

УДК 74.3
ББК 376.1-058.264(072)
Л89

Рецензенты:

доктор педагогических наук профессор **В.В. Воронкова**;
кандидат педагогических наук **С.А. Казакова**;
старший преподаватель кафедры коррекционной педагогики ИУУ г. Владимира **Е.В. Славина**

Львова С.А.

Л89 Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5–9 классы : пособие для учителя / С.А. Львова. — М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. — 136 с. : ил. — (Коррекционная педагогика).

ISBN 978-5-691-01913-5.

Агентство СІР РГБ.

Пособие адресовано учителям социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. В нем представлены материалы для работы на уроках СБО с 5 по 9 классы. Учебный материал расположен поурочно, содержит задания с элементами программированного обучения, таблицы, рецепты блюд, памятки. Пособие поможет учителю эффективнее использовать урочное время и разнообразить деятельность учащихся на уроке.

УДК 74.3

ББК 376.1-058.264(072)

ISBN 978-5-691-01913-5

- © Львова С.А., 2005
- © ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2005
- © Серия «Коррекционная педагогика» и серийное оформление. ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2005
- © Художественное оформление. ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2005

Учебное издание

Львова Светлана Алексеевна

**ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ К УРОКАМ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ ОРИЕНТИРОВКИ
В СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ VIII ВИДА
5–9 КЛАССЫ**

Пособие для учителя

Зав. художественной редакцией **И.В. Яковлева**

Начальник технического отдела **Е.В. Чичилов**

Лицензия № 03185 от 10.11.2000.

Сертификат соответствия № РОСС RU.АЕ51.Н 16440 от 20.11.2012.

Подписано в печать 03.12.2012. Формат 70×90/16. Печать офсетная. Бумага офсетная.

Усл. печ. л. 9,94. Тираж 5 000 экз. (1-й завод 1–500 экз.). Зак.

Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС.

119571, Москва, а/я 19.

Тел./факс: (495) 984-40-21, 984-40-22.

E-mail: vlados@dol.ru <http://www.vlados.ru>

ГП Псковской области «Великолукская городская типография».

182100, г. Великие Луки, ул. Полиграфистов, 78/12.

Тел./факс (811-53) 3-62-95.

E-mail: VTL@MART.RU

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|-----------------------------------------------------------|-----------|
| Предисловие | 3 |
| Программированные задания в структуре урока СБО | 6 |
| Уроки социально-бытовой ориентировки | 19 |

