

КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАНТЫ – МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

**«РАДУЖНИНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

Извлечение из адаптированной  
основной общеобразовательной  
программы, с изменениями,  
утвержденными приказом  
от 30.08.2024 № 344

**Адаптированная рабочая программа  
по учебному предмету  
СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА**  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
10 класс  
2024- 2025 учебный год

Составитель: Колганова Е.А., учитель  
Первая квалификационная категория.

г. Радужный  
2024

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями);
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- письмом Минобрнауки от 07.08.2014 № 08-1045 «Об изучении основ бюджетной грамотности в системе общего образования»;
- Законом ХМАО – Югры «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» от 1 июля 2013 г. № 68-оз;
- приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа –Югры от 13 августа 2015 г. № 1087 «Об утверждении примерных учебных планов образовательных организации, реализующих адаптированные общеобразовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования на территории ХМАО – Югры для детей с ограниченными возможностями здоровья, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов, получающих образование на дому или в медицинских организациях, в том числе с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- приказом от 20.08.2019 г. № 264 «Об утверждении АОП» (с изменениями от 31.03.2023 № 113);
- приказ от 26.08.2024 г. № 325 «Об организованном начале 2024-2025 учебного года».

## Цели и задачи образования

**Цель:** создание условий для социализации обучающихся.

**Задачи:**

- развивать коммуникативную функцию речи как неперенное условие социальной адаптации;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и окружающей среде;
- обучать практическому применению теоретических знаний, трудовым умениям и навыкам, достаточных для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту;

- воспитывать положительное отношение к домашнему труду;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности: внимания, наблюдательности, памяти, воображения, интереса);
- применять на уроке интерактивные формы работы обучающихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактических игр; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включать в урок игровые процедуры, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися способствующих позитивному восприятию школьников требований и просьб учителя;
- инициировать обучающихся к обсуждению, высказыванию своего мнения, отношение по поводу получаемой на уроке социально значимой информации;
- находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечить его понимание и эмоционального сопереживания обучающимися.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, в 10 классе обучающиеся продолжают изучение тем, включенных в программы для 5-9 классов. Программа построена по тому же принципу: опора на имеющиеся знания и умения и навыки, формирование на их базе новых, с расширением и углублением изученных ранее тем. Тематика тем направлена на формирование у обучающихся 10 класса знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня развития культуры поведения и отношений в семье. В программу курса включены разделы: «Личная гигиена», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Медицинская помощь», «Бюджет», «Жилище», «Культура поведения».

Изучение этих разделов позволяет практически знакомить обучающихся с окружающим их социумом, формировать у них навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких. На занятиях обучающиеся знакомятся с познавательной и справочной литературой (памятки по технике безопасности, инструкции к бытовым электроприборам, книги, журналы), при этом решаются образовательные задачи общие с уроками русского языка и чтения – понимание смысла прочитанного текста, выделение главного, отбор необходимой информации. Развитие коммуникативных функций речи является непременным условием усвоения курса СБО. На уроках «Социально-бытовой ориентировки» используются следующие **методы** урока:

- словесные: рассказ, объяснение, работа с учебником и книгой;

- наглядные: демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

*Формы учебной деятельности:* практическая работа; лекция; урок презентация; учебный проект; урок-дискуссия; семинар; экскурсия и др. формы, используемые при обучении.

*Виды деятельности:* проблемно-ценностное общение; познавательная; спортивно-оздоровительная; проектная и др. виды используемые при обучении.

В соответствии с письмом Минобрнауки от 07.08.2014 № 08-1045 «Об изучении основ бюджетной грамотности в системе образования», а так же в рамках реализации Стратегии повышения финансовой грамотности в Российской Федерации на 2017-2023 годы с целью Стратегии – формирование финансово грамотного поведения граждан, повышение уровня их финансовых знаний, обеспечение доступа граждан к достоверной и надежной информации о финансовых услугах, в том числе для эффективной защиты прав граждан в качестве потребителей финансовых услуг, в данной программе предусмотрена интеграция модуля «Финансовая грамотность» в рамках реализации разделов: «Транспорт»; «Культура поведения»; «Бюджет».

