

Областное государственное казённое общеобразовательное учреждение  
«Школа для детей с ограниченными возможностями здоровья №11»  
г. Димитровграда

«СОГЛАСОВАНО»  
Зам. директора по УМР  
Лютая И.Ш.  
30 августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОГКОУ «Школа №11»  
г. Димитровграда  
Скопцова С.Г.  
30 августа 2024г.

**Адаптированная рабочая программа  
учебного предмета (курса)**

**«Социально бытовая ориентировка»**  
**3 класс**  
2024-2025 учебный год

Образовательная программа:  
АООП УО Вариант 8.3.  
Учитель: Самсонова О.Л.

Рассмотрено на заседании школьного методического  
объединения  
Протокол: № 01 от 29 августа 2024 г.

г. Димитровград  
2024-2025

## Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционно-развивающему курсу «Социально-бытовая ориентировка» составлена в соответствии с требованиями Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ, ФАОП НОО для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1023: ФАОП НОО для обучающихся с РАС с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.3); АООП начального общего образования для обучающихся ОГКОУ «Школа №11» с РАС с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.3), ФАОП НОО обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 №1026), Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся ОГКОУ «Школа №11» с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 - 4 класс), учебного плана ОГКОУ «Школа № 11» на 2024-2025 учебный год, годового календарного учебного графика школы на 2024-2025 учебный год.

Проблема социализации учащихся является наиболее значимой в процессе их образования. Расширение кругозора детей и подростков, умение ориентироваться в условиях города, в быту позволит им быстрее интегрироваться в современный мир. Важная составляющая обучения предмету «Социально-бытовая ориентировка» - практическая направленность всего образовательного процесса; ориентированного на индивидуально-типологические особенности каждого учащегося.

Основная **цель курса** - подготовка обучающихся к взрослой жизни через овладение ими навыками самообслуживания, общения, приспособление их к жизни в обществе, воспитание у них максимально возможного уровня самостоятельности.

### Основные задачи курса:

- формирование, уточнение и закрепление с учетом индивидуальных особенностей учащихся понятийного аппарата (название предметов, действия с ними);
- формирование, уточнение и закрепление основных бытовых умений и навыков, с учетом правил безопасного поведения, обеспечивающих постепенное вхождение в социальную жизненную среду;
- формирование, закрепление и постепенное расширение спектра социально-бытовых умений, навыков, операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности в разные временные периоды (во время пребывания в школе, в течение дня, недели и т.п.); формирование доступных восприятию учащихся моделей межличностного общения, необходимых в различных стандартных и чрезвычайных ситуациях.

## Общая характеристика коррекционно-развивающего курса

В основу уроков по коррекционно-развивающему курсу «Социально-бытовая ориентировка» положен интегративный подход, который предполагает освоение обучающимися системы жизненно необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих адекватное проживание в социуме. На уроках учащиеся обучаются элементарным социально-бытовым умениям сначала с помощью учителя, а затем и с элементами самостоятельности, используя определенный диапазон моделей коммуникативного общения.

Программа СБО построена на основе линейно-концентрического принципа и включает следующие разделы: «Одежда и обувь», «Питание», «Жилище», «Культура поведения», «Транспорт», «Семья», «Торговля».

**Одежда и обувь.** В данном разделе учащиеся учатся называнию предметов одежды и обуви, элементарным способам ухода за ними, аккуратному пользованию этими предметами.

**Питание.** Учитывая низкий уровень самостоятельности и психофизических возможностей детей и подростков, при изучении данного раздела обучающиеся учатся практическим умениям приготовления элементарных блюд, правилам хранения некоторых продуктов, соблюдению санитарно-гигиенических требований к содержанию посуды, хранения и использования продуктов.

**Жилище.** После изучения материала, предлагаемого в этом разделе, учащиеся приобретут умения выбирать и пользоваться средствами и инвентарем по уходу за жилищем, выполнять элементарные действия по созданию уюта в доме, использовать для украшения интерьера изделия собственного изготовления.

**Культура поведения.** Данный раздел предполагает обучение учащихся элементарным правилам поведения в классе, дома, в транспорте, в общественных местах, а также альтернативной коммуникации и правилам общения со взрослыми и сверстниками. Учащиеся обучаются культуре приема пищи, ношения одежды, обуви.

**Транспорт.** Задачей данного раздела является обучение учащихся алгоритмам поездки на транспорте, нахождению нужной остановки, оплате за проезд, альтернативной коммуникации и навыкам элементарного общения.