5 класс

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Уроки 1—2. Введение | 19 |
| Урок 3. Правила личной гигиены в течение дня | 19 |
| Урок 4. Предметы и средства личной гигиены | 19 |
| Урок 5. Уход за полостью рта | 20 |
| Урок 6. Уход за ушами | 20 |
| Урок 7. Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора). Гимнастика для глаз | 21 |
| Урок 8. Уход за волосами | 21 |
| Урок 9. Поведение в музее, библиотеке | 21 |
| Урок 10. Ролевая игра «Запишите меня в библиотеку» | 21 |
| Урок 11. Поведение в кино, в театре | 22 |
| Урок 12. Ролевая игра «Здравствуй, театр» | 22 |
| Урок 13. Виды жилых помещений | 23 |
| Урок 14. Виды помещений в жилых домах (варианты жилых и подсобных помещений) | 23 |
| Урок 15. Почтовый адрес дома, школы | 24 |
| Урок 16. Написание адреса на почтовой открытке | 24 |
| Урок 17. Правила вытирания пыли | 24 |
| Урок 18. Правила подметания пола | 24 |
| Урок 19. Гигиенические требования к жилому помещению | 25 |
| Урок 20. Инвентарь и приспособления для уборки | 25 |
| Урок 21. Последовательность уборки детской комнаты | 25 |
| Урок 22. Значение продуктов питания для здоровья человека | 26 |
| Урок 23. Кухонная посуда, приборы, приспособления, назначение | 26 |
| Урок 24. Правила мытья и чистки посуды | 26 |
| Урок 25. Чайная посуда. Сервировка стола к завтраку | 27 |
| Урок 26. Правила заваривания чая | 27 |
| Урок 27. Поведение за столом | 27 |
| Урок 28. Правила приема пищи | 28 |
| Уроки 29—30. Упражнения по этикету | 28 |
| Урок 31. Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе | 28 |
| Урок 32. Правила поведения в транспорте, на улице | 29 |
| Урок 33. Проезд в школу (транспортный и пешеходный маршруты) | 29 |
| Урок 34. Правила дорожного движения | 30 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 35. Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине. | 30 |
| Урок 36. Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара | 30 |
| Урок 37. Порядок покупки товара в продовольственном магазине. | 31 |
| Урок 38. Приготовление бутербродов | 31 |
| Уроки 39—40. Приготовление блюд из яиц (вареные, яичница)..... | 32 |
| Уроки 41—42. Приготовление салата или винегрета (вареные овощи) | 33 |
| Урок 43. Виды одежды и головных уборов, их назначение | 33 |
| Урок 44. Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению | 34 |
| Урок 45. Виды обуви, их назначение | 34 |
| Урок 46. Повседневный уход за кожаной обувью. | 35 |
| Урок 47. Повседневный уход за обувью из замши, текстиля, шерсти (валяной) | 35 |
| Урок 48. Уход за мокрой обувью из кожи. | 35 |
| Урок 49. Уход за обувью из замши, текстиля, шерсти. | 36 |
| Урок 50. Подготовка обуви к хранению | 36 |
| Уроки 51—52. Личная гигиена. Повторение пройденной темы. Проверочная работа | 36 |
| Уроки 53—54. Питание. Повторение пройденной темы. Проверочная работа | 37 |
| Уроки 55—56. Одежда. Повторение пройденной темы. Проверочная работа | 37 |
| Уроки 57—58. Транспорт. Повторение пройденной темы. | 38 |

6 класс

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 1. Закаливание организма | 39 |
| Урок 2. Правила закаливания организма | 39 |
| Урок 3. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Мимика и жесты во время разговора | 39 |
| Урок 4. Уход за кожей рук и ногтями | 39 |
| Урок 5. Уход за кожей ног и ногтями | 40 |
| Урок 6. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании | 40 |
| Ролевая игра «Слова при встрече и расставании» | 40 |
| Урок 7. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам | 40 |
| Урок 8. Разговор со старшими, сверстниками | 41 |
| Урок 9. Основные транспортные средства. Правила пользования городским транспортом | 42 |
| Урок 10. Оплата проезда на всех видах транспорта | 43 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 11. Пригородные поезда. Расписание | 43 |
| Урок 12. Оплата проезда | 43 |
| Урок 13. Детские ясли, детсад, школа. Их назначение | 44 |
| Урок 14. Центр досуговой деятельности | 44 |
| Урок 15. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон) | 45 |
| Урок 16. Виды почтовых отправлений | 45 |
| Урок 17. Виды писем | 45 |
| Урок 18. Написание адреса на конверте | 46 |
| Уроки 19—20. Телеграф. Составление текстов телеграмм. Отправление телеграмм | 46 |
| Урок 21. Мебель и оборудование. Правила пользования и техника безопасности при работе с плитой. | 46 |
| Урок 22. Посуда, приборы, приспособления. Мытье и чистка посуды (повторение) | 47 |
| Урок 23. Правила безопасной работы на кухне (режущие инструменты, кипяток). Хранение продуктов и готовой пищи (в холодильнике и без него) | 47 |
| Урок 24. Сервировка стола к ужину | 47 |
| Уроки 25—27. Приготовление отварных макарон | 48 |
| Урок 28. Состав семьи учащихся: имена, отчества, место работы. Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра | 48 |
| Урок 29. Правила поведения в семье. Обязанности по дому | 49 |
| Урок 30. Мелкий ремонт одежды. Подготовительные работы | 49 |
| Урок 31. Пришивание пуговиц | 50 |
| Урок 32. Пришивание кнопок и крючков. | 50 |
| Урок 33. Правила ручной стирки и сушки изделий. | 51 |
| Урок 34. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей | 51 |
| Урок 35. Утюг. Правила техники безопасности при работе. | 51 |
| Урок 36. Глажение изделий | 52 |
| Урок 37. Обобщение пройденной темы. Проверочная работа | 53 |
| Урок 38. Гигиенические требования к жилому помещению. Проверочная работа | 53 |
| Урок 39. Основные правила организации рабочего места школьника | 54 |
| Урок 40. Значение уборки жилых помещений. Периодичность уборки (ежедневная, недельная, сезонная). | 54 |
| Урок 41. Требования к организации спального места. Гигиенические требования к постельному белью | 54 |
| Урок 42. Виды половых покрытий: деревянные, паркет, линолеум. | 55 |
| Урок 43. Инвентарь, приспособления и средства по уходу за полами. | 55 |
| Урок 44. Ковры и ковровые покрытия, их виды. Способы ухода за ними (влажный веник, пылесос) | 56 |

