

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 448 Фрунзенского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Решением

Педагогического совета

ГБОУ СОШ №448

Фрунзенского района

Санкт-Петербурга

Протокол №15 от 04.06.2026 г

Приказ №167 от 05.06.2026 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**коррекционно-развивающего курса
«Социально – бытовая ориентировка»
АООП ООО
для обучающихся с ОВЗ 6 «Д» класса
(слабовидящие)**

2026- 2027 учебный год

Пояснительная записка

1. Общие цели специального коррекционного образования с учетом специфики учебного предмета «Социально – бытовая ориентировка»

В качестве конечной цели специального образования лиц с нарушением зрения выдвигается их социальная интеграция. Успех интеграции в значительной степени зависит от социально-бытовой компетентности человека, его способности самостоятельно организовывать свой быт. Поэтому подготовить каждого ребенка к самостоятельной, независимой от помощи окружающих, жизни является главной задачей классов коррекционной направленности. В сущности, весь процесс обучения и воспитания ребенка направлен на то, чтобы обеспечить его социальную адаптацию в обществе.

Социальная адаптация представляет собой один из механизмов социализации, позволяющей личности активно включаться в структурные различные элементы социальной среды, т.е. активно участвовать в труде и общественной жизни производственного коллектива, приобщаться к социальной и культурной жизни общества, устраивать свой быт в соответствии с нормами и правилами общежития. Социальная адаптация – это непрерывный процесс, в котором взаимодействует личность и общество.

Хотя социальную адаптацию учащихся обеспечивает изучение всех предметов, входящих

в учебный план классов коррекционной направленности для детей с ОВЗ, направленное формирование социально-бытовой компетентности осуществляется в ходе занятий СБО.

Цель программы:

Научить детей строить свое поведение в элементарных жизненных ситуациях, в повседневной жизни, в общении со сверстниками и взрослыми) в соответствии с общепринятыми нормами.

Выработать навыки обращения с предметами, используемыми в быту;

Подготовить прочную базу для успешной адаптации детей в условиях школьного обучения.

2. Нормативно-правовые документы и учебно-методические документы, на основании которых разработана рабочая программа.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021г № 287.
34. Учебный план ГБОУ СОШ № 448 на 2026-27 учебный год.

3. Место и роль учебного курса, предмета.

Предмет СБО – социально-бытовая ориентировка – нацелен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни. В процессе занятий социально-бытовой ориентировкой учащиеся получают знания о разнообразных сферах жизни и деятельности человека, приобретают практические умения, которые позволяют им после окончания школы успешно адаптироваться в быту и социуме.

Социально-бытовая ориентировка относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учетом возрастных и специфических особенностей и возможностей слепых и слабовидящих детей. При этом учитываются местные особенности и национальные традиции. Занятия по социально-бытовой ориентировке направлены на формирование навыков и умений, способствующих социальной адаптации детей. Прежде всего, это навыки, которые связаны с организацией своего поведения, общения ребенка с окружающими в различных социально-бытовых ситуациях. На занятиях по социально-бытовой ориентировке формируются

навыки, дающие детям возможность выполнять различные действия, как с помощью зрения, так и без него, учат детей рационально использовать сохранные анализаторы в различных социально-бытовых ситуациях. Учитель формирует у детей представления об окружающих их в быту предметах, их назначении и возможностях использования, детям дают представления об основных видах бытового и профессионального труда.

Задачи программы:

- расширить представления детей о предметах домашнего обихода, которыми необходимо пользоваться в быту, их назначении, правилах обращения с ними;
- познакомить с различными службами быта, учреждениями и организациями, в которые они могут обратиться; сформировать навыки культуры поведения в быту, в общественных местах, в различных службах быта и учреждениях, в среде зрячих людей;
- выработать приемы самоконтроля за своим поведением, внешностью, научить детей вступать в общение с различными людьми в различных ситуациях.
- выработать необходимый объем пространственных представлений, умений и навыков, при наличии которых они смогут свободно и самостоятельно ориентироваться в пространстве и контактировать с окружающей их средой).
- осуществлять взаимосвязи содержания специальных коррекционных занятий по социально-бытовой ориентировке с общеобразовательными занятиями.

