



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ ВАЛДАЙ»

РАЗРАБОТЧИК

Ректор Университета Валдай


/В.В. Клевцов/

«_20_» _____ февраля _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«Социально-бытовая ориентировка (СБО) лиц с интеллектуальными нарушениями»

Дополнительная профессиональная программа
«Работа с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжелыми и множественными нарушениями развития (экспертная подготовка)»

г. Великий Новгород

Наименование учебной дисциплины: Социально-бытовая ориентировка (СБО) лиц с интеллектуальными нарушениями.

Цель освоения учебной дисциплины (цель дисциплины): достижение запланированных результатов освоения образовательной программы - формирование установленных в образовательной программе компетенций.

Задачи освоения учебной дисциплины (задачи дисциплины): достижение запланированных в настоящей рабочей программе результатов освоения дисциплин - приобретение обучающимся запланированных знаний, умений, навыков.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Обучающийся должен формировать следующие результаты освоения дисциплины (планируемые результаты обучения) «Социально-бытовая ориентировка (СБО) лиц с интеллектуальными нарушениями» (коды формируемых компетенций): ПК-296.

Индикаторы достижения компетенций

Результаты обучения для настоящей дисциплины соотносятся со следующими индикаторами достижения компетенций Индикаторы достижения компетенции

На уровне знаний:

Знание о правилах личной гигиены и их значении для здоровья. Знание об основных группах продуктов питания и принципах составления простого меню. Знание о назначении денег, номиналах купюр и монет, принципах планирования бюджета. Знание правил безопасного поведения дома, на улице и в общественных местах. Знание основных норм и правил этикета при общении с людьми.

На уровне умений:

Умение готовить простые блюда (салат, бутерброд, каша) по пошаговой инструкции. Умение составлять список необходимых продуктов и совершать покупки в магазине. Умение ухаживать за своей одеждой и обувью (чистить, стирать вручную, аккуратно складывать). Умение пользоваться общественным транспортом с помощью сопровождающего. Умение обращаться за помощью к взрослым и специалистам в различных ситуациях.

На уровне навыков:

Навык самостоятельного выполнения утренних и вечерних гигиенических процедур. Навык самостоятельной уборки за собой после приема пищи. Навык опрятного внешнего вида и подбора одежды по погоде и ситуации. Навык вежливого общения (приветствие, прощание, благодарность) в стандартных бытовых ситуациях. Навык безопасного обращения с бытовыми электроприборами (чайник, микроволновая печь).

Объем (трудоемкость) учебной дисциплины (в академических часах): 54.

Структура учебной дисциплины:

Лекционные занятия (академических часов): 4

Практические занятия (академических часов): 2

Самостоятельная работа (академических часов): 48

Тематический план учебной дисциплины (содержание учебной дисциплины)

- Тема № 1: Личная гигиена и охрана здоровья
- Тема № 2: Питание и основы кулинарии
- Тема № 3: Жилище и уход за ним
- Тема № 4: Одежда, обувь и уход за ними
- Тема № 5: Семья и культура поведения в обществе
- Тема № 6: Транспорт и ориентирование в пространстве
- Тема № 7: Торговля и финансовая грамотность
- Тема № 8: Медицинское обслуживание и пользование услугами учреждений
- Тема № 9: Организация досуга и свободного времени
- Тема № 10: Труд и профессиональная ориентация

Текущий контроль

Форма текущего контроля по учебной дисциплине: Тестирование.

Примеры заданий:

Задание: Как часто рекомендуется чистить зубы для поддержания их здоровья?

- Один раз в неделю
- Только когда они начинают болеть
- + Дважды в день: утром и вечером
- После каждого приема пищи
- Только по утрам

Задание: Что необходимо сделать в первую очередь перед началом приготовления пищи?

- Включить плиту на максимальную мощность
- Попробовать все сырые ингредиенты
- + Тщательно вымыть руки с мылом
- Накрыть на стол
- Сразу начать резать овощи

Задание: Какое средство наиболее эффективно для удаления свежего жирного пятна на кухонной столешнице?

- Простая холодная вода
- Салфетка, чтобы прикрыть пятно
- + Чистящее средство, растворяющее жир
- Острый нож, чтобы соскоблить
- Оставить до полного высыхания

Задание: Что означает символ в виде перечеркнутого утюга на ярлыке одежды?

- Гладить при высокой температуре
- Разрешена только сухая чистка
- + Гладить запрещено
- Гладить без использования пара
- Можно стирать в стиральной машине

Задание: Как следует вести себя, когда собеседник обращается к вам с рассказом?

- Перебить его, чтобы рассказать свою историю
- Смотреть в свой телефон, чтобы не терять время

- + Внимательно слушать и смотреть на говорящего
- Начать разговор с другим человеком
- Молча отойти в сторону

Промежуточная аттестация

Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине: Зачет.

Примеры заданий:

Задание: Какое правило этикета необходимо соблюдать при входе в общественный транспорт (автобус, вагон метро)?

- Постараться войти первым, расталкивая других
- + Сначала дать возможность всем желающим выйти
- Встать в дверях, чтобы никому не мешать
- Громко попросить водителя подождать
- Пропустить текущий транспорт и ждать следующий

Задание: Что такое личный или семейный бюджет?