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 45. Пылесос. Правила и техника безопасности при работе с ним. | 56 |
| Уроки 46—47. Обобщение пройденной темы. Проверочная работа. | 56 |
| Урок 48. Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, стоимость, порядок приобретения. | 57 |
| Урок 49. Сюжетно-ролевые игры «Я — покупатель», «Покупка продуктов по списку» | 57 |
| Уроки 50—51. Приготовление блюд из круп — каши на воде и на молоке . . . | 58 |
| Уроки 52—53. Приготовление блюд из картофеля (отварной, пюре) | 59 |
| Урок 54. Медицинские учреждения. Функции основных врачей-специалистов | 59 |
| Урок 55. Виды медицинской помощи. Вызов врача на дом | 60 |

7 класс

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Уроки 1—2. Личная гигиена подростка. | 61 |
| Урок 3. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми (оказание малышам помощи в одевании на прогулку). | 62 |
| Урок 4. Разучивание тихих подвижных игр. | 62 |
| Уроки 5—6. Паспорт. Получение паспорта | 62 |
| Урок 7. Значение жилища для человека. Регулярная уборка жилого помещения — ежедневная, еженедельная | 63 |
| Урок 8. Сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету | 63 |
| Урок 9. Способы и периодичность ухода за окнами. Виды моющих средств | 64 |
| Урок 10. Виды мебели: мягкая, корпусная, столы, стулья. Покрытие мебели: мягкая — ткань, кожа; корпусная, столы, стулья — полировка, шпон, пластик | 64 |
| Урок 11. Способы ухода за мебелью. Средства и приспособления по уходу | 64 |
| Урок 12. Способы ухода за зеркалами. Средства и приспособления по уходу | 64 |
| Уроки 13 — 14. Обобщение пройденной темы. | 65 |
| Урок 15. Виды бандеролей, порядок отправления | 65 |
| Урок 16. Упаковка, заполнение бланков | 65 |
| Урок 17. Правила поведения в гостях | 66 |
| Урок 18. Ролевая игра «Вы пришли в гости» | 66 |
| Урок 19. Ролевые игры: «Я иду на день рождения», «У меня сегодня день рождения» | 67 |
| Урок 20. Выбор подарка. Правила вручения подарка | 68 |
| Урок 21. Промышленные предприятия. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятии | 68 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 22. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей | 68 |
| Урок 23. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы | 68 |
| Урок 24. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. | 69 |
| Урок 25. Виды пассажирских вагонов, типы поездов (пассажирский, скорый) | 69 |
| Урок 26. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа | 69 |
| Урок 27. Бюджет семьи, источники дохода | 70 |
| Урок 28. Заработная плата членов семьи, пенсия. Среднедушевой доход . . . | 70 |
| Урок 29. Составление доверенности на получение заработной платы | 70 |
| Уроки 30—31. Обобщение пройденной темы | 71 |
| Урок 32. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи | 71 |
| Урок 33. Сервировка стола к обеду | 72 |
| Уроки 34 — 35. Приготовление закуски. | 72 |
| Урок 36. Ремонт одежды — наложение заплаты | 73 |
| Урок 37. Ремонт одежды — штопка разорванного места. | 73 |
| Уроки 38 — 39. Ручная стирка белой хлопчатобумажной ткани. | 74 |
| Урок 40. Стирка белья с помощью стиральной машины | 74 |
| Урок 41. Глажение прямого белья. | 74 |
| Урок 42. Глажение спортивной одежды | 75 |
| Урок 43—44. Виды услуг химчистки. Правила обращения в пункты химчистки. | 75 |
| Уроки 45—46. Обобщение пройденной темы | 75 |
| Уроки 47—48. Универмаги, специализированные протоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. | 76 |
| Урок 49. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров . . . | 76 |
| Уроки 50—51. Приготовление первых блюд. | 76 |
| Уроки 52—53. Приготовление вторых блюд. | 78 |
| Уроки 54—55. Приготовление третьих блюд | 79 |
| Уроки 56—57. Повторение пройденной темы. Проверочная работа | 80 |
| Урок 58. Домашняя аптечка (ее состав). Назначение и хранение | 80 |
| Урок 59. Лекарственные растения. Приготовление отваров, настоев. | 81 |
| Уроки 60—61. Первая помощь при травмах (ранах), микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | 81 |

