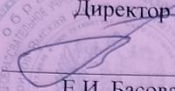
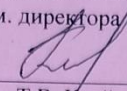


<p>УТВЕРЖДАЮ: Директор</p>  <p>Е.И. Басова</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО: Зам. директора по УВР</p>  <p>Т.В. Клейман</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>	<p>РАССМОТРЕНО на заседании Методического совета</p> <p>протокол № 1</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>
--	--	---

**Адаптированная рабочая программа
ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ
«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»
для обучающихся с нарушением зрения
(слабовидящие)**

Класс: 5

Учитель: Кузнецова О.И.

Количество часов – 68 ч (2 часа в неделю)

г. Гаврилов-Ям
2023/ 2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка 5 класс» составлена на основе АООП ООО для слабовидящих обучающихся ГОУ ЯО «Гаврилов-Ямская школа-интернат» (Приказ 03-02/27 от 28.08.2023 г.) с учётом БУП ГОУ ЯО «Гаврилов-Ямская школа-интернат» на 2023-2024 учебные годы.

Общая характеристика коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» в основной школе направлен на формирование у слабовидящих обучающихся компетенций в следующих сферах:

- соблюдения правил личной гигиены и ухода за собой с учетом физиологических особенностей предпубертатного и пубертатного периода;
- ухода за одеждой и обувью, создания и корректировки своего индивидуального стиля и имиджа с учетом возраста и гендерной принадлежности;
- ухода за жилищем и ведения домашнего хозяйства;
- организации и культуры питания, приготовления пищи;
- пользования тифлотехническими средствами и устройствами бытового назначения;
- пользования социальными объектами бытового, культурного, медицинского и прочего назначения;
- пользования различными видами общественного транспорта;
- совершения денежных операций и пользования объектами торговли;
- коммуникативной культуры и межличностного взаимодействия;
- использования современных средств связи и коммуникации;
- обеспечения элементарной медицинской помощи;
- организации жизнедеятельности и функционирования современной семьи.

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» в основной школе предназначен для формирования компенсаторных умений и навыков в сфере самообслуживания и повышение уровня социальной компетентности обучающихся. Данный курс является естественным продолжением коррекционного курса начальной школы. В ходе его реализации происходит совершенствование и универсализацию умений и навыков, сформированных при изучении в начальной школе.

Содержание коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» на каждом году обучения представлено повторяющимися разделами, однако каждый раздел ежегодно расширяется с учетом возраста, интересов и социального опыта обучающихся.

Основной формой преподавания коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» являются коррекционные занятия теоретической и практической направленности. Занятия проводятся в группе. Численность группы слабовидящих обучающихся при проведении занятий не превышает 5 человек на одного преподавателя. В некоторых случаях численный состав группы может быть сокращен в соответствии с индивидуальными учебными планами обучающихся. При делении на мелкие группы учитываются индивидуальные особенности обучающегося, обеспечивая возможно большую однородность группы.

Преподавание коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» строится на основе органичного сочетания словесного, наглядного и практического методов. Выбор и сочетание методов и их конкретных проявлений зависит от содержания учебного материала и особых образовательных потребностей слабовидящих обучающихся. Например, при использовании словесных методов (рассказ, беседа, объяснение) никогда не используются без подкрепления при помощи средств наглядности и практических упражнений, так как это может привести к появлению и развитию вербализма. В то же время, применение наглядного и практического методов всегда сопровождается словесными комментариями и инструкциями, что позволяет сформировать у обучающихся адекватные предметно-пространственные представления и передать образцы выполнения предметно-практических действий.

Программа курса включает в себя следующие разделы:

1. Личная гигиена и здоровый образ жизни.
2. Одежда и обувь.
3. Питание.
4. Семья.
5. Коммуникативная культура.
6. Жилище.
7. Транспорт.
8. Торговля.
9. Основы медицинских знаний; медицинская помощь.
10. Средства связи и коммуникации.
11. Выбор профессии и трудоустройство.

Работа по формированию, совершенствованию и закреплению навыков в рамках освоения тематического содержания каждого раздела предполагает 3 этапа:

- Первый этап решает задачи обучения основным алгоритмам и поэтапности выполнения необходимых действий.
- Второй этап направлен на отработку умений и навыков в специально созданных условиях. На данном этапе целесообразно создание специальных ситуаций, условий в зависимости от использования темы раздела, моделирование реальных ситуаций и решение практических задач. Занятия, предполагающие такие виды работ организуются и проводятся в учебном классе. На данном этапе целесообразно проведение проектной деятельности, кейс-технологий, моделирование игровых и реальных ситуаций.
- Третий этап предполагает выполнение обучающимися заданий и упражнений в реальных условиях. Под контролем педагога они выполняют задания и упражнения на базе реальных объектов быта, торговли, культуры, медицины в общественном транспорте и т.д.

Цель и задачи изучения коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

Целью изучения коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» является формирование у слабовидящих обучающихся социально-бытовой и социально-коммуникативной компетентности, обеспечивающей готовность к самостоятельной жизни и включению в социум, развитие компенсаторных умений и

навыков ориентировки в различных видах социально-бытовой деятельности на основе использования сохранных анализаторов и тифлотехнических средств.

Задачами изучения коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» является:

- формирование представлений о медицинской профилактике и медицинской помощи, медицинских инструментах и средствах элементарной помощи, применяемых человеком самостоятельно в различных бытовых ситуациях и при возникновении недомогания, вызванного разными причинами, мерах средств и способах регуляции, контроля и самостоятельного поддержания состояния здоровья при наиболее распространенных хронических заболеваниях;
- формирование представлений о современной семье, внутрисемейных отношениях, хозяйственно-бытовых, финансово-экономических и социально-психологических особенностях ее функционирования;
- развитие и совершенствование представлений о возрастных и гендерных различиях между людьми;
- овладение социальными ролями и моделями поведения в соответствии с возрастом, гендерной принадлежностью, решаемой социально-бытовой, социально-коммуникативной, трудовой прикладной задачей;
- развитие и совершенствование умений и навыков использования сохранных анализаторов в социально-бытовой и социально-коммуникативной деятельности;
- формирование коммуникативной культуры, совершенствование навыков вербальной и невербальной коммуникации, развитие навыков межличностного взаимодействия с представителями различных сфер социально-бытовой и социокультурной деятельности, сотрудниками, персоналом и пользователями социальных объектов;
- обучение использованию современных средств связи и коммуникации, включая средства виртуального общения;
- формирование навыков самостоятельного и рационального ведения домашнего хозяйства;
- формирование установки на самостоятельную социально-бытовую и социально-коммуникативную деятельность, развитие самостоятельности, воспитание волевых качеств и уверенности в собственных возможностях;
- обучение пользованию тифлотехническими средствами и устройствами бытового назначения;
- совершенствование и расширение навыков самообслуживания;
- обучение пользованию объектами торговли, социальными объектами бытового, медицинского, культурного и прочего назначения;
- обучение самостоятельному совершению финансовых операций с использованием современных цифровых сервисов, средств и технологий;
- формирование активной жизненной позиции, профилактика и преодоление иждивенческих взглядов;
- развитие мотивации к профессиональному самоопределению и самореализации, помощь в выборе доступной профессии.