**Семья.** На занятиях по данному разделу учащиеся получают элементарные знания о составе семьи и ее членах, о распределении обязанностей между членами семьи при выполнении совместной деятельности.

**Торговля.** Материал раздела направлен на обучение учащихся умению различать магазины по видам, совершать элементарные покупки для приготовления пищи и ухода за собой, жилищем, для стирки белья и одежды.

В процессе изучения материала вышеназванных разделов учащиеся должны: уточнить и закрепить понятийный аппарат (название предметов, действий с ними); четко представлять последовательность операций с различными предметами, при этом знать правила безопасного поведения; уметь вести себя в чрезвычайных ситуациях; освоить доступные их восприятию модели межличностного общения, необходимые в различных ситуациях. Обучение организуется с учетом местных социально-бытовых особенностей, в том числе климатических. Это необходимо для адекватной ориентировки учащихся в социальной и природной среде проживания, для формирования у них практических навыков безопасной жизнедеятельности.

На занятиях учащиеся обучаются использованию невербальных и вербальных средств общения в процессе формирования представлений о предметах личной гигиены, о необходимом наборе одежды, обуви и т.п., о продуктах питания и способах приготовления элементарных блюд. Для закрепления действий, учащихся и соблюдения их алгоритма активно используются специальные символы (картинки), с которыми они многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях. При этом важно, чтобы учащиеся овладели и могли «прочитать» такие символы, которые стандартно используются в социуме: на улице, в помещениях, при маркировке продуктов питания, одежды, обуви и т. п.

Особенности развития мыслительной деятельности учащихся, их индивидуально-типологические характеристики диктуют необходимость наряду с формированием у них практических навыков и умений СБО, воспитания (тренировки) состояния их физической, психической и социальной защищенности. Это является основой социализации детей с ограниченными возможностями здоровья. Учащиеся в доступной форме получают представления о том, что такое социальный окружающий мир и как надо вести себя и действовать, чтобы пребывание в нем было безопасным и комфортным для себя и окружающих.

В ходе предметно-практической, игровой и элементарной учебной деятельности у учащихся

формируются основы собственной жизнедеятельности: представления о некоторых жизненных ситуациях и способах практической деятельности, адекватных им. Кроме того, учащиеся в доступной форме знакомятся с основами безопасности жизнедеятельности в социуме, с некоторыми видами социальных ситуаций. У них формируется осторожное и осмотрительное отношение к окружающему социальному и природному миру.

### **Характерными особенностями коррекционно-развивающего курса являются:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения (значительное количество часов отводится на проведение дидактических игр и упражнений, ролевых игр, практических упражнений, экскурсий);
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения практических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Занятия по СБО позволяют систематизировать знания, умения и навыки, полученные учащимися при изучении других предметов, закрепить их.

Занятия по СБО находятся во взаимосвязи с другими предметами строятся по проектам:

- «Наша школа», «Времена года: осень»
- «Я и мое здоровье», «Времена года: зима»
- «Мой дом», «Моя семья», «Времена года: весна»
- «Наш город», «Времена года: лето»

### **Межпредметные связи:**

СБО – графика и письмо /навыки графики и письма/;

СБО – чтение /самостоятельное «чтение» /чтение картинок, букв, слогов, слов и предложений/.

СБО – математические представления /количественные, пространственные, временные представления./;

СБО – развитие речи и окружающий мир /уточнение и закрепление понятийного аппарата/;

СБО - безопасность в быту, охрана здоровья и т.д./;

СБО – ручной труд /алгоритмы выполнения практических заданий/.

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ориентировки в окружающем. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков коммуникации.

### **Место коррекционно-развивающего курса в учебном плане**

На изучение курса «Социально-бытовая ориентировка» отводится 34 часа в год (1 час в неделю).

### **Личностные и предметные результаты изучения курса**

#### **Личностные результаты:**

- формирование основ персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу; осознание себя, как гражданина России;

- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир; овладение начальными навыками адаптации в изменяющемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, дочери, пассажира, покупателя и т.д.);
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Предметные результаты:**

- овладение навыками самообслуживания;
- усвоение правил техники безопасности в быту;
- овладение навыками элементарного ухода за одеждой и обувью;
- овладение навыками приготовления элементарных блюд;
- приобретение умений мыть посуду;
- овладение навыками пользоваться инвентарем по уходу за жилищем;
- приобретение навыков элементарных действий по созданию уюта в доме;
- усвоение морально-этических норм поведения в социальном окружении;
- освоение доступными моделями межличностного общения, необходимого в различных ситуациях.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