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» входит в обязательную нагрузку учебного плана КОУ «Радужнинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», реализующего адаптированные общеобразовательные программы для обучающихся с легкой умственной отсталостью на 2024-2025 учебный год, (недельный). Объем учебной нагрузки в 10-м классе составляет 34 часа в год, 1 час в неделю.

### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В программе предусмотрено два уровня требований к знаниям и умениям, исходя из возможностей обучающихся и динамики их продвижения. Первый уровень – базовый – предполагает реализацию требований к обучающемуся в объеме программного материала. Второй уровень скорректирован по отношению к базовому в сторону уменьшения объема материала и его содержательного потенциала.

#### **Предметные компетенции:**

##### ***Знать:***

- ✓ способы за ногтями и выполнение бритья;
- ✓ санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;
- ✓ санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями;
- ✓ способы за ногтями и выполнение бритья;
- ✓ санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;

- ✓ санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями;
- ✓ причины возникновения инфекционных заболеваний;
- ✓ профилактические меры;
- ✓ значение прививок;
- ✓ методы санобработки в квартире;
- ✓ правила приема гостей;
- ✓ санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни;
- ✓ правила техники безопасности при работе с электроприборами;
- ✓ способы ухода за меховой и кожаной одеждой;
- ✓ правила чистки замшевой обуви;
- ✓ правила подбора одежды и обуви;
- ✓ источники семейного бюджета;
- ✓ необходимые ежемесячные платежи;
- ✓ назначение сбережений.

**Уметь:**

- ✓ ухаживать за ногтями;
- ✓ бриться;
- ✓ порядок приобретения билетов;
- ✓ ориентироваться в расписании отправления рейсовых автобусов;
- ✓ производить покупку билета на междугородний автобус;
- ✓ ухаживать за больным в домашних условиях;
- ✓ производить санобработку помещения;
- ✓ выполнять правила приема гостей;
- ✓ пользоваться бытовыми электроприборами;
- ✓ проводить уборку кухни;
- ✓ ухаживать за меховой и кожаной одеждой;
- ✓ чистить замшевую обувь;
- ✓ планировать расходы на месяц;
- ✓ вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета.

**Жизненные компетенции:**

- ✓ Выполнять навыки личной безопасности;

- ✓ соблюдать правила поведения в школе и вне школы;
- ✓ обращаться вежливо с просьбами;
- ✓ знать и соблюдать нормы здорового образа жизни;
- ✓ уметь правильно задавать развернутые вопросы;
- ✓ выполнять задания на уроках;
- ✓ работать в группе;
- ✓ доводить начатое дело до конца.

## Содержание учебного предмета

### ***Введение***

Основные вопросы. Инструкция по ТБ при нахождении в кабинете СБО.

### ***Личная гигиена***

Основные вопросы. Уход за ногтями. Санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями.

Тематика практических работ. Выполнение ухода за ногтями.

### ***Транспорт***

Основные вопросы. Междугородний транспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Культура общения пассажиров.

Тематика практических работ. Порядок приобретения билета.

### ***Медицинская помощь***

Основные вопросы. Инфекционные заболевания. Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры. Понятие об иммунитете. Значение прививок. Методы санобработки в квартире. Тематика практических работ. Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности.

### ***Культура поведения***

Основные вопросы. Правила приема гостей. Подготовка к приему гостей. Встреча друзей, знакомство родителей с новыми друзьями. Уборка квартиры после приема.

### ***Жилище***

Основные вопросы. Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни. Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при работе с электроприборами.

Тематика практических работ. Уборка кухни.

### ***Одежда и обувь.***

Основные вопросы. Виды меховой одежды. Уход за ней. Одежда из кожи. Уход за ней. Замшевая обувь. Уход за ней.