Место коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» в учебном плане

Освоение коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» осуществляется в 5-9 доп. классах по 2 часа в неделю (68 часов в год). Весь курс 408 часов.

Содержание коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» 5 класс

Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки. Оценка исходного уровня готовности к освоению умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный 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 создания внешнего образа. 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. Хранение и сортировка одежды и обуви. Чистка одежды сухой щеткой. Сезонность одежды. Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц и молний без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Определение необходимости ремонта одежды. Мытье обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).

Питание. Продукты питания. Основные продукты питания: их названия, отличия по внешнему виду, вкусу, запаху. Группы продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные. Продукты животного и растительного происхождения. Признаки свежих и испорченных продуктов. Условия хранения продуктов. Продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике. Способы размещения продуктов в холодильнике. Действие продуктов на организм. Правила обработки овощей, фруктов, ягод. Извлечение продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов. Способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием. Посуда. Названия предметов посуды и их назначение, виды посуды (кухонная, столовая, чайная), столовые приборы (ложка чайная, ложка столовая, вилка, нож), правила и последовательность сервировки стола к завтраку, обеду, ужину, способы хранения посуды и столовых приборов. Тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.). Культура питания. Режим питания, и правила приема пищи. Культура поведения за столом.

Жилище. Сухая уборка квартиры пылесосом. Вытирание пыли. 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 новогодние 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 этикета в транспорте. Профессии людей в транспортных предприятиях.

Торговля. Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Основные виды денежных расчетов. Предприятия торговли. Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение местоположения кассы. Оплата наличными и безналичными деньгами.

Основы медицинских знаний. Медицинская помощь. Специализация врачей. Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.

Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Мессенджеры.

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

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

Личностные результаты:

- сформированность мотивации к самообслуживанию и самостоятельному ведению домашнего хозяйства;
- сформированность активной жизненной позиции, отсутствие иждивенческих взглядов;
- сформированность ответственного отношения к организации самостоятельной жизни, качественному выполнению социально-бытовой и социально-коммуникативной деятельности;
- осознание своей гендерной принадлежности, принятие и выполнение социальных ролей и моделей поведения, заданных гендерной принадлежностью;
- наличие компетентности в сфере семейных отношений, сформированность собственной автономии в системе отношений с родителями и другими родственниками, готовность к созданию собственной семьи, рациональной организации ее функционирования;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- сформированность коммуникативной культуры при взаимодействии с

взрослыми и сверстниками, (в том числе сверстниками противоположного пола), персоналом объектов торговли, различных видов общественного транспорта, медицинских и бытовых учреждений, сотрудниками учреждений культуры и других социальных объектов, потенциальными работодателями;

- сформированность готовности к бесконфликтному, конструктивному и деловому общению с использованием вербальных и невербальных средств коммуникации, цифровых сервисов, средств, инструментов и технологий виртуального общения;

- сформированность готовности обращаться за помощью к незнакомым людям и адекватно принимать предлагаемую помощь;

- сформированность готовности к самостоятельной финансовой деятельности, участию в торгово-денежных отношениях, независимости в принятии финансовых решений и совершении финансовых операций;

- развитие самостоятельности, стрессоустойчивости и уверенности в своих возможностях;

- сформированность готовности к конструктивному преодолению трудных ситуаций.

Специальные личностные результаты:

-умение сопоставлять зрительные впечатления с учетом полученных знаний об особенностях своего зрительного восприятия, на основании сформированных представлений о предметах и явлениях окружающей действительности;

-сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;

-способность осознавать себя частью социума;

-способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации;

-принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

-умение оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;

-эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее сохранения и рационального использования;

-умение формировать эстетические чувства, впечатления от восприятия предметов и явлений окружающего мира;

-готовность к осознанному выбору дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебной, познавательной, коммуникативной, социально-бытовой и трудовой деятельности, развивать мотивы и интересы самостоятельной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата,

определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- умение осуществлять поиск нестандартных решений учебных, познавательных, коммуникативных, социально-бытовых, трудовых задач, трудных ситуаций с использованием навыков моделирования, проектирования и креативного мышления.

Специальные метапредметные результаты:

- умение использовать сохранные анализаторы в различных видах деятельности (учебно-познавательной, ориентировочной, трудовой);
- применять зрительно-осознательный способ обследования и восприятия;
- умение пользоваться современными средствами коммуникации, тифлотехническими средствами, применяемыми в учебном процессе;
- умение планировать предметно-практические действия с учетом имеющегося зрительного диагноза в соответствии с поставленной задачей;
- умение проявлять в коммуникативной деятельности, адекватные ситуации, невербальные формы общения;
- умение вести самостоятельный поиск информации;
- способность к преобразованию, сохранению и передаче информации, полученной в результате чтения или аудирования;
- способность участвовать в речевом общении, соблюдая нормы речевого этикета, адекватно использовать жесты и мимику;
- способность оценивать свою речь с точки зрения ее содержания, языкового оформления;
- умение находить грамматические и речевые ошибки, недочеты, исправлять их;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия с учетом, имеющегося зрительного диагноза в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Предметные результаты:

Личная гигиена и здоровый образ жизни.

- знать и соблюдать правила личной гигиены и основы здорового образа жизни;
- знать и соблюдать гигиенические правила поведения в местах общего пользования;
- знать и использовать разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами в зависимости от гендерной принадлежности;
- знать место и обеспечивать условия хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей;
- пользоваться местами, предназначенными для выполнения навыков личной гигиены;
- выполнять утренний и вечерний туалет;
- содержать в чистоте руки, ноги, лицо;
- пользоваться туалетными принадлежностями;

- уметь выбирать различные сорта мыла в зависимости от назначения, ориентируясь на форму, запах, присущий многим из них, и рационально их использовать;
- ухаживать и уметь соблюдать режим дня в соответствии с частями суток;
- владеть способами измерения времени;
- владеть способами предупреждения зрительного переутомления и рационального использования остаточного зрения.
- определять время по часам и ориентироваться во времени суток;
- использовать различные способы оптической коррекции и ухаживать за ними.

Одежда и обувь.