- Вся сумма денег, которая есть в кошельке
- + План доходов и расходов на определенный период
- Список желаемых покупок
- Деньги, отложенные на отпуск
- Кредит, взятый в банке

Задание: Как записаться на прием к врачу-терапевту в государственной поликлинике, если случай не экстренный?

- Прийти и сразу пройти в кабинет врача без очереди
- Вызвать скорую помощь
- + Позвонить в регистратуру, воспользоваться сайтом госуслуг или инфоматом в поликлинике
- Попросить выписать рецепт у фармацевта в аптеке
- Обратиться в приемное отделение больницы

Задание: Что из перечисленного лучше всего описывает понятие "хобби"?

- Основная работа, приносящая доход
- + Регулярное занятие для удовольствия в свободное время
- Выполнение домашних обязанностей
- Обязательное выполнение школьных заданий
- Любое дело, которое заставляют делать

Задание: Что такое резюме, которое необходимо при поиске работы?

- Автобиография для литературного журнала
- + Документ с информацией об образовании, навыках и опыте работы для работодателя
- Медицинская карта для поликлиники
- Письмо другу с рассказом о себе
- Список покупок для похода в магазин

Содержание самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине:
подготовка к занятиям: изучение теоретического материала, чтение учебников и

дополнительных источников, конспектирование; подготовка к промежуточной аттестации; самостоятельное изучение дополнительных материалов; анализ и интерпретация данных – составление аналитического отчета обучающегося по дисциплине.

Условия реализации рабочей программы дисциплины

Материально-техническое обеспечение реализации дисциплины: технические средства доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Учебно-методическое обеспечение (электронные учебно-методические материалы) освоения учебной дисциплины (в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине):

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представляет собой приложение к настоящей образовательной программе, содержащее оценочные материалы.

Список литературы

Нормативно-правовая база

Конституция Российской Федерации

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — Закон об образовании).

Основная литература

Вентцель, К. Н. Педагогика творческой личности / К. Н. Вентцель. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-15391-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568341>

Выготский, Л. С. Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 332 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11695-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566577>

Интеллект в цифровом образовании: естественный, искусственный, эмоциональный — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581570>

Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13367-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567411>

Кащенко, В. П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков : учебник для среднего профессионального образования / В. П. Кащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/599099>

Макаренко, А. С. Методика воспитательной работы. Избранные труды / А. С. Макаренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 323 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-08066-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562001>

Лай, В. Экспериментальная педагогика / В. Лай ; под редакцией В. Е. Игнатъева ; переводчик Е. И. Воскресенская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 146 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11549-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566505>

Челпанов, Г. И. Учебник психологии : учебник / Г. И. Челпанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 221 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-12188-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566825>

Дополнительная литература

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта. Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология : журнал / ФГАОУ ВО "Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта". — Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_008503841/

Контенткон 2025: авторство, ИИ-генерация и использование учебного контента — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — ISBN 978-5-534-14536-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/582265>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 1. Церковно-религиозная и государственная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04051-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598605>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 2. Общественная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04053-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598612>

Психология человека в образовании = Psychology in education : научный журнал. — Санкт-Петербург // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_010815716/

Интернет-ресурсы

Информационное обеспечение представляет собой перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (цифровой (электронной) библиотеке) «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>), содержащей издания учебно-методической и иной литературы.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к федеральной государственной информационной системе «Национальная

электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>).

Состав необходимого комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (программное обеспечение): реестровая запись №3722 от 23.07.2017 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных); Яндекс.Телемост (реестровая запись №13556 от 20.05.2022 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных).

Электронные информационные ресурсы (ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»):

- Состав современных профессиональных баз данных

Федеральная служба государственной статистики (<https://rosstat.gov.ru/>);

Открытые данные России (<https://data.gov.ru/>);

Статистический Отдел Организации Объединенных Наций (United Nations Statistics Division) (<http://data.un.org/>);

База данных ЮНЕСКО (<https://www.unesco.org/en/key-data>).

- Состав информационных справочных систем

Высшая аттестационная комиссия при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (<https://vak.minobrnauki.gov.ru/main/>);

Официальный интернет-портал правовой информации (Государственная система правовой информации) (<http://pravo.gov.ru/>);

Система обеспечения законодательной деятельности (<https://sozd.duma.gov.ru/>);

Собрание законодательства Российской Федерации (<https://www.szrf.ru/>);

Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие» (ГАС «Правосудие») (<https://sudrf.ru/>);

Нормативные правовые акты в Российской Федерации. Министерство юстиции Российской Федерации (<http://pravo.minjust.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - информационные ресурсы органов государственной власти

Президент России (<http://kremlin.ru/>);

Правительство России (<http://government.ru/>);

Министерство науки и высшего образования РФ (<https://www.minobrnauki.gov.ru/>);

Министерство просвещения РФ (<https://edu.gov.ru/>);

Министерство экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>);

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации (<https://digital.gov.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - периодические издания

ТАСС (<https://tass.ru/>);

РИА НОВОСТИ (<https://ria.ru/>);

Коммерсантъ (<https://www.kommersant.ru/>);

RT (<https://rt.com/>).

- Информационные поисковые системы

Яндекс (<https://ya.ru/>);
MAIL.RU (<https://www.mail.ru/>).