8 класс

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 1. Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств | 83 |
| Урок 2. Косметические дезинфицирующие средства (профилактика появления прыщей). | 83 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 3. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (повторение) | 84 |
| Урок 4. Кухонные механические приспособления и электрооборудование (мясорубка, овощерезка, миксер) и правила безопасной работы с ними | 85 |
| Уроки 5—6. Консервирование овощей, фруктов, ягод | 85 |
| Уроки 7—8. Замораживание овощей, фруктов, ягод | 85 |
| Урок 9. Статьи расходов | 86 |
| Урок 10. Расходы на питание | 86 |
| Уроки 11—12. Планирование крупных покупок | 86 |
| Уроки 13—14. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг | 87 |
| Уроки 15—16. Расчет платы за электроэнергию и газ — снятие показаний счетчика и заполнение квитанций | 87 |
| Уроки 17—18. Планирование расходов на день, две недели | 87 |
| Уроки 19—20. Ручная стирка и сушка изделий из шерстяных и синтетических тканей | 88 |
| Уроки 21—22. Глажение фасонного белья | 88 |
| Уроки 23—24. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания. | 89 |
| Уроки 25—26. Первая помощь при несчастных случаях: ожог, обморожение, отравление, тепловой и солнечный удары | 90 |
| Уроки 27—28. Первая помощь утопающему | 91 |
| Уроки 29—30. Глистные заболевания и меры по их предупреждению | 92 |
| Урок 31. Культура общения юноши и девушки | 92 |
| Урок 32. Значение тона разговора в установлении межличностного контакта | 93 |
| Уроки 33—34. Внешний вид молодых людей (возраст, одежда, косметика, парфюмерия с учетом местонахождения). Сюжетно-ролевые игры. | 93 |
| Урок 35. Правила ухода за грудным ребенком | 94 |
| Урок 36. Правила и периодичность кормления грудного ребенка | 94 |
| Урок 37. Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка | 94 |
| Урок 38. Правила и последовательность купания грудного ребенка | 94 |
| Уроки 39—40. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды | 95 |
| Урок 41. Составление меню на один день и на неделю | 95 |
| Урок 42. Способы и последовательность приготовления изделий из теста | 96 |
| Уроки 43—44. Выпечка блинов | 97 |
| Уроки 45—46. Приготовление песочного печенья | 97 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Урок 47. Специализированные магазины. Правила поведения в магазине | 97 |
| Урок 48. Виды товара, отделы. Вежливое обращение к продавцу-консультанту | 98 |
| Урок 49. Городской телефон. Таксофон | 98 |
| Урок 50. Международная телефонная связь | 99 |
| Уроки 51—52. Госучреждения: управа, префектура, милиция | 99 |
| Урок 53. Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления для уборки кухни. | 99 |
| Урок 54. Правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина. Моющие средства и приспособления. Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами | 100 |
| Урок 55. Правила мытья кафельных стен. Моющие средства и приспособления | 100 |
| Урок 56. Обобщение пройденного материала | 100 |
| Урок 57. Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание. Порядок приобретения билета | 101 |
| Урок 58. Водный транспорт. Маршруты, расписание, стоимость билетов . . | 101 |