- знать названия, внешний вид и назначение предметов одежды и обуви;
- дифференцировать предметы одежды и обуви среди других групп предметов;
- называть и различать предметы одежды и обуви;
- узнавать одежду и обувь по описанию, описывать и сравнивать предметы одежды и пары обуви;
- знать части и детали одежды (воротник, рукава, манжеты, карманы, лацканы, подол, спинка, полочки, пояс), части обуви (носок, пятка, голенище, подошва, каблук, стелька);
- знать и различать виды одежды (одежда для мальчиков и девочек) и ее целевое назначение (одежда для мальчиков и девочек; школьная, домашняя, спортивная, повседневная, праздничная, рабочая), виды обуви (мужская, женская, детская) и ее целевое назначение (обувь для дома и улицы, спортивная, повседневная, праздничная), деление обуви по сезонам (летняя, зимняя, демисезонная);
- ухаживать за ногтями;
- пользоваться расческами, щетками для мытья рук;
- владеть приемами чистки зубов и расчески;
- выбирать и составлять одежду и обувь определенного вида;
- классифицировать одежду и обувь по группам и видам;
- знать и различать ткани, из которых изготовлена одежда (хлопчатобумажная, льняная, шелковая, синтетическая, шерстяная), материалы, из которых изготовлена обувь (кожаная, резиновая, валяная, текстильная (из ткани));
- определять одежду ткань по группам и видам;
- определять, какой вид ухода необходим для обуви в зависимости от материала, из которого она изготовлена;
- знать и различать способы изготовления одежды (сшита, связана);
- знать способы хранения одежды (складывание, развешивание и т.д.);
- владеть приемами складывания различных предметов одежды;
- знать способы развешивания одежды (на стуле, на вешалке, на крючке), рациональные способы размещения обуви;
- развешивать одежду на платяную вешалку;
- рационально и аккуратно размещать одежду на стуле;
- знать правила хранения одежды в шкафу (размещение по сезонному использованию, по частоте пользования, по сочетаемости в ансамбле);
- располагать одежду в платяном шкафу;

- рационально размещать обувь в специально отведенном для этого месте.
- знать способы ухода за одеждой (чистка одежды щеткой, стирка, глажение), виды труда по уходу за обувью (мытьё, сушка мокрой обуви, чистка), значение и необходимость каждого вида ухода за обувью;
- знать инструменты, необходимые для ухода за одеждой, принадлежности для ухода за обувью и место их хранения;
- ухаживать за одеждой: чистить одежду щеткой, стирать и гладить мелкие предметы одежды;
- выполнять мытьё обуви, сушку мокрой обуви;
- чистить кожаную и замшевую обувь;
- знать требования техники безопасности при работе с утюгом, иглой, булавкой, ножницами;
- знать пути предупреждения загрязнения одежды (переодевание в соответствующую виду деятельности одежду, соблюдение аккуратности при играх и работе на улице, в природе при приемах пищи);
- знать способы мелкого ремонта одежды (пришивать пуговицы, петельки, вешалки; зашивание распоровшейся по шву одежды; подшивание подогнутого края одежды).
- выполнять мелкий ремонт одежды: пришивать пуговицы, вешалки, обметывать петли для пуговиц, зашивать одежду по распоровшемуся шву, подшивать подогнутый край одежды.

Жилище.

- иметь представления о разнообразии домов по величине, по окраске, по функциональному значению;
- знать название, функциональное назначение, предметное наполнение школьных и домашних помещений;
- определять помещение по функциональному назначению и по характерному предметному наполнению;
- знать особенности внешнего вида и внутреннего наполнения своего дома;
- знать названия предметов мебели и их частей;
- знать виды мебели (для спальни, детской, гостиной, игровой);
- составлять макет жилой комнаты;
- выбирать мебель для каждого помещения и рационально размещать ее на макете;
- знать гигиенические требования, предъявляемые к жилым помещениям;
- знать способы поддержания чистоты и уборки в помещении, основные виды труда по уборке помещения;
- замечать и устранять беспорядок; осознавать преимущества чистоты и порядка в помещении;
- вытирать пыль, мыть, доску, подоконники, двери, плинтуса;
- пользоваться пылесосом, подметать и мыть пол;
- застилать кровать;
- проветривать помещения;
- знать способы освещения помещений, его значение для человека;
- знать необходимый инвентарь для уборки помещений и правила его хранения;

- знать необходимый инвентарь по уходу за комнатными растениями и место его хранения, гигиенические требования и виды труда по уходу за комнатными растениями;

- правильно выполнять различные виды ухода за комнатными растениями.

Питание.

- знать основные продукты питания: их названия, отличия по внешнему виду, вкусу, запаху;

- знать группы продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные;

- знать продукты животного и растительного происхождения;

- узнавать продукты среди других групп продуктов, распределять продукты по группам;

- находить продукты по их описанию, описывать продукты по образцу педагога, по схеме, по плану;

- знать признаки свежих и испорченных продуктов;

- определять испорченные продукты;

- знать условия хранения продуктов;

- знать и выбирать продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике;

- знать способы размещения продуктов в холодильнике;

- знать действие продуктов на организм;

- знать правила обработки овощей, фруктов, ягод;

- мыть овощи щеткой;

- мыть фрукты и ягоды в дуршлаге;

- знать приемы извлечения продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов;

- извлекать продукты из разных упаковок;

- упаковывать продукты разным способом: заворачивать, укладывать, наливать, насыпать;

- знать и соблюдать правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями;

- обрабатывать продукты с помощью ножа: разрезать, нарезать, намазывать хлеб, чистить морковь, картофель, вырезать испорченные места;

- знать способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием;

- отмерять нужное количество продуктов мерной ложкой, чашкой, стаканом;

- знать названия, состав и способы приготовления простейших блюд;

- уметь наливать кипяток в заварочный чайник и чашку;

- соблюдать правила техники безопасности при приготовлении пищи;

- знать названия предметов посуды и их назначение, виды посуды (кухонная, столовая, чайная), столовые приборы (ложка чайная, ложка столовая, вилка, нож), правила и последовательность сервировки стола к завтраку, обеду, ужину, способы хранения посуды и столовых приборов;

- выбирать посуду и приборы, необходимые для сервировки стола;

- мыть посуду, использовать моющие средства;
- вытирать посуду полотенцем, размещать в сушилке;
- пользоваться различными кухонными принадлежностями: разделочной доской, ножом, крупной теркой, овощечисткой, чесночницей;
- пользоваться столовыми приборами;
- знать правила безопасности при эксплуатации плиты и других кухонных бытовых приборов;
- пользоваться кухонными бытовыми приборами (плита, микроволновка, блендер, миксер и т.д.);
- ухаживать за посудой, столовыми приборами и кухонными бытовыми приборами;
- знать тифлотехнические средства и устройства бытового назначения, используемые при приготовлении пищи;
- пользоваться тифлотехническими средствами и устройствами бытового назначения в процессе приготовления пищи;
- готовить простейшие блюда: бутерброды, винегрет, простые салаты, чай;
- готовить первые блюда;
- готовить гарниры, вторые блюда из мяса и рыбы;
- готовить сладкие блюда;
- знать функциональное назначение, устройство, принципы работы и правила эксплуатации мультиварки;
- знать и соблюдать правила ухода за мультиваркой;
- готовить различные блюда в мультиварке;
- знать приспособления для консервирования;
- знать и соблюдать технику безопасности при использовании приспособлений для консервирования;
- знать способы закупорки банок и бутылок;
- знать условия, правила и сроки хранения продуктов, законсервированных в домашних условиях;
- знать правила первичной обработки овощей, фруктов и ягод;
- пользоваться приспособлениями для консервирования;
- готовить овощные и плодово-ягодные консервы;
- владеть навыками культуры поведения за столом.
- соблюдать правила приема пищи и культуру поведения за столом;
- вежливо угощать и благодарить за еду.