**3 КЛАСС**  
(1 ч в неделю)

### **Одежда и обувь**

Продолжение обучения учащихся умениям различать виды одежды. Рассмотрение одежды, которую носят осенью (демисезонная одежда: пальто, куртка). Рассмотрение иллюстраций, на которых изображены дети, взрослые в одежде в осенний период. Соотнести изменения в природе с одеждой на людях. Беседы об одежде, в которой дети пришли в школу. Рассмотрение фотографий, на которых изображены дети в демисезонной одежде. Игры и

игровые упражнения на запоминание демисезонной одежды (обводка по контуру и раскрашивание демисезонной одежды, «Одень куклу», лото «Подбери пару» и др.).

Способы ухода за одеждой (чистка, стирка). Средства по уходу за одеждой. Оборудование для стирки одежды (стиральная машина).

## **Питание**

Уточнение и запоминание учащимися режима питания (завтрак, обед, полдник, ужин). Рассматривание фотографий, на которых изображены дети в различные часы приёма пищи. Выбор фотографий, на которых изображены дети во время завтрака, обеда, полдника, ужина. Сопряжённое и отражённое проговаривание (я ем кашу, я ел суп, котлету). Соотнесение иллюстраций (фотографий) с изображением приёма пищи с картинками. Создание образовательных условий для практических занятий по сервировке стола к обеду. Воспитание аккуратного, бережного отношения к посуде и навыков её безопасного использования.

## **Жилище**

Знакомство учащихся с обобщённым понятием «жилище» (жилища есть у всех живых существ; они очень разные). Жилище человека (дом, квартира в доме). Рассматривание дома (квартиры) на иллюстрациях, просмотр фрагментов видеофильмов. Помещения в доме (комната, кухня, спальня и пр.). Соотнесение со знакомыми картинками.

## **Семья**

Обучение учащихся называнию собственного имени и фамилии, имён близких родственников (матери, отца, бабушки, дедушки, брата, сестры). Рассматривание семейных фотографий и называние (это я, это мама, это папа и пр.).

## **Культура поведения**

Знакомство учащихся с правилами обращения к взрослым людям. Формирование у детей уважительного отношения к людям, старшим по возрасту. Чтение художественной литературы, просмотр видеосюжетов («Просто старушка», «Волшебное слово» и пр.), театрализованные игры.

## **Транспорт**

Обучение учащихся умениям показывать и называть городской транспорт. Виды пассажирского транспорта (автобус, трамвай, троллейбус, метро). Рассматривание предметных картинок, на которых изображены виды пассажирского транспорта. Дидактические игры на формирование умения определять вид транспорта по словесной инструкции учителя («Покажи автобус на картинке», «Найди автобус на другой картинке и обведи его карандашом», «Сложи автобус из частей» и пр.). Знакомство с алгоритмом выполнения элементарных правил безопасного поведения в транспорте и на улице.

## **Одежда и обувь**

Продолжение обучения учащихся умениям различать виды одежды. Рассматривание одежды, которую носят зимой (зимняя одежда: пальто, куртка, шуба). Рассматривание зимней куртки. Сравнение зимней куртки и демисезонной. Рассматривание иллюстраций, на которых изображены дети и взрослые в зимней одежде. Соотнесение изменений в природе с одеждой на людях. Беседы об одежде, в которой дети пришли в школу. Рассматривание фотографий, на

которых изображены дети в зимней одежде. Игры и игровые упражнения на запоминание зимней одежды (обводка по контуру и раскрашивание видов зимней одежды, «Одень куклу на прогулку», лото «Подбери пару» и др.). Способы ухода за одеждой (чистка, стирка). Элементарные средства по уходу за зимней одеждой (щётка, вода, мыльный раствор). Оборудование для стирки одежды (стиральная машина).

## **Питание**

Режим питания (завтрак, обед, полдник, ужин). Рассказ учителя о необходимости и важности приёма пищи в определённое время суток, о значении питания в жизни человека. Подбор карточек с изображением продуктов для завтрака. Сопряжённое и отражённое проговаривание или подбор картинок (утром я буду есть кашу, пить). Соотнесение иллюстраций (фотографий) с изображением приёма пищи с картинками. Создание образовательных условий для практических занятий по сервировке стола к обеду. Воспитание аккуратного, бережного отношения к посуде и навыков её безопасного использования.