4. Информация о количестве учебных часов, на которое рассчитана коррекционная программа в соответствии с учебным планом.

На изучение курса «Социально-бытовая ориентировка» в средней школе отводится следующее количество часов: бкласс – 1 час в неделю (34 часа за год)

Содержание учебного предмета, курса

1.Наименование разделов учебной программы

Программа по социально-бытовой ориентировке включает следующие разделы:

Личная гигиена и культура внешнего вида, бюджет, коммуникативная деятельность, домоводство. Права и обязанности инвалидов в законодательных актах.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды. Уход за зубами, волосами, глазами. Уход за телом. Навыки ухода за телом. Средства личной гигиены для мальчиков и девочек. Особенности ухода за ногтями для мальчиков и девочек. Уход за ногами. Формирование женственности и мужественности посредством трансляции мужской и женской моделей поведения. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний. Хранение и использование средств личной гигиены. Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек.

Одежда и обувь. Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Повседневный уход за одеждой и обувью. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Ручная и машинная стирка. Сортировка белья для стирки. Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов. Чистка одежды сухой щеткой. Сезонность одежды, особенности фактур тканей. Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).

Питание. Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями. Пользование кухонными принадлежностями и столовыми приборами. Уход за посудой. Обработка продуктов с помощью ножа. Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Простейшие блюда. Состав и способы приготовления простейших блюд. Блюда из яиц, молочные каши, сухарики. Приготовление бутербродов, винегрета и простых салатов. Оформление готовых блюд. Заваривание чая. Тифлотехнические средства, используемые при приготовлении пищи. Культура питания. Правила сервировки стола для гостей (обед, ужин, чаепитие). Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»). Культура поведения в местах общественного питания.

Жилище. Влажная уборка квартиры. Сухая уборка квартиры пылесосом. Уход за комнатными растениями. Застилание постели. Смена постельного белья.

Семья. Члены семьи. Распределение домашних обязанностей. Посильная помощь близким. Профессиональная и учебная деятельность членов семьи. Уход за домашними животными. Досуг семьи. Семейные праздники и традиции.

Коммуникативная культура. Преодоление навязчивых движений. Общение. Вежливость и культура диалога. Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста. Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому. Уход за младшими членами семьи. Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.

Транспорт. Виды транспорта. Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого и поведенческого этикета в транспорте. Профессии людей в транспортных предприятиях.

Торговля. Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Безопасность наличных и безналичных расчетов. Размещение и удобное хранение наличных средств, банковских карт. Предприятия торговли. Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Вежливое обращение за помощью. Определение местоположения кассы. Оплата наличными и безналичными деньгами. Упаковка приобретенных товаров для удобной транспортировки.

Основы медицинских знаний. Медицинская помощь. Оказание первой помощи при порезах, ожогах, обморожениях, ушибах. Профилактика тепловых и солнечных ударов. Специализация врачей. Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.

Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы). Мессенджеры. Знакомство с возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов, программами определения купюр «TapTapSee», программой «BeMyEyes», программами определения купюр.

Выбор профессии и трудоустройство. Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.

2. Планируемые результаты

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

овладение первоначальными навыками адаптации в изменяющемся мире;

уровень положительного отношения к предмету «Социально-бытовая ориентировка»;
познавательные мотивы учебной деятельности, понимание того, как знания и умения, приобретаемые на занятиях, могут быть полезны в жизни;
представление о личной ответственности за свои поступки на основе понимания их последствий;
этические чувства и нормы на основе представлений о взаимоотношениях людей в семье, семейных традициях, своей родословной, осознания ценностей дружбы, согласия, взаимопомощи;
способность к сотрудничеству со взрослыми и сверстниками на основе взаимодействия при выполнении совместных заданий, в том числе учебных проектов;
установка на безопасный, здоровый образ жизни на основе представлений о режиме дня, правилах личной гигиены, правилах безопасного поведения в быту, на улице.