Семья.

- знать типы и формы современной семьи, состав семьи в зависимости от типа и формы;
- знать финансово-экономические, хозяйственно-бытовые и социально-психологические механизмы функционирования современной семьи;
- знать и соблюдать свои семейные обязанности;
- знать семейные праздники и традиции семьи в целом и своей семьи в частности;

- иметь представления о модели своей будущей семьи, моделировать желаемый семейный уклад, внутрисемейные отношения, хозяйственно-бытовую и финансово-экономическую деятельность семьи;
- распределять семейные обязанности;
- планировать семейный бюджет;
- предлагать конструктивные способы разрешения наиболее распространенных семейных конфликтов;
- организовывать и проводить семейные праздники;
- иметь представления об уходе за новорожденным ребенком, выполнять основные виды деятельности по уходу.

Коммуникативная культура.

- знать правила использования средств вербальной и невербальной коммуникации при встрече и расставании со сверстниками и взрослыми;
- знать основные средства невербальной коммуникации, обеспечивающие соблюдение норм вежливого общения с людьми (сдержанная поза, умеренность жестикულიции, поворот туловища и головы к говорящему);
- тактично и вежливо разговаривать с взрослыми и сверстниками;
- знать и адекватно использовать формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому;
- знать и соблюдать правила речевого этикета при посещении общественных мест (кинотеатр, музей, библиотека);
- знать и соблюдать правила поведения в различных объектах торговли и обращения за помощью к сотрудникам и покупателям;
- знать и соблюдать правила поведения в гостях;
- знать требования к выбору подарков.
- уметь вручать и принимать подарки;
- знать принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения, нормы и требования корректного поведения;
- избегать конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения;
- поддерживать беседу с людьми различного возраста, гендерной принадлежности, социального и профессионального статуса, высказывать свое мнение, выражать свои мысли четко и ясно;
- знать особенности общения между юношами и девушками;
- уметь адекватно общаться со сверстниками противоположного пола;
- правильно вести себя за столом во время еды в объектах общественного питания, дома и в гостях;
- контролировать свое настроение, эмоциональные состояния и их проявления;
- уметь вести разговор по телефону и обмениваться сообщениями;
- проявлять интерес и позитивное отношение к общению со зрячими взрослыми и сверстниками;
- принимать участие в виртуальном общении со зрячими взрослыми и сверстниками с использованием мессенджеров и социальных сетей;
- обладать готовностью к реальному общению со зрячими сверстниками.

Транспорт.

- знать названия транспортных средств;
- показывать доступными способами и называть транспортные средства, выделять транспортные средства среди других предметных групп;
- описывать виды транспорта и узнавать их по описанию;
- знать виды транспорта по способу передвижения (наземный, воздушный, водный, подводный);
- знать виды транспорта по назначению (пассажирский, грузовой, специальный);
- классифицировать транспорт по видам;
- сравнивать транспортные средства по способу передвижения, по назначению;
- знать виды наземного транспорта: автомобильный, железнодорожный, гужевой и др.;
- знать основные части транспорта;
- знать наличие маршрута у общественного транспорта;
- знать наличие остановок у пассажирских транспортных средств, их характерные особенности;
- знать и соблюдать правила безопасности и поведения в общественном транспорте;
- знать профессии людей в транспортных предприятиях;
- знать правила и места приобретения проездных билетов, обращение с проездными документами;
- предъявлять проездные билеты, документы контролеру, водителю;
- знать формулы речевого этикета при пользовании общественным транспортом;
- пользоваться формами речевого этикета пассажиров.
- узнавать транспортное средство на слух;
- ориентироваться в салонах наземного транспорта и в метро;
- входить и выходить из пассажирского транспортного средства.

Основы медицинских знаний. Медицинская помощь.

- знать содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств;
- иметь представления о вреде самолечения;
- уметь пользоваться градусником (в т.ч. «говорящим» термометром);
- знать правила оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при ожоге, порезе, ушибе;
- накладывать повязку на рану;
- наклеивать антисептический пластырь на поврежденное место;
- знать и адекватно использовать средства оптической коррекции;
- поддерживать в чистоте средства оптической коррекции зрения;
- знать и рационально использовать способы снятия зрительного и тактильного утомления;
- соблюдать рекомендации врача-офтальмолога;
- соблюдать режим зрительных нагрузок в повседневной жизни.

Торговля.

- различать российские монеты и банкноты разного номинала;
- знать виды денежного расчета;
- определять номинал купюр с помощью специального программного обеспечения, установленного на мобильном устройстве;
- пользоваться банковской картой;
- знать принципы устройства и функционирования банкомата и терминала;
- пользоваться банкоматом и терминалом, выполнять операции по карте, доступные через банкомат и терминал;
- самостоятельно совершать финансовые операции с использованием современных цифровых сервисов, средств и технологий;
- иметь представления о разнообразии объектов торговли;
- знать виды объектов торговли и их назначение;
- знать принципы организации пространства и особенности функционирования различных видов объектов торговли;
- знать ассортимент товаров различных видов объектов торговли и примерный режим их работы;
- узнавать вид объекта торговли по витрине, по запаху, по условным обозначениям и другим доступным признакам;
- осуществлять оптимальный выбор объекта торговли для приобретения конкретного товара;
- знать профессии людей, работающих в объектах торговли;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в объектах торговли с учетом отсутствия или глубокого нарушения зрения;
- знать и соблюдать правила поведения покупателя в различных объектах торговли и речевой этикет покупателя;
- владеть алгоритмами совершения покупок в различных объектах торговли без визуального контроля;
- взаимодействовать с персоналом объектов торговли и покупателями, уметь обращаться за помощью, логично, грамотно и последовательно излагать возникшую проблему и суть просьбы, адекватно принимать оказываемую помощь, корректировать ее содержание по мере необходимости посредством диалога;
- находить в объекте нужный товар (самостоятельно, с помощью продавцов и другого персонала, с помощью покупателя);
- обращаться к продавцам, прочему персоналу и покупателям с вопросами о наличии в продаже и стоимости конкретного товара;
- покупать штучный мелкий и весовой товар;
- определять свежесть хлебобулочных изделий;
- планировать покупки в зависимости от материальных возможностей, выбирать и приобретать товар в соответствии с имеющейся суммой денег;
- оплачивать покупки наличными и безналичными деньгами;
- рационально складывать и размещать в сумке приобретенные товары;
- самостоятельно выбирать покупки в интернет-магазинах, оформлять заказ и определять наиболее оптимальный способ доставки.