Тематика практических работ. Чистка замшевой обуви.

Бюджет. Итоговое тестирование. Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи. Тематика практических работ. Тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета.

### Тематическое планирование

п/п	Разделы программы	Количество часов в четверти	В том числе		
			Текущий и промежуточный контроль.	Практикумы	Экскурсии
1	Вводное занятие	1	-	-	-
2	Личная гигиена	3	1	1	-
3	Транспорт	5	1	1	-
4	Медицинская помощь	7	1	1	-
5	Культура поведения	4	1	1	-
6	Жилище	6	1	1	-
7	Одежда и обувь	4	1	1	-
8	Бюджет	4	1	1	-
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>-</b>

### Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Учебно-методические средства обучения:

- ✓ Московская электронная школа (МЭШ) <https://www.mos.ru/city/projects/mesh/> ;
- ✓ Наглядный дидактический инструментальный практической направленности в рамках раздела «Личная гигиена и здоровье»;
- ✓ Наглядный дидактический инструментальный практической направленности в рамках раздела «Охрана здоровья»;
- ✓ Наглядный дидактический инструментальный практической направленности в рамках раздела «Жилище».

Технические средства обучения:

- ✓ Мультимедийный проектор;
- ✓ Стационарный компьютер.

## Оценочные материалы

Оценка работ – по традиционной системе. Орфографические и синтаксические ошибки не оцениваются, как предусмотрено программой по СБО. Исключение составляют задания, требующие написания одного (словарного) слова. В этом случае слово проверяется и оценивается. Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей обучающихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

Оценка «5» при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

Отметка «4» при выполнении от 60 до 90% заданий – ответ полный, правильный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

Отметка «3» если верно выполнено от 40 до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

Отметка «2» – ответ неправильный, основное содержание не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.



### Календарно-тематическое планирование

№ п/п урока	Дата		Тема урока	Часы	Требования к ЗУН	Примечание
	План.	Факт.				
<b>Введение – 1 час.</b>						
1	06.09		Инструкция по ТБ при нахождении в кабинете СБО.	1	<b>Знать:</b> - название учебного курса; - инструкцию по ТБ при нахождении в кабинете СБО, правила обучающихся в школе.	
<b>Личная гигиена– 3 часа</b>						
2	13.09		Уход за ногтями.	1	<b>Знать:</b> -способы ухода за ногтями и их выполнение; - санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями; <b>Уметь:</b> -ухаживать за ногтями.	
3	20.09		Санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями.	1		
4	27.09		Практикум «Выполнение ухода за ногтями». Тест.	1		
<b>Транспорт –5 часов</b>						
5	04.10		Междугородний транспорт.	1	<b>Знать:</b> - порядок приобретения билетов. <b>Уметь:</b> - ориентироваться в расписании отправления рейсовых автобусов; - производить покупку билета на междугородний автобус.	
6	11.10		Автовокзал.	1		
7	18.10		Расписание движения автобусов.	1		
8	25.10		Практикум «Порядок приобретение билета».	1		
9	08.11		Культура общения пассажиров. Тест.	1		
<b>Медицинская помощь -7 часов</b>						
10	15.11		Инфекционные заболевания.	1	<b>Знать:</b> - причины возникновения инфекционных заболеваний; - профилактические меры; - значение прививок; - методы санобработки в квартире. <b>Уметь:</b> - ухаживать за больным в домашних условиях; - производить санобработку помещения.	
11	22.11		Причины возникновения инфекционных заболеваний.	1		
12	29.11		Профилактические меры.	1		
13	06.12		Понятие об иммунитете.	1		
14	13.12		Значение прививок.	1		
15	20.12		Практикум «Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности».	1		
16	27.12		Методы санобработки в квартире. Тест.	1		

