

УДК 376.4:316.6
ББК 74.3
С89

Субчева В.П.

С89 Социально-бытовая ориентировка. 5 класс : учебное пособие для общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева — М. : Издательский Центр ВЛАДОС, 2021. — 54 с. : ил.

ISBN 978-5-907433-72-4

В пособии рассматриваются следующие разделы социально-бытовой ориентировки для учащихся 5 класса общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями: 1. Личная гигиена; 2. Одежда и обувь; 3. Питание; 4. Я и моя будущая семья; 5. Культура поведения; 6. Жилище; 7. Транспорт; 8. Торговля.

Пособие адресовано специалистам общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, а также может быть использовано в процессе обучения в других образовательных организациях. Представленные материалы будут полезны студентам дефектологических факультетов, родителям и лицам, стремящимся помочь детям с нарушениями в развитии подготовиться к будущей самостоятельной жизни.

УДК 376.4:316.6
ББК 74.3

- © Субчева В.П., 2021
- © ООО «Издательский Центр ВЛАДОС», 2021
- © Художественное оформление.
ООО «Издательский Центр ВЛАДОС», 2021
- © Оригинал-макет.
«Издательский Центр ВЛАДОС», 2021

ISBN 978-5-907433-72-4

СОДЕРЖАНИЕ

О предмете СБО	5
1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	6
Правила личной гигиены	6
Уход за волосами	8
Ваше лицо и прическа.....	10
Берегите зрение!.....	13
2. ОДЕЖДА И ОБУВЬ.....	15
Виды одежды и обуви	15
Назначение одежды и обуви	17
Уход за одеждой	18
Уход за обувью	20
3. ПИТАНИЕ	22
Продукты питания и их значение	22
Бутерброды	24
Салаты и винегреты	27
Общие правила приготовления салатов.....	29
Заваривание чая.....	30
Кухонная посуда и уход за ней	31
Сервировка стола к завтраку	33
4. Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.....	35
Что такое «семья»	36
Что такое «семья» (продолжение)	37

5. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	40
О культуре поведения.....	40
Красота — родная сестра здоровья	42
Правила общения.....	44
6. ЖИЛИЩЕ.....	46
Виды жилых помещений в городе и в деревне.....	46
7. ТРАНСПОРТ	48
Правила ожидания и поведения	
в общественном транспорте	48
Правила передвижения на велосипеде	50
8. ТОРГОВЛЯ	51
Виды магазинов. Их назначение.....	51
В продовольственном магазине	53