Прогнозируемые результаты Учащиеся научатся: К концу учебного года учащиеся должны уметь: правильно ухаживать за своим телом; знать правила закаливания организма; готовить овощные блюда, сервировать стол, пользоваться столовыми приборами; выполнять различные виды труда в семье, быть чутким, внимательным к окружающим; вести себя в обществе, подчиняться правилам поведения, уважать окружающих; ухаживать за обувью и одеждой, пользоваться стиральной машиной, пылесосом, убирать помещение; знать правила поведения в общественных местах; знать виды продовольствия, виды и стоимости товаров, порядок приобретения товаров, правила поведения при покупке товаров; уметь пользоваться расписанием движения транспорта, кассой - автоматом; уметь ухаживать за комнатными цветами

Специальная адаптация рабочей программы

1. Освещенность рабочего места подбирается индивидуально в соответствии с особенностями реактивности зрительной системы ребёнка.
2. Оптимальное расстояние от глаз наглядного материала – 20-30 см.
3. Длительность зрительной работы должна учитывать эргономические особенности глаза. В перерывах для отдыха – визуальная фиксация удаленных объектов, способствующая уменьшению напряжению аккомодации, или же адаптация к белому фону средней яркости.
4. Определенные требования предъявляются к наглядному материалу.
 - ✓ Изображения на рисунках должны иметь оптимальные пространственные и временные характеристики (яркость, контраст, цвет, структура, соотношения элементов, время экспозиции и т.д.).
 - ✓ Важно ограничивать информационную емкость изображений и сюжетных ситуаций с целью исключения избыточности, затрудняющей опознание.
 - ✓ Имеют значение количество и плотность изображений, степень их расчлененности.
 - ✓ Каждое изображение должно иметь четкий контур, высокий контраст (до 60-100%); его угловые размеры подбираются индивидуально в зависимости от остроты зрения и состояния поля зрения.
 - ✓ Хроматические объекты должны иметь насыщенные цвета.

3. Система оценки планируемых результатов

Характеристика словесной оценки (оценочное суждение)

Словесная оценка есть краткая характеристика результатов учебного труда школьников. Эта форма оценочного суждения позволяет раскрыть перед учеником динамику результатов его

учебной деятельности, проанализировать его возможности и прилежание. Особенностью словесной оценки являются ее содержательность, анализ работы школьника, четкая фиксация успешных результатов и раскрытие причин неудач. Причем эти причины не должны касаться личностных характеристик учащегося.

Оценочное суждение сопровождает любую отметку в качестве заключения по существу работы, раскрывающего как положительные, так и отрицательные ее стороны, а также пути устранения недочетов и ошибок. Поэтому выявление знаний только через устную речь нельзя признать полным и объективным.

На занятиях по СБО используются предварительный, текущий и итоговый контроль: Предварительная проверка, как знаний, так и умений проводится в начале учебного года или перед изучением новой темы. Она служит выявлению исходного уровня учащихся, на который можно опереться при изучении нового материала, а также для выявления того учебного материала, который слабо усвоен и требует повторения.

Текущая проверка показывает, могут ли учащиеся выполнять задания, связанные с изучаемой темой, самостоятельно и какие трудности они при этом испытывают. Текущий контроль осуществляется в процессе рассказа учащимися хода выполнения ими задания, учета ответов учащихся в процессе закрепления и повторения изученного материала, анализа результатов их практической деятельности и т.п. По итогам текущей проверки педагог может сделать вывод о возможности продолжения изучения темы или о необходимости дополнительных разъяснений.

Итоговый контроль позволяет проверить знания и умения учащихся после изучения раздела или разделов в конце учебной четверти или учебного года. Итоговый контроль включают задания и вопросы из разных разделов курса СБО, позволяющие проверить как теоретические знания, так и практические умения.

2026/27 учебный год

Предмет социально бытовая ориентировка

Класс: 6 «Д»

Учитель: Тысяцкая О.А.