## **Жилище**

Продолжать знакомить учащихся с обобщённым понятием «жилище» (дом, квартира в доме). Рассматривание внутреннего интерьера дома (квартиры) на иллюстрациях, просмотр фрагментов видеофильмов (мебель, предметы быта). Знакомство с мебелью, необходимой для полноценного сна (кровать, диван, тахта). Картинки «мебель». Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «дом», «квартира» («Покажи, где изображён дом и раскрась его», «Выбери мебель, на которой ты будешь спать», «Помоги кукле расставить мебель в спальне», «Дочки-матери» и др.).

## **Семья**

Обучение учащихся умениям различать членов семьи. Рассматривание иллюстрации «Семья». Распознавание членов семьи и показ их на иллюстрации. Сопряжённое и отражённое проговаривание наименований членов семьи и их занятий (папа читает, мама варит, бабушка вяжет и пр.) с учащимися, владеющими экспрессивной речью. Картинки «Семья».

## **Транспорт**

Обучение учащихся правильному поведению при посадке в пассажирский транспорт и выходе из него. Ролевые игры с использованием напольной игры «Азбука дорожного движения», «Азбука железной дороги».

## **Основные требования к умениям учащихся (предметные результаты):**

### **1-й уровень**

- различать виды одежды (демисезонная, зимняя);
- осуществлять элементарный уход за одеждой, используя специальные средства;
- определять последовательность режима питания;
- аккуратно и бережно относиться к посуде и безопасно её использовать;
- сервировать стол к обеду;
- показывать жилые помещения и их части на картинках; показывать или называть мебель для сна;

- называть своё имя, фамилию, имена близких родственников, распознавать членов семьи на картинках или фотографиях;
- показывать и называть виды городского транспорта;
- соблюдать элементарные правила безопасного поведения в транспорте и на улице; уметь правильно садиться и выходить из транспорта;
- соблюдать правила техники безопасности в быту.

## **2-й уровень**

- различать виды одежды (демисезонная, зимняя);
- осуществлять элементарный уход за одеждой, используя специальные средства;
- аккуратно и бережно относиться к посуде и уметь безопасно её использовать;
- показывать жилые помещения и их части на картинках; показывать или называть мебель для сна;
- называть своё имя, фамилию;
- показывать виды городского транспорта;
- соблюдать элементарные правила безопасного поведения в транспорте и на улице; уметь правильно садиться и выходить из транспорта;
- соблюдать правила техники безопасности в быту.

**Календарно-тематическое планирование  
по коррекционному курсу «Социально – бытовая ориентировка»  
1 час в неделю, всего 34 часа**

| Дата        |             | №<br>урока | Тема урока   | Виды деятельности   | Примечание |
|-------------|-------------|------------|--|---|------------|
| по<br>плану | по<br>факту |            |  |   |            |
|             |             |            | <b>Наша школа.</b>   |   |            |
|             |             | 1          | Правила поведения в школе. Правила обращения к взрослым людям. | Слушать объяснения учителя, слушать товарищей». Извлекать из рассмотренного нужную информацию.<br>Соблюдать правила поведения на уроке.     |            |
|             |             | 2          | Виды городского пассажирского транспорта.                      | Виды городского пассажирского транспорта. На каком транспорте можно добраться до школы.<br>Дидактическая игра «Покажи автобус на картинке». |            |
|             |             | 3          | Одежда и обувь для школы (школьная форма).                     | Активное участие в ситуации.  |            |
|             |             | 4          | Режим питания в школе. Завтрак. Обед.                          | Активное участие в ситуации.  |            |
|             |             |            | <b>Времена года. Осень.</b>                                    |   |            |
|             |             | 5          | Дары осени на нашем столе.                                     | Активное участие в ситуации.  |            |
|             |             | 6          | Одежда для школы осенью (демисезонная).<br>Обувь для осени.    | Слушать объяснения учителя, «отвечать» на вопросы, слушать товарищей. Извлекать из рассмотренного нужную информацию.                        |            |
|             |             | 7          | Игры и игровые упражнения на запоминание демисезонной одежды.  | Работать в группе во время ролевых игр.<br>Соблюдать правила поведения во время игр.<br>Выполнять практическую работу совместно с учителем. |            |
|             |             | 8          | Средства и способы ухода за одеждой.                           | Средства и способы ухода за одеждой.  |            |

