

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

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

Класс: 7

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» 7 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» 7 класс

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

Личная гигиена и здоровый образ жизни. Ведение здорового образа жизни. Воспитание потребности к ведению здорового образа жизни. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды. Средства личной гигиены. Формирование женственности и мужественности. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний. Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Условия и места хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей. Туалетные принадлежности 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. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов. Глажение хлопчатобумажной футболки. Назначение и устройство стиральной машины. Сортировка белья. Машинная стирка. Стирка изделий с пуговицами и карманами. Назначение и использование гладильной машины. Хранение и сортировка одежды и обуви. Сезонность одежды, особенности фактур тканей. Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Одежда для мальчиков и девочек: основные различия, мужские и женские стили одежды. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды. Пришивание плоских пуговиц и пуговиц на ножке.

Питание. Здоровое и сбалансированное питание. Нормы потребления. Правила техники безопасности при эксплуатации плиты. Тепловая обработка продуктов. Приготовление из полуфабрикатов: овощное рагу, пельмени/ вареники. Суп с фрикадельками, суп из рыбной/мясной консервы. Простая выпечка: лепешка, домашнее печенье. Национальные блюда. Приготовление пиццы, «Шарлотки» с яблоками. **Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи.** Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, ресторан, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»). Культура поведения в местах общественного питания. Правила сервировки стола для себя, семьи и гостей (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, перекусы). Культура приема пищи разной консистенции. Столовый этикет (правила поведения за столом, что и как едят, сервировка и приборы, тематика и культура общения).

Жилище Влажная уборка квартиры. Сухая уборка квартиры пылесосом. Мелкий ремонт в квартире. Уход за местами общего пользования (ванны, раковины). Мытье пола. Компьютер в доме. Установка и безопасное использование.

Коммуникативная культура. Основы бесконфликтного общения и межличностного взаимодействия. Профилактика конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения, в общественных

местах, общественном транспорте и при пользовании социальными объектами. Совершенствование средств невербальной коммуникации, обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях. Особенности виртуального общения со зрячими сверстниками.

Транспорт. Правила безопасного поведения в транспорте. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого и поведенческого этикета в транспорте. Профессии людей в транспортных предприятиях. Расчет времени стоимости и времени пути по заданному маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программы «Яндекс-карты» и другие, особенности их использования без визуального контроля.

Торговля. Различение банкнот различного номинала. Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Примерка одежды и обуви в магазине. Культура поведения в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение срока годности продуктов. Определение местоположения кассы. Оплата наличными и безналичными деньгами. Экскурсия в продовольственный магазин. Банкомат. Снятие наличных, оплата по терминалу.

Основы медицинских знаний. Медицинская помощь. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Причины болезней. Опасности самолечения. Поведение во время болезни. Посещение поликлиники. Вызов врача. Оказание первой помощи при порезах, ожогах и ушибах, растяжениях. Безопасная транспортировка больного.

Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы). Мессенджеры. Знакомство с программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и т.д., возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов.

Выбор профессии и трудоустройство. Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы. Статистика поступлений и выбор учебных заведений выпускниками школы. Тест «Выбор профессии». Выбор направления будущего трудоустройства.

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 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.

Жиллице.

- 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 жестикуляции, 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, экскурсии	Электронные образовательные ресурсы.
Введение	1	1		
Диагностика	1		1	
Личная гигиена, здоровый образ жизни	8	7	1	- http://school-collection.edu.ru - единая коллекция ЦОР, - http://festival.1september.ru - https://infourok.ru/?ysclid=l6d4huwst6300966161
Одежда, обувь	12	8	4	
Питание	13	7	6	
Жилище	6	4	2	
Семья	-	-	-	
Коммуникативная культура	4	2	2	
Транспорт	6	4	2	
Торговля	7	5	1+1(экс)	
Основы медицинских знаний: медицинская помощь	4	2	2	
Средства связи и коммуникации	3	2	1	
Выбор профессии и трудоустройство.	2	1	1	
Диагностика	1		1	
Всего	68	43	25	

Календарно - тематический план 7 класс

№ урока	Дата	Наименования раздела, тема урока	Всего часов
1		Вводный урок. Техника безопасности в кабинете. ИОТ-016-03.	1
2		Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало учебного года.	1(Пр)
		Личная гигиена и здоровый образ жизни	8
3		Ведение здорового образа жизни. Воспитание потребности к ведению здорового образа жизни.	1
4		Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды.	1
5		Средства личной гигиены.	1
6		Формирование женственности и мужественности.	1
7		Санитарно-гигиенические процедуры.	1

