

Специальная  
(коррекционная)  
общеобразовательная  
школа VIII вида

**В.П. СУБЧЕВА**

# **Социально- бытовая ориентировка**

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

**5–9 КЛАСС**



Гуманитарный издательский центр



Москва  
2014

УДК 376.4:316.6  
ББК 74.3  
С89

**Субчева В.П.**

**С89** Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие : 5–9 классы. — М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2014. — 87 с. : ил. — (Коррекционная педагогика).

ISBN 978-5-691-01880-0

Агентство СІР РГБ.

В пособии рассматриваются вопросы теории и практики социально-бытовой ориентировки учащихся 5–9 классов специальных (коррекционных) школ VIII вида. В помощь учителю даны учебно-тематические планы с годовым количеством часов по классам на каждый раздел СБО, и программы для СБО по каждому классу отдельно.

Учебно-методическое пособие адресовано учителям специальных (коррекционных) школ VIII вида, а также может быть использовано в коррекционных учреждениях других видов. 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**

ISBN 978-5-691-01880-0

© Субчева В.П., 2012  
© ООО «Гуманитарный издательский  
центр ВЛАДОС», 2012

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРОГРАММА ПО СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ ОРИЕНТИРОВКЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5–9 КЛАССОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ШКОЛЫ	
VIII вида .....	6
Пояснительная записка .....	6
ВВЕДЕНИЕ.....	9
<b>5 КЛАСС</b> .....	15
Учебно-тематический план, 5–9 классы .....	15
<b>Содержание программы</b> .....	19
Личная гигиена .....	22
Практическая работа «Выполнение утреннего туалета».....	22
Практическая работа «Чистка ушей».....	23
Сюжетно-ролевая игра «В парикмахерской».....	23
Одежда и обувь .....	24
Практическая работа «Уход за обувью».....	24
Практическая работа: «Убираем зимние вещи в шкаф на летнее хранение» .....	24
Питание .....	25
Практическая работа «Приготовление открытых и закрытых бутербродов» .....	25
Практическая работа «Приготовление картофельного салата» .....	26
Практическая работа «Приготовление овощного винегрета » .....	26
Практическая работа «Заваривание чая» .....	27
Практическая работа « Мытье кухонной посуды».....	28
Транспорт.....	28
Сюжетно-ролевая игра «В автобусе» .....	28
Торговля .....	29
Сюжетно-ролевая игра «В продовольственном магазине»... ..	29
<b>6 КЛАСС</b> .....	30
Учебно-тематический план .....	30
<b>Содержание программы</b> .....	33
Личная гигиена .....	36
Практическая работа «Уход за руками» (Мытье рук, стрижка ногтей, нанесение крема на кожу рук, массаж кистей рук) .....	36
Одежда и обувь .....	36
Практическая работа: «Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями» .....	36
Практическая работа: «Выполнение ремонта одежды по распоровшемуся шву ручным стачным швом» .....	37
Практическая работа: «Пришивание вешалки к пальто» .....	37

Практическая работа «Стирка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную» .....	38
Питание .....	38
Практическая работа «Приготовление манной каши» .....	38
Практическая работа «Приготовление отварного картофеля» .....	39
Практическая работа «Приготовление картофельного пюре» .....	39
Практическая работа «Приготовление отварных макарон» .....	40
Практическая работа «Приготовление гречневой каши» .....	40
Практическая работа «Приготовление творожной запеканки» .....	41
Жилище .....	42
Практическая работа «Уход за полом в зависимости от покрытия» .....	42
Практическая работа «Изучение устройства пылесоса. Как чистить ковры, мебель, одежду с помощью пылесоса» .....	42
Средства связи .....	43
Практическая работа «Заполнение телеграфных бланков» .....	43
Практическая работа «Заполнение почтовых бланков для отправления посылок» .....	43
<b>7 КЛАСС</b> .....	44
Учебно-тематический план .....	44
<b>Содержание программы</b> .....	48
Одежда и обувь .....	51
Практическая работа «Выполнение ремонта одежды в месте разрыва ткани» .....	51
Практическая работа «Ремонт одежды. Штопка» .....	52
Практическая работа «Ремонт одежды. Наложение заплат» .....	52
Питание .....	53
Практическая работа «Приготовление щей из свежей капусты с картофелем» .....	53
Практическая работа «Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом» .....	53
Практическая работа «Приготовление рыбы жареной с гарниром» .....	54
Практическая работа «Приготовление киселя клюквенного» .....	55
Культура поведения .....	55
Практическая работа «Подарок своими руками» .....	55

Лекарственные травы.....	56
Практическая работа «Приготовление витаминизирующего отвара» .....	56
Практическая работа «Приготовление поливитаминного настоя» .....	57
<b>8 КЛАСС</b> .....	58
Учебно-тематический план .....	58
<b>Содержание программы</b> .....	61
Питание .....	66
Практическая работа «Приготовление консервированных груш» .....	66
Практическая работа «Приготовление варенья из тыквы» .....	66
Практическая работа «Приготовление варенья из кабачков» .....	67
Практическая работа «Приготовление варенья из моркови» .....	67
Практическая работа «Приготовление варенья из яблок».....	68
Практические работы по теме «Моя семья» .....	68
Практическая работа. Укачивание ребенка (разучивание колыбельных песен).....	69
<b>9 КЛАСС</b> .....	75
Учебно-тематический план 9 класс .....	75
<b>Содержание программы</b> .....	78
Я и моя будущая семья.....	83
Практическая работа «Приготовление молочной смеси для грудного ребенка» .....	83
Практическая работа «Приготовление жидкой каши для ребенка» .....	84
Практическая работа «Приготовление картофельного пюре для кормления ребенка» .....	84
Практическая работа «Приготовление морковного сока для кормления ребенка».....	85
<b>ЛИТЕРАТУРА</b> .....	86