Средства связи и коммуникации.

- знать основные виды средств связи и коммуникации;

- знать особенности использования средств связи и коммуникации при слабовидении;
- знать назначение и функционал программ увеличения изображения на экране;
- знать специальные возможности настройки мобильных устройств для слабовидящих;
- настраивать мобильное устройство в соответствии с индивидуальными зрительными возможностями;
- использовать мобильные устройства в качестве средств связи и коммуникации.

Выбор профессии и трудоустройство.

- знать новые профессии, появившиеся на современном рынке труда;
- знать профессии, актуальные на современном рынке труда и, доступные для слабовидящих;
- проявлять интерес к конкретным профессиям, адекватно оценивать свои возможности относительно этих профессий;
- понимать необходимость профессионального самоопределения с учетом отсутствия или глубокого нарушения зрения;
- знать нормативно-правовые механизмы трудоустройства и профессиональной деятельности инвалидов;
- знать возможности и перспективы профессиональной самореализации в системе ВОС, соотносить их со своими интересами, способностями, склонностями;
- знать механизмы трудоустройства на общих основаниях и возможности профессиональной самореализации в соответствии с интересующей и доступной профессией на открытом рынке труда;
- иметь представления о деловом этикете;
- составлять резюме;
- знать правила, целевые ориентиры и установки общения с работодателем;
- обладать готовностью предложить свои услуги и доказать свою конкурентоспособность, в т.ч. на открытом рынке труда;
- знать правила и нормы поведения и межличностного взаимодействия в профессиональном коллективе.

Тематическое планирование

Разделы	Всего часов по разделу	Теоретические часы	Практические работы	Электронные образовательные ресурсы.
Введение	2			
Диагностика	1		1	
Личная гигиена, здоровый образ жизни	12	9	3	- http://school-collection.edu.ru
Одежда, обувь	7	3	4	-единая
Питание	8	5	3	коллекция
Жилище	3	1	2	ЦОР,
Семья	6	5	1	-
Коммуникативная культура	9	6	3	http://festival.1september.ru
Транспорт	6	4	2	-
Торговля	7	5	2	https://infourok.ru/?ysclid=l6d4huwst6300966161
Основы медицинских знаний: медицинская помощь	5	4	1	
Средства связи и коммуникации	3	3	0	
Выбор профессии и трудоустройство.				
Диагностика	1		1	
Всего	68	45	23	

Поурочное планирование

№ урока	Наименования раздела, тема урока.	Всего часов
1	ИОТ-016-03. Вводное занятие. Беседа о содержании и необходимости изучения предмета СБО. Знакомство с содержанием кабинета.	1
2	Диагностика имеющихся знаний и умений по курсу «Социально-бытовая ориентировка» на начало учебного года	1(Пр.)
3	Личная гигиена и здоровый образ жизни. Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие.	12

4	Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный периоды.	1
5	Уход за зубами, волосами, глазами.	1
6	Уход за телом. Средства личной гигиены для мальчиков и девочек.	1
7	Хранение и использование средств личной гигиены.	1
8	Практическая работа №1 «Навыки ухода за телом»	1(Пр.)
9	Уход за ногами. Особенности ухода за ногтями для мальчиков и девочек.	1
10	Практическая работа №2 «Уход за ногами. Особенности ухода за ногтями для мальчиков и девочек».	1(Пр.)
11	Практическая работа №3 «Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости».	1(Пр.)
12	Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.	1
13	Формирование женственности и мужественности посредством создания внешнего образа.	1
14	Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек.	1
15	Одежда и обувь. Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону. Фасон и цвет одежды.	7
16	Повседневный уход за одеждой и обувью. Хранение и сортировка одежды и обуви.	1
17	Сезонность одежды. Хранение сезонной одежды и обуви.	1
18	Практическая работа №4 «Чистка одежды сухой щеткой».	1(Пр.)
19	Практическая работа № 5 «Средства для ухода за обувью. Мытье обуви».	1(Пр.)
20	Практическая работа №6 «Приемы застегивания пуговиц и молний без визуального контроля».	1(Пр.)
21	Практическая работа №7 «Определение необходимости ремонта одежды. Ремонт одежды (пришивание пуговиц)».	1(Пр.)
22	Питание. Продукты питания. Основные продукты питания: их названия, отличия по внешнему виду, вкусу, запаху. Группы продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные. Продукты животного и растительного происхождения.	8
23	Действие продуктов на организм. Признаки свежих и испорченных продуктов. Условия хранения продуктов. Продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике. Способы размещения продуктов в холодильнике.	1
24	Практическая работа №8 «Правила обработки овощей, фруктов, ягод».	1(Пр.)
25	Извлечение продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов,	1

	высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов. Способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием.	
26	Посуда. Названия предметов посуды и их назначение, виды посуды (кухонная, столовая, чайная), столовые приборы (ложка чайная, ложка столовая, вилка, нож),	1
27	Практическая работа №9 «Правила и последовательность сервировки стола к завтраку, обеду, ужину, способы хранения посуды и столовых приборов».	1(Пр.)
28	Практическая работа №10 «Тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.)».	1(Пр.)
29	Культура питания. Режим питания, и правила приема пищи. Культура поведения за столом.	1
30	Жилище. Практическая работа №11 «Сухая уборка квартиры пылесосом». Вытирание пыли.	3 (Пр.)
31	Уход за комнатными растениями.	1
32	Практическая работа №12 «Застилание постели. Смена постельного белья».	1(Пр.)
33	Семья. Члены семьи.	6
34	Распределение домашних обязанностей.	1
35	Практическая работа №13 «Посильная помощь близким, незрячим обучающимся».	1(Пр.)
36	Профессиональная и учебная деятельность членов семьи.	1
37	Досуг семьи. Семейные новогодние традиции.	1
38	Уход за домашними животными.	1
39	Коммуникативная культура. Общение. Вежливость и культура диалога.	9
40	Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста, особенности общения с незрячим человеком	1
41	Практическая работа №14 «Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста, особенности общения с незрячим человеком».	1(Пр.)
42	Формы обращения с просьбой к сверстнику, взрослому, незрячему человеку	1
43	Практическая работа №15 «Формы обращения с просьбой к сверстнику, взрослому, незрячему человеку».	1(Пр.)
44	Уход за младшими членами семьи.	1
45	Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.	1
46	Преодоление навязчивых движений	1