|  |  |    |  |  |  |
|--|--|----|--|--|--|
|  |  | 9  | Игровые упражнения «Одень куклу». Практическая работа «Уход за одеждой».                     | Оборудование для стирки одежды. Практические упражнения по уходу за одеждой.   |  |
|  |  |    | <b>Я и мое здоровье.</b>   |  |  |
|  |  | 10 | Правильный режим питания – залог здоровья.   | Слушать объяснения учителя, «отвечать» на вопросы, слушать товарищей. Повторять учебные действия по показу. Извлекать из рассмотренного нужную информацию. Работать в группе во время ролевых игр. Выполнять практическую работу совместно с учителем. Соблюдать правила техники безопасности. |  |
|  |  | 11 | Сервировка стола к обеду. Правила безопасного обращения с посудой.                           |  |  |
|  |  | 12 | Безопасное жилище. Помещения в доме.   |  |  |
|  |  |    | <b>Времена года. Зима.</b>   |  |  |
|  |  | 13 | Правила безопасного поведения в транспорте и на улице в зимний период. «Осторожно, гололёд!» | Использование умений на практике   |  |
|  |  | 14 | Зимние забавы с близкими родственниками (называние близких родственников).                   | Использование умений на практике   |  |
|  |  | 15 | Зимняя одежда и обувь.   | Активное участие в ситуации.   |  |
|  |  | 16 | Практическая работа «Уход за зимней обувью». Контрольные задания по теме «Одежда».           | Активное участие в ситуации.   |  |
|  |  |    | <b>Мой дом.</b>  |  |  |
|  |  | 17 | Дом, в котором я живу. Дидактические игры «Покажи, где изображён дом и раскрась его».        | Слушать объяснения учителя, «отвечать» на вопросы, слушать товарищей. Повторять учебные действия по показу. Выполнять практическую работу совместно с учителем. Соблюдать правила техники безопасности. Работать в группе во время ролевых игр. Соблюдать правила поведения во время игр.      |  |
|  |  | 18 | Внутренний интерьер дома. Ролевые игры «Помоги кукле расставить мебель в спальне».           |  |  |
|  |  | 19 | Мебель, необходимая для полноценного сна. Практические упражнения «Выбери мебель, на         |  |  |

|  |  |    |   |   |  |
|--|--|----|---|---|--|
|  |  |    | которой ты будешь спать».   |   |  |
|  |  |    | <b>Моя семья.</b>   |   |  |
|  |  | 20 | Значение питания в жизни человека.  |   |  |
|  |  | 21 | Продукты для завтрака. Дидактическая игра «Подбери продукты для завтрака».                    | Активное участие в ситуации.  |  |
|  |  | 22 | Продукты для завтрака. Дидактическая игра «Подбери продукты для завтрака».                    | Активное участие в ситуации.  |  |
|  |  | 23 | Различение членов семьи и показ их на иллюстрациях.   | Активное участие в ситуации   |  |
|  |  |    | <b>Времена года. Весна.</b>   |   |  |
|  |  | 24 | Верхняя одежда для весны и одежда, которую носят в помещении. Игра «Одень куклу на прогулку». | Слушать объяснения учителя, «отвечать» на вопросы, слушать товарищей. Повторять учебные действия по показу. Соблюдать правила техники безопасности.<br><br>Использование умений на практике.  |  |
|  |  | 25 | Уход за одеждой. Практические упражнения по уходу за одеждой.                                 |   |  |
|  |  | 26 | Моя семья 8 марта.<br>Контрольные задания по теме «Семья».                                    |   |  |
|  |  |    | <b>Наш город.</b>   |   |  |
|  |  | 27 | Правила поведения при посадке в транспорт и выходе из него.<br>Игра «Я пассажир».             | Слушать объяснения учителя, «отвечать» на вопросы, слушать товарищей. Повторять учебные действия по показу. Выполнять практическую работу совместно с учителем. Работать в группе во время игр. Соблюдать правила поведения во время игр. |  |
|  |  | 28 | Правила поведения при посадке в транспорт и выходе из него.<br>Игра «Я пассажир».             |   |  |
|  |  | 29 | Игра «Азбука дорожного движения».   |   |  |

|  |  |    |  |                                   |  |
|--|--|----|--|-----------------------------------|--|
|  |  | 30 | Игра «Азбука железной дороги».   |                                   |  |
|  |  |    | <b>Времена года. Лето.</b>   |                                   |  |
|  |  | 31 | Продукты питания: фрукты, ягоды.   | Активное участие в ситуации.      |  |
|  |  | 32 | Продукты питания: овощи.   | Использование умений на практике. |  |
|  |  | 33 | Значение питания. Полезные продукты.<br>Контрольные задания по теме «Питание». |                                   |  |
|  |  | 34 | Одежда и обувь летом.  |                                   |  |