Количество часов всего: 34, в неделю 1 час

Плановых практических работ: 15, тестов 4

Планирование составлено на основе основной образовательной программы основного общего образования ФГОС 3 поколения, протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22.

Материально-техническое оснащение: компьютер, ксерокс, наглядные пособия.

Поурочно- тематический план представлен в виде следующей таблицы

№	ЭОР	Тема занятия	Форма проведения занятия	Виды и формы контроля
1		Диагностика		
2		Личная гигиена	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
3		Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияю-	Занятие открытого типа	текущий

		щие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды.	знания 1 час	
4		Формирование женственности и мужественности посредством трансляции мужской и женской моделей поведения.	Занятие открытия нового знания 1 час	текущий
5		Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек.	Занятие введения новых знаний 1 час	текущий
6		Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды	Занятие-практикум 1 час	Текущий Практическая работа
7		Повседневный уход за одеждой и обувью. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления.	Занятие введения новых знаний 1 час	текущий
8		Ручная и машинная стирка. Сортировка белья для стирки. Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов.	Занятие введения новых знаний 1 час	Текущий Практическая работа
9		Сезонность одежды, особенности фактур тканей. Хранение одежды и обуви.	Занятие введения новых знаний 1 час	Текущий Практическая работа
10		Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).	Занятие введения новых знаний 1 час	текущий
11		Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
12		Пользование кухонными принадлежностями и столовыми приборами. Уход за посудой.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
13		Обработка продуктов с помощью ножа. Правила техники безопасности при приготовлении пищи.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
14		Простейшие блюда. Состав и способы приготовления простейших блюд.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
15		Блюда из яиц, молочные каши, сухарики. Приготовление бу-	Занятие-практикум	текущий Практиче-

		тербродов, винегрета и простых салатов. Оформление готовых блюд.	1 час	ская работа
16		Заваривание чая. Тифлотехнические средства, используемые при приготовлении пищи. Культура питания	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
17		Правила сервировки стола для гостей (обед, ужин, чаепитие). Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, пizzeria, кофейня, пельменные, «Фастфуды»).	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
18		Влажная уборка квартиры. Сухая уборка квартиры пылесосом.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
19		Уход за комнатными растениями. Застилание постели. Смена постельного белья.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
20		Члены семьи. Распределение домашних обязанностей. Посильная помощь близким	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
21		Профессиональная и учебная деятельность членов семьи.	Занятие-практикум 1 час	текущий
22		Уход за домашними животными. Досуг семьи. Семейные праздники и традиции.		Текущий (тест)
23		Преодоление навязчивых движений. Общение. Вежливость и культура диалога.	Занятие-практикум 1 час	текущий Практическая работа
24		Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.	Занятие-практикум 1 час	текущий
25		Правила речевого и поведенческого этикета в транспорте. Профессии людей в транспортных предприятиях	Занятие-рефлексия 1 час	текущий
26		Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Безопасность наличных и безналичных расчетов	Занятие рефлексия 1 час	текущий

27		Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров.	Занятие-игра 1 час	Текущий (тест)
28		Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров.	Занятие - рефлексия 1 час	текущий
29		Вежливое обращение за помощью. Определение местоположения кассы.	Занятие рефлексия 1 час	текущий
30		Оплата наличными и безналичными деньгами. Упаковка приобретенных товаров для удобной транспортировки.	Занятие-практикум, 1 час	текущий
31		Медицинская помощь. Оказание первой помощи при порезах, ожогах, обморожениях, ушибах. Вызов врача.	Занятие рефлексия 1 час	Текущий (тест)
32		Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного визуального доступа. Электронные подписи и графические ключи.	Занятие рефлексия 1 час	тематический (тест)
33		Мессенджеры. Знакомство с возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов, программами определения купюр «TapTapSee», программой «BeMyEyes», программами определения купюр.	Занятие рефлексия 1 час	тематический (тест)
34		Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.	Занятие рефлексия 1 час	текущий
		Всего	34ч	