47	Практическая работа №16 «Преодоление навязчивых движений».	1(Пр.)
48	Транспорт. Виды транспорта.	6
49	Практическая работа №17 «Различение видов транспорта на слух».	1(Пр.)
50	Правила речевого этикета в транспорте.	1
51	Проезд, ориентировка и поведение в транспорте.	1
52	Практическая работа №18 «Проезд, ориентировка и поведение в транспорте».	1(Пр.)
53	Профессии людей в транспортных предприятиях.	1
54	Торговля. Назначение денег. Различение российских монет и банкнот.	7
55	Предприятия торговли. Виды объектов торговли.	1
56	Виды магазинов, отделов, товаров.	1
57	Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров.	1
58	Экскурсия в магазин «Пятёрочка» Практическая работа №19 «Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение местоположения кассы»	1(Пр.)
59	Основные виды денежных расчетов.	1
60	Практическая работа №20 «Оплата наличными и безналичными деньгами».	1(Пр.)
61	Основы медицинских знаний. Медицинская помощь	5
62	Специализация врачей	1
63	Государственные и частные поликлиники.	1
64	Посещение поликлиники. Вызов врача.	1
65	Экскурсия в «Гаврилов-Ямскую ЦРБ». Практическая работа №21 «Посещение поликлиники. Вызов врача».	1(Пр.)
66	Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи.	3
67	Мобильные устройства. Мессенджеры.	1
68	Диагностика имеющихся знаний и умений по курсу «Социально-бытовая ориентировка» на конец учебного года	1(Пр.)
Всего 68 часов	Теоретических уроков Практических работ	45 23

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Денискина В. З. Коррекционный курс «Домоводство и самообслуживание в старших классах для детей с нарушением зрения» Методические рекомендации.-Уфа, 1996.
2. Денискина В. З. Особенности обучения социально - бытовой ориентировке детей с нарушением зрения. – Уфа, изд-во филиала МГОПУ им. М.А.Шолохова 2004.
3. Замашнюк Е.В. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях III-IV вида, учебное пособие Санкт-Петербург, 2012
4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида,- М. город, 1999
5. Андреевой Л.Д., Котовой Л.Д. программа по «Социально – бытовой ориентировке» для учащихся 10 -12 классов школы III - IV вида. Изд-во СПб. 2002г.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

При реализации коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» рекомендуются следующие тифлотехнические средства, приборы и устройства: дозаторы зубной пасты, шампуня и крема; мыльные дозаторы; специальные иглы и нитковдеватели; «Говорящий» определитель цвета; «Говорящая» рулетка; озвученный индикатор уровня жидкости; кухонные дозаторы масла, сыпучих, жидких и других продуктов; «Говорящая мультиварка» ; «Говорящие» кухонные и напольные весы; «Говорящий» термометр; «Говорящий» тонометр»; Глюкометр с рельефной индикацией; сенсорные мобильные устройства, оснащенные специальным программным обеспечением (программы не визуального экранного доступа: TalkBack, Voice Assistant, Voice Over), программами определения купюр, отслеживания транспорта и т.д..

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- <http://school-collection.edu.ru> - единая коллекция ЦОР,
- <http://festival.1september.ru>
- <https://infourok.ru/?ysclid=l6d4huwst6300966161>

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» 5 класс
Лист индивидуальных предметных достижений.

Планируемые результаты	Уровень усвоения на начало уч.года	Уровень усвоения на начало уч.года
Личная гигиена и здоровый образ жизни.		
Знать и соблюдать правила личной гигиены и основы здорового образа жизни;		
знать и соблюдать гигиенические правила поведения в местах общего пользования;		
знать и использовать разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами в зависимости от гендерной принадлежности;		
знать место и обеспечивать условия хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей;		
пользоваться местами, предназначенными для выполнения навыков личной гигиены;		
выполнять утренний и вечерний туалет;		
содержать в чистоте руки, ноги, лицо;		
пользоваться туалетными принадлежностями;		
уметь выбирать различные сорта мыла в зависимости от назначения, ориентируясь на форму, запах, присущий многим из них, и рационально их использовать;		
ухаживать и уметь соблюдать режим дня в соответствии с частями суток;		
владеть способами измерения времени;		
владеть способами предупреждения зрительного переутомления и рационального использования остаточного зрения.		
определять время по часам и ориентироваться во времени суток;		

использовать различные способы оптической коррекции и ухаживать за ними.		
Одежда и обувь.		
Знать названия, внешний вид и назначение предметов одежды и обуви;		
дифференцировать предметы одежды и обуви среди других групп предметов;		
называть и различать предметы одежды и обуви;		
узнавать одежду и обувь по описанию, описывать и сравнивать предметы одежды и пары обуви;		
знать части и детали одежды (воротник, рукава, манжеты, карманы, лацканы, подол, спинка, полочки, пояс), части обуви (носок, пятка, голенище, подошва, каблук, стелька);		
знать и различать виды одежды (одежда для мальчиков и девочек) и ее целевое назначение (одежда для мальчиков и девочек; школьная, домашняя, спортивная, повседневная, праздничная, рабочая), виды обуви (мужская, женская, детская) и ее целевое назначение (обувь для дома и улицы, спортивная, повседневная, праздничная), деление обуви по сезонам (летняя, зимняя, демисезонная);		
ухаживать за ногтями;		
пользоваться расческами, щетками для мытья рук;		
владеть приемами чистки зубов и расчески;		
выбирать и составлять одежду и обувь определенного вида;		
классифицировать одежду и обувь по группам и видам;		
знать и различать ткани, из которых изготовлена одежда (хлопчатобумажная, льняная, шелковая, синтетическая, шерстяная), материалы, из которых изготовлена обувь (кожаная, резиновая, валяная, текстильная (из ткани));		
определять одежную ткань по группам и видам;		
определять, какой вид ухода необходим для обуви в зависимости от материала, из которого она изготовлена;		

знать и различать способы изготовления одежды (сшита, связана);		
знать способы хранения одежды (складывание, развешивание и т.д.);		
владеть приемами складывания различных предметов одежды;		
знать способы развешивания одежды (на стуле, на вешалке, на крючке), рациональные способы размещения обуви;		
развешивать одежду на платяную вешалку;		
рационально и аккуратно размещать одежду на стуле;		
знать правила хранения одежды в шкафу (размещение по сезонному использованию, по частоте пользования, по сочетаемости в ансамбле);		
располагать одежду в платяном шкафу;		
рационально размещать обувь в специально отведенном для этого месте.		
знать способы ухода за одеждой (чистка одежды щеткой, стирка, глажение), виды труда по уходу за обувью (мытьё, сушка мокрой обуви, чистка), значение и необходимость каждого вида ухода за обувью;		
знать инструменты, необходимые для ухода за одеждой, принадлежности для ухода за обувью и место их хранения;		
ухаживать за одеждой: чистить одежду щеткой, стирать и гладить мелкие предметы одежды;		
выполнять мытьё обуви, сушку мокрой обуви;		
чистить кожаную и замшевую обувь;		
знать требования техники безопасности при работе с утюгом, иглой, булавкой, ножницами;		
знать пути предупреждения загрязнения одежды (переодевание в соответствующую виду деятельности одежду, соблюдение аккуратности при играх и работе на		