		Профилактика потливости.	
8		Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний. Встреча с врачом школы.	1(Пр.)
9		Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Условия и места хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей.	1
10		Туалетные принадлежности для мальчиков и девочек.	1
		Одежда и обувь	12
11		Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды	1
12		Повседневный уход за одеждой и обувью.	1
13		Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления.	1
14		Устройство утюга. Назначение и использование гладильной машины. Приемы глажения одежды из разных материалов.	1
15		Глажение хлопчатобумажной футболки	1(Пр.)
16		Назначение и устройство стиральной машины. Сортировка белья. Машинная стирка. Стирка изделий с пуговицами и карманами.	1(Пр.)
17		Хранение и сортировка одежды и обуви. Сезонность одежды, особенности фактур тканей.	1
18		Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля.	1(Пр.)
19		Одежда для мальчиков и девочек: основные различия, мужские и женские стили одежды.	1
20		Средства для ухода за обувью. Чистка обуви.	1
21		Ремонт одежды.	1
22		Пришивание плоских пуговиц и пуговиц на ножке.	1(Пр.)
		Питание.	13
23		Здоровое и сбалансированное питание. Нормы потребления.	1
24		Правила техники безопасности при эксплуатации плиты.	1(Пр.)
25		Тепловая обработка продуктов	1
26		Приготовление из полуфабрикатов: овощное рагу, пельмени/ вареники.	1(Пр.)
27		Суп с фрикадельками, суп из рыбных/мясных консервов.	1(Пр.)
28		Простая выпечка: лепешка, домашнее печенье.	1(Пр.)

29		Национальные блюда.	1
30		Приготовление пиццы, «Шарлотки» с яблоками	1(Пр.)
31		Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи.	1
32		Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, ресторан, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»).	1
33		Правила сервировки стола для себя, семьи и гостей (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, перекусы).	1(Пр.)
34		Культура приема пищи разной консистенции.	1
35		Столовый этикет (правила поведения за столом, что и как едят, сервировка и приборы, тематика и культура общения).	1
		Жилище	6
36		Влажная уборка квартиры.	1
37		Сухая уборка квартиры пылесосом.	1(Пр.)
38		Мелкий ремонт в квартире.	1
39		Уход за местами общего пользования (ванны, раковины).	1
40		Мытье пола.	1(Пр.)
41		Компьютер в доме. Установка и безопасное использование.	1
		Коммуникативная культура.	4
42		Основы бесконфликтного общения и межличностного взаимодействия. Встреча со школьным психологом	1(Пр.)
43		Профилактика конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения, в общественных местах, общественном транспорте и при пользовании социальными объектами.	1(Пр.)
44		Совершенствование средств невербальной коммуникации, обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях.	1
45		Особенности виртуального общения со зрячими сверстниками.	1
		Транспорт	6
46		Правила безопасного поведения в транспорте.	1
47		Проезд, ориентировка в транспорте.	1
48		Правила речевого и поведенческого этикета в транспорте.	1
49		Профессии людей в транспортных предприятиях.	1
50		Расчет времени стоимости и времени пути по	1(Пр.)

		заданному маршруту	
51		Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программы «Яндекс-карты» и другие, особенности их использования без визуального контроля.	1(Пр.)
		Торговля.	7
52		Различение банкнот различного номинала	1
53		Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине.	1
54		Культура поведения в магазине. Примерка одежды и обуви в магазине.	1
55		Особенности размещения продовольственных товаров. Определение срока годности продуктов.	1
56		Определение местоположения кассы. Оплата наличными и безналичными деньгами.	1
57		Экскурсия в продовольственный магазин.	1(Экск.)
58		Банкомат. Снятие наличных, оплата по терминалу.	1(Пр.)
		Основы медицинских знаний.	4
59		Медицинская помощь. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Встреча с медицинской сестрой школы.	1(Пр.)
60		Причины болезней. Опасности самолечения.	1
61		Поведение во время болезни. Посещение поликлиники. Вызов врача.	1
62		Оказание первой помощи при порезах, ожогах и ушибах, растяжениях. Безопасная транспортировка больного.	1(Пр.)
		Средства связи и коммуникации.	3
63		Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Мессенджеры. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).	1
64		Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи.	1
65		Знакомство с программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и т.д., возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов.	1(Пр.)
		Выбор профессии и трудоустройство	1
66		Известные и знаменитые люди с нарушениями	1

		зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы. Статистика поступлений и выбор учебных заведений выпускниками школы.	
67		Тест «Выбор профессии». Выбор направления будущего трудоустройства.	1(Пр)
68		Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на завершение учебного года.	1(Пр)

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 настольные весы; «Говорящий» термометр; «Говорящий» тонометр»; Глюкометр с рельефной индикацией; сенсорные мобильные устройства, оснащенные специальным программным обеспечением (программы незрительного 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=l6d4huwst630>

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» 7 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, иголкой, 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);		
<u>знать способы мелкого ремонта одежды</u> , пришивать пуговицы, петельки, вешалки;		
зашивание распоровшейся по шву одежды;		
подшивание подогнутого края одежды		
<u>выполнять мелкий ремонт одежды</u> : пришивать пуговицы;		
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 жестикуляции, 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.		