9 класс

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Урок 1. Правила личной гигиены — основа образа жизни | 102 |
| Урок 2. Вред курения и алкоголя | 102 |
| Урок 3. Расходы на удовлетворение культурных потребностей | 103 |
| Урок 4. Основные статьи расходов (повторение) | 104 |
| Уроки 5—6. Экономия в домашнем хозяйстве | 104 |
| Уроки 7—8. Сбережения. Виды вкладов | 105 |
| Урок 9. Государственное страхование (обязательное, накопительное) . . . | 105 |
| Урок 10. Кредит. Оформление кредита | 106 |
| Урок 11. Мода. Стиль в одежде | 107 |
| Урок 12. Выбор одежды и обуви при покупке | 108 |
| Урок 13. Варианты обновления одежды (замена мелких деталей) | 108 |
| Урок 14. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях | 109 |
| Урок 15—16. Обобщение пройденной темы. Проверочная работа | 109 |
| Урок 17. Правила общежития. Сюжетно-ролевые игры | 110 |
| Урок 18. Прием гостей. Сюжетно-ролевые игры: «Вечеринка», «Чашка чаю» | 110 |
| Урок 19. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи | 111 |
| Урок 20. Рецепт приготовления блюд для детей ясельного возраста | 111 |
| Урок 21. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола | 112 |
| Урок 22. Рецепты приготовления национальных блюд | 112 |

| | | |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Уроки 23—24. | Отваривание пельменей и приготовление соусов | 113 |
| Уроки 25—26. | Приготовление вегетарианского борща | 114 |
| Уроки 27—28. | Выпечка блинов из дрожжевого теста. | 114 |
| Уроки 29—30. | Рецепты приготовления диетических блюд | 115 |
| Урок 31. | Продуктовый рынок. Отделы рынка. Стоимость некоторых продуктов. Особенности приобретения продуктов на рынке | 115 |
| Урок 32. | Комиссионный магазин. Его особенности | 115 |
| Урок 33. | Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению | 116 |
| Урок 34. | Листок нетрудоспособности | 117 |
| Уроки 35—36. | Уход за больным | 117 |
| Урок 37. | Основы семейных отношений. Традиции, досуг. Организация отдыха | 118 |
| Урок 38. | Взаимоотношения в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях | 119 |
| Уроки 39—40. | Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Ролевая игра «Условия создания семьи» | 120 |
| Урок 41. | Ситуация выбора после окончания 9-го класса | 120 |
| Урок 42. | Краткая характеристика рабочих мест | 121 |
| Уроки 43—44. | Трудоустройство. Временная и постоянная занятость | 121 |
| Уроки 45—46. | Охрана труда несовершеннолетних | 121 |
| Уроки 47—48. | Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер | 122 |
| Урок 49. | Виды уборки квартиры: ежедневная, еженедельная, сезонная (повторение). | 123 |
| Урок 50. | Сохранение жилищного фонда (косметический ремонт: оклейка стен обоями, покраска дверей) | 123 |
| Урок 51. | Посылки. Правила упаковки и отправление | 123 |
| Урок 52. | Виды денежных переводов. Заполнение бланков | 124 |
| Уроки 53—54. | Трудовой договор, трудовой стаж | 124 |
| Уроки 55—56. | Временные работы | 125 |
| Урок 57. | Работа на время каникул | 125 |
| Урок 58. | Итоговое занятие: анкетирование. Рекомендации учителя | 125 |
| Урок 59. | Предприятия бытового обслуживания | 126 |
| Урок 60. | Виды оказываемых услуг. Профессии работников предприятия | 126 |
| Урок 61. | Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Службы аэровокзала | 127 |
| Урок 62. | Порядок приобретения билета и его возврата | 127 |
| Литература. | | 128 |