улице, в природе при приемах пищи);		
знать способы мелкого ремонта одежды, пришивать пуговицы, петельки, вешалки;		
зашивание распоровшейся по шву одежды;		
подшивание подогнутого края одежды		
<u>выполнять мелкий ремонт одежды: пришивать пуговицы;</u>		
пришивать вешалки,		
обметывать петли для пуговиц,		
зашивать одежду по распоровшемуся шву		
подшивать подогнутый край одежды.		
Жилище.		
Иметь представления о разнообразии домов по величине, по окраске, по функциональному значению;		
знать название, функциональное назначение, предметное наполнение школьных и домашних помещений;		
определять помещение по функциональному назначению и по характерному предметному наполнению;		
знать особенности внешнего вида и внутреннего наполнения своего дома;		
знать названия предметов мебели и их частей;		
знать виды мебели (для спальни, детской, гостиной, игровой);		
составлять макет жилой комнаты;		
выбирать мебель для каждого помещения и рационально размещать ее на макете;		
знать гигиенические требования, предъявляемые к жилым помещениям;		
знать способы поддержания чистоты и уборки в помещении, основные виды труда по уборке помещения;		
замечать и устранять беспорядок; осознавать преимущества чистоты и порядка в помещении;		

вытирать пыль, мыть, доску, подоконники, двери, плинтуса;		
пользоваться пылесосом, подметать и мыть пол;		
застилать кровать;		
проветривать помещения;		
знать способы освещения помещений, его значение для человека;		
знать необходимый инвентарь для уборки помещений и правила его хранения;		
знать необходимый инвентарь по уходу за комнатными растениями и место его хранения, гигиенические требования и виды труда по уходу за комнатными растениями;		
правильно выполнять различные виды ухода за комнатными растениями.		
Питание.		
Знать основные продукты питания: их названия, отличия по внешнему виду, вкусу, запаху;		
знать группы продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные;		
знать продукты животного и растительного происхождения;		
узнавать продукты среди других групп продуктов, распределять продукты по группам; находить продукты по их описанию, описывать продукты по образцу педагога, по схеме, по плану;		
знать признаки свежих и испорченных продуктов;		
определять испорченные продукты;		
знать условия хранения продуктов;		
знать и выбирать продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике;		
знать способы размещения продуктов в холодильнике;		

знать действие продуктов на организм;		
знать правила обработки овощей, фруктов, ягод;		
мыть овощи щеткой;		
мыть фрукты и ягоды в дуршлаге;		
знать приемы извлечения продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов;		
извлекать продукты из разных упаковок;		
упаковывать продукты разным способом: заворачивать, укладывать, наливать, насыпать;		
знать и соблюдать правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями;		
обрабатывать продукты с помощью ножа: разрезать, нарезать, намазывать хлеб, чистить морковь, картофель, вырезать испорченные места;		
знать способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием;		
отмерять нужное количество продуктов мерной ложкой, чашкой, стаканом;		
знать названия, состав и способы приготовления простейших блюд;		
уметь наливать кипяток в заварочный чайник и чашку;		
соблюдать правила техники безопасности при приготовлении пищи;		
знать названия предметов посуды и их назначение, виды посуды (кухонная, столовая, чайная), столовые приборы (ложка чайная, ложка столовая, вилка, нож), правила и последовательность сервировки стола к завтраку, обеду, ужину, способы хранения посуды и столовых приборов;		
выбирать посуду и приборы, необходимые для сервировки		

стола;		
мыть посуду, использовать моющие средства;		
вытирать посуду полотенцем, размещать в сушилке;		
пользоваться различными кухонными принадлежностями: разделочной доской, ножом, крупной теркой, овощечисткой, чесночницей;		
пользоваться столовыми приборами;		
знать правила безопасности при эксплуатации плиты и других кухонных бытовых приборов;		
пользоваться кухонными бытовыми приборами (плита, микроволновка, блендер, миксер и т.д.);		
ухаживать за посудой, столовыми приборами и кухонными бытовыми приборами; знать тифлотехнические средства и устройства бытового назначения, используемые при приготовлении пищи;		
пользоваться тифлотехническими средствами и устройствами бытового назначения в процессе приготовления пищи;		
готовить простейшие блюда: бутерброды, винегрет, простые салаты, чай;		
готовить первые блюда;		
готовить гарниры, вторые блюда из мяса и рыбы;		
готовить сладкие блюда;		
знать функциональное назначение, устройство, принципы работы и правила эксплуатации мультиварки;		
знать и соблюдать правила ухода за мультиваркой;		
готовить различные блюда в мультиварке;		
знать приспособления для консервирования;		
знать и соблюдать технику безопасности при использовании приспособлений для консервирования;		

знать способы закупорки банок и бутылок;		
знать условия, правила и сроки хранения продуктов, законсервированных в домашних условиях;		
знать правила первичной обработки овощей, фруктов и ягод;		
пользоваться приспособлениями для консервирования;		
готовить овощные и плодово-ягодные консервы;		
владеть навыками культуры поведения за столом.		
соблюдать правила приема пищи и культуру поведения за столом;		
вежливо угощать и благодарить за еду.		
Семья.		
Знать типы и формы современной семьи, состав семьи в зависимости от типа и формы;		
знать финансово-экономические, хозяйственно-бытовые и социально-психологические механизмы функционирования современной семьи;		
знать и соблюдать свои семейные обязанности;		
знать семейные праздники и традиции семьи в целом и своей семьи в частности;		
иметь представления о модели своей будущей семьи, моделировать желаемый семейный уклад, внутрисемейные отношения, хозяйственно-бытовую и финансово-экономическую деятельность семьи;		
распределять семейные обязанности;		
планировать семейный бюджет;		
организовывать и проводить семейные праздники;		
предлагать конструктивные способы разрешения наиболее распространенных семейных конфликтов;		

иметь представления об уходе за новорожденным ребенком, выполнять основные виды деятельности по уходу.		
Коммуникативная культура.		
знать правила использования средств вербальной и невербальной коммуникации при встрече и расставании со сверстниками и взрослыми; знать основные средства невербальной коммуникации, обеспечивающие соблюдение норм вежливого общения с людьми (сдержанная поза, умеренность жестикულიции, поворот туловища и головы к говорящему);		
тактично и вежливо разговаривать с взрослыми и сверстниками;		
знать и адекватно использовать формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому;		
знать и соблюдать правила речевого этикета при посещении общественных мест (кинотеатр, музей, библиотека);		
знать и соблюдать правила поведения в различных объектах торговли и обращения за помощью к сотрудникам и покупателям;		
знать и соблюдать правила поведения в гостях;		
знать требования к выбору подарков.		
уметь вручать и принимать подарки;		
знать принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения, нормы и требования корректного поведения;		
знать принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения, нормы и требования корректного поведения;		
избегать конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения;		
поддерживать беседу с людьми различного возраста, гендерной принадлежности, социального и профессионального статуса, высказывать свое мнение, выражать свои мысли четко и ясно;		