Культура поведения – 4 часа					
17	17.01		Правила приема гостей.	1	<b>Знать:</b> - правила приема гостей. <b>Уметь:</b> - выполнять правила приема гостей.
18	24.01		Практикум «Подготовка к приему гостей».	1	
19	31.01		Встреча друзей, знакомство родителей с новыми друзьями.	1	
20	07.02		Уборка квартиры после приема. Тест.	1	
Жилище – 6 часов.					
21	14.02		Мебель, оборудование, интерьер кухни.	1	<b>Знать:</b> - санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни; - правила техники безопасности при работе с электроприборами. <b>Уметь:</b> - пользоваться бытовыми электроприборами; - проводить уборку кухни.
22	21.02		Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни.	1	
23	28.02		Уборка кухни.	1	
24	07.03		Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними.	1	
25	14.03		Правила техники безопасности при работе с электроприборами.	1	
26	21.03		Практикум «Уборка кухни». Тест.	1	
Одежда и обувь – 4 часа					
27	28.03		Виды меховой одежды. Уход за ней.	1	<b>Знать:</b> - способы ухода за меховой и кожаной одеждой; - правила чистки замшевой обуви; - правила подбора одежды и обуви. <b>Уметь:</b> - ухаживать за меховой и кожаной одеждой; - чистить замшевую обувь.
28	11.04		Одежда из кожи. Уход за ней.	1	
29	18.04		Замшевая обувь. Уход за ней.	1	
30	25.04		Практикум «Чистка замшевой обуви». Тест.	1	
Бюджет – 4 часа					
31	16.05		Источники семейного бюджета.	1	<b>Знать:</b> - источники семейного бюджета; - необходимые ежемесячные платежи; - назначение сбережений. <b>Уметь:</b> - планировать расходы на месяц; - вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета.
32	23.05		Необходимые ежемесячные платежи. Административный контроль: контрольный тест.	1	
33	27.05		Что такое сбережения.	1	
34	28.05		Практикум «Тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета».	1	
<b>ИТОГО</b>				<b>34</b>	

**Содержание интеграции (тематическое планирование) модуля «Финансовая грамотность»  
в рамках изучения учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 10 класс**

№п/п	Тема учебного предмета	Тематика включения (интеграции)	Дата проведения	
			План	Факт
8	Практикум «Порядок приобретения билета».	Чеки, дебетовые, кредитные карты, электронные деньги – правила безопасности при пользовании банкоматом. (Модуль 4. «Расчетно-кассовые операции»)	25.10	
18	Практикум «Подготовка к приему гостей».	Личный финансовый план: финансовые цели, стратегия и способы их достижения. (Модуль 1 «Личное финансовое планирование»)	24.01	
31	Источники семейного бюджета.	Доходы и расходы семьи. (Модуль 1 «Личное финансовое планирование»)	16.05	
32	Необходимые ежемесячные платежи.	Формы дистанционного банковского обслуживания – правила безопасного поведения при пользовании интернет-банкингом. (Модуль 4. «Расчетно-кассовые операции»)	23.05	

**Список литературы**

**Основная.**

1. Воронкова В.В. Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида: Сборник 2. / В.В.Воронкова, С.Л.Мирский, Б.А. Журавлев, Л.С. Иноземцева, Е.А.Ковалева, В.А. Васенков; под ред. В.В.Воронковой. – М.: ВЛАДОС, 2018. – 240с.

**Дополнительная.**

1. Миронюк З.Н., Ивершина Н.А. Социально – бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь для учащихся спец. (коррекц.) шк. – М.Гуманитарный изд. Центр ВЛАДОС, 2016.
2. Субчева В.П. Социально – бытовая ориентировка. – М. Гуманитарный изд. Центр ВЛАДОС, 2014

**Интернет-ресурсы**

<https://pedsovet.su/load/330-1-10>

[http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11\\_099.swf](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11_099.swf)

[www.openclass.ru](http://www.openclass.ru)

<http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/>

<http://old.internet-school.ru>(интернет-школа просвещение.ru)

[www.skillopedia.ru](http://www.skillopedia.ru) (видеоуроки)