Одежда и обувь</b>						
11	Виды меховой одежды		1		<ul style="list-style-type: none"> <li>- способы ухода за меховой и кожаной одеждой;</li> <li>- правила чистки замшевой обуви;</li> <li>- правила подбора одежды и обуви.</li> </ul>	Устный опрос, письменные задания
12	Одежда из кожи		1			Устный опрос, письменные задания
13	Замшевая обувь		1			Устный опрос, письменные задания
14	Мода, стиль, назначение одежды		1			Устный опрос, письменные задания
15	Одежда и принадлежности для младенца		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Служба быта</b>						
16	Ателье по ремонту одежды		1		<ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок сдачи и получения вещей в ателье и химчистке;</li> <li>- стоимость услуг.</li> </ul>	Устный опрос, письменные задания
17	Химчистка		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Средства связи</b>						
18	Покупка товара по почте		1		<ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок оформления заказа на покупку товара по почте;</li> <li>- порядок получения заказа</li> </ul>	Устный опрос, письменные задания

19	Подписка на газеты и журналы		1		наложенным платежом; Порядок оформления подписки на газеты и журналы.	Устный опрос, письменные задания
<b>Транспорт</b>						
20	Междугородний автотранспорт		1		- порядок приобретения билетов на автовокзале.	Устный опрос, письменные задания
<b>Культура общения</b>						
21	Прием гостей		1		- правила приема гостей и поведение в гостях.	Устный опрос, письменные задания
22	Ты идешь в гости		1			Устный опрос, письменные задания
23	Обобщающий урок		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Питание</b>						
24	Вторые блюда			1	- рецепты и способы приготовления вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующего гарнира к ним; - рецепты и способы выпекания булочек, кекса, печенья, вафель; - правила консервирования фруктов; - правила засолки грибов.	Устный опрос, письменные задания
25	Выпечка			1		Устный опрос, письменные задания
26	Правила консервирования фруктов			1		Устный опрос, письменные задания
27	Засолка грибов		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Бюджет</b>						
28	Источники семейного бюджета		1		- источники семейного бюджета; - необходимые ежемесячные	Устный опрос, письменные задания

					платежи; - назначение сбережений; - виды вкладов, их преимущества и недостатки; - порядок оформления вклада в Сбербанке.	задания
29	Сбережения		1			Устный опрос, письменные задания
<b>Торговля</b>						
30	Оптовая и розничная торговля		1		- способы определения правильности отпуска товара и подсчет его стоимости.	Устный опрос, письменные задания
<b>Семья</b>						
31	Состав семьи		1		- состав семьи; - обязанности детей по отношению к родителям.	Устный опрос, письменные задания
32	Обязанности детей по отношению к родителям		1			Устный опрос, письменные задания
33	Помощь младшим членам семьи		1			Устный опрос, письменные задания
34	Обобщающий урок		1			Устный опрос, письменные задания

#### 4.ЛИТЕРАТУРА.

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. – Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. – Две недели в лагере здоровья: Рабочая тетрадь – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012.
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А. – Разговор о правильном питании: Методическое пособие – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012.
4. Безруких М.М., Филиппова Т.А. – Две недели в лагере здоровья: Методическое пособие – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012.
5. Галле А.Г., Кочетова Л.Л. – Тетрадь по обслуживающему труду ( для учащихся коррекционных школ VIII вида). 9 класс. – М.: АРКТИ, 2009.
6. Дерябина С.П. – Социально- бытовая ориентировка. 5-9 классы: Контрольно-измерительные материалы: вариативные тестовые задания – Волгоград: Учитель, 2013.
7. Зырянова В.А., Хамина И.А. – Подготовка младшего обслуживающего персонала: Учебник для 8 класса специальных ( коррекционных) образовательных учреждений VIII вида по курсу «Технология», Самара ,2011.
8. Львова С.А. – Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
9. Миронюк З.Н., Ивершина Н.А. – Социально-бытовая ориентировка. 9 класс: Рабочая тетрадь для учащихся специальных (коррекционных) школ - М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.
10. Субчева В.П. – Социально-бытовая ориентировка: Методическое пособие – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2013.
11. Субчева В.П. – Социально-бытовая ориентировка: Учебное пособие. 9 класс – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2013.