знать особенности общения между юношами и девушками;		
уметь адекватно общаться со сверстниками противоположного пола;		
правильно вести себя за столом во время еды в объектах общественного питания, дома и в гостях;		
контролировать свое настроение, эмоциональные состояния и их проявления;		
уметь вести разговор по телефону и обмениваться сообщениями;		
проявлять интерес и позитивное отношение к общению со зрячими взрослыми и сверстниками;		
принимать участие в виртуальном общении со зрячими взрослыми и сверстниками с использованием мессенджеров и социальных сетей;		
обладать готовностью к реальному общению со зрячими сверстниками.		
Транспорт.		
Знать названия транспортных средств;		
показывать доступными способами и называть транспортные средства, выделять транспортные средства среди других предметных групп;		
описывать виды транспорта и узнавать их по описанию;		
знать виды транспорта по способу передвижения (наземный, воздушный, водный, подводный);		
знать виды транспорта по назначению (пассажирский, грузовой, специальный);		
классифицировать транспорт по видам;		
сравнивать транспортные средства по способу передвижения, по назначению;		
знать виды наземного транспорта: автомобильный,		

железнодорожный, гужевой и др.;		
знать основные части транспорта;		
знать наличие маршрута у общественного транспорта;		
знать наличие остановок у пассажирских транспортных средств, их характерные особенности;		
знать и соблюдать правила безопасности и поведения в общественном транспорте;		
знать профессии людей в транспортных предприятиях;		
знать правила и места приобретения проездных билетов, обращение с проездными документами;		
предъявлять проездные билеты, документы контролеру, водителю;		
знать формулы речевого этикета при пользовании общественным транспортом;		
пользоваться формами речевого этикета пассажиров.		
узнавать транспортное средство на слух;		
ориентироваться в салонах наземного транспорта и в метро;		
входить и выходить из пассажирского транспортного средства.		
Основы медицинских знаний. Медицинская помощь.		
Знать содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств;		
иметь представления о вреде самолечения;		
уметь пользоваться градусником (в т.ч. «говорящим» термометром);		
знать правила оказания первой помощи;		
оказывать первую помощь при ожоге, порезе, ушибе;		
накладывать повязку на рану;		

наклеивать антисептический пластырь на поврежденное место;		
знать и адекватно использовать средства оптической коррекции;		
поддерживать в чистоте средства оптической коррекции зрения;		
знать и рационально использовать способы снятия зрительного и тактильного утомления;		
соблюдать рекомендации врача-офтальмолога;		
соблюдать режим зрительных нагрузок в повседневной жизни.		
Торговля.		
Различать российские монеты и банкноты разного номинала;		
знать виды денежного расчета;		
определять номинал купюр с помощью специального программного обеспечения, установленного на мобильном устройстве;		
пользоваться банковской картой;		
знать принципы устройства и функционирования банкомата и терминала;		
пользоваться банкоматом и терминалом, выполнять операции по карте, доступные через банкомат и терминал;		
самостоятельно совершать финансовые операции с использованием современных цифровых сервисов, средств и технологий;		
иметь представления о разнообразии объектов торговли;		
знать виды объектов торговли и их назначение; знать принципы организации пространства и особенности функционирования различных видов объектов торговли;		
знать ассортимент товаров различных видов объектов торговли и примерный режим их работы;		

узнавать вид объекта торговли по витрине, по запаху, по условным обозначениям и другим доступным признакам;		
осуществлять оптимальный выбор объекта торговли для приобретения конкретного товара;		
знать профессии людей, работающих в объектах торговли;		
знать и соблюдать правила безопасного поведения в объектах торговли с учетом отсутствия или глубокого нарушения зрения;		
знать и соблюдать правила поведения покупателя в различных объектах торговли и речевой этикет покупателя;		
владеть алгоритмами совершения покупок в различных объектах торговли без визуального контроля;		
взаимодействовать с персоналом объектов торговли и покупателями, уметь обращаться за помощью, логично, грамотно и последовательно излагать возникшую проблему и суть просьбы, адекватно принимать оказываемую помощь, корректировать ее содержание по мере необходимости посредством диалога;		
находить в объекте нужный товар (самостоятельно, с помощью продавцов и другого персонала, с помощью покупателя);		
обращаться к продавцам, прочему персоналу и покупателя с вопросами о наличии в продаже и стоимости конкретного товара;		
покупать штучный мелкий и весовой товар;		
определять свежесть хлебобулочных изделий;		
планировать покупки в зависимости от материальных возможностей, выбирать и приобретать товар в соответствии с имеющейся суммой денег;		
оплачивать покупки наличными и безналичными деньгами;		
рационально складывать и размещать в сумке приобретенные товары;		
самостоятельно выбирать покупки в интернет-магазинах,		

оформлять заказ и определять наиболее оптимальный способ доставки.		
Средства связи и коммуникации.		
знать основные виды средств связи и коммуникации;		
знать особенности использования средств связи и коммуникации при слабовидении;		
знать назначение и функционал программ увеличения изображения на экране;		
знать специальные возможности настройки мобильных устройств для слабовидящих;		
настраивать мобильное устройство в соответствии с индивидуальными зрительными возможностями;		
использовать мобильные устройства в качестве средств связи и коммуникации.		
Выбор профессии и трудоустройство.		
знать новые профессии, появившиеся на современном рынке труда;		
знать профессии, актуальные на современном рынке труда и, доступные для слабовидящих;		
проявлять интерес к конкретным профессиям, адекватно оценивать свои возможности относительно этих профессий;		
понимать необходимость профессионального самоопределения с учетом отсутствия или глубокого нарушения зрения;		
знать нормативно-правовые механизмы трудоустройства и профессиональной деятельности инвалидов;		
знать возможности и перспективы профессиональной самореализации в системе ВОС, соотносить их со своими интересами, способностями, склонностями;		
знать механизмы трудоустройства на общих основаниях и возможности профессиональной самореализации в соответствии с интересующей и доступной профессией на открытом рынке труда;		
иметь представления о деловом этикете;		

составлять резюме;		
знать правила, целевые ориентиры и установки общения с работодателем;		
обладать готовностью предложить свои услуги и доказать свою конкурентоспособность, в т.ч. на открытом рынке труда;		
знать правила и нормы поведения и межличностного взаимодействия в профессиональном коллективе.		