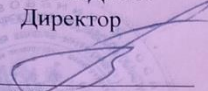
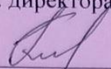


<p>УТВЕРЖДАЮ: Директор</p>  <p>Е.И. Басова</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО: Зам. директора по УВР</p>  <p>Т.В. Клейман</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>	<p>РАСМОТРЕНО на заседании Методического совета протокол № 1</p> <p>«19» 09 2023 г.</p>
--	--	---

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

**Класс: 9 (доп.)**  
**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» 9 (доп) класса 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» 9(доп) класс

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

**Личная гигиена и здоровый образ жизни.** Молодежные ежедневные прически. Прически. Плетение кос. Легкий дневной макияж. Вечерний макияж. Основы нанесения. Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка. Хранение косметических средств. Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Парфюмерия и туалетные принадлежности для юношей и девушек. Личная гигиена и здоровье семьи.

**Одежда и обувь.** Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения. Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа. Ремонт одежды. Штопка. Приемы глажения одежды из различных материалов. Технология глажения блузы. Глажение одежды с использованием проутюжильной ткани. Глажение брюк через проутюжильную ткань. Пользование вертикальным отпаривателем. Повседневный уход за одеждой и обувью. Чистка обуви из нубука. Средства для ухода за кожаной обувью.

**Питание.** Культура питания. Составление меню на неделю с учетом рекомендаций по здоровому питанию и материальной доступности продуктов. Приготовление первого блюда (щи, борщ, лапша, суп с фрикадельками и т.д.). Приготовление второго блюда (котлеты с гарниром). Приготовление второго блюда из рыбы. Кулинарные традиции других народов. Приготовление национального блюда. Оформление готовых блюд. Приготовление сладкого блюда (десерт, пирожное, торт и т.д.). Пользование блендером и миксером. Приготовление блюда в мультиварке.

**Жилище.** Поддержание порядка в собственном жилище. Создание уюта. Замена постельного белья. Застиливание кровати. Сервировка стола к празднику. Загрузка посудомоечной машины. Вредные насекомые в быту и способы борьбы с ними. Религиозные традиции разных народов. Украшение жилища к различным праздникам.

**Семья.** Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Общение в семье. Умение владеть собой. Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Моделирование семейных расходов и доходов. Уход за новорожденным ребенком. Психология межличностных отношений. Семейные конфликты и их разрешение.

**Коммуникативная культура.** Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии. Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования. Совершенствование навыков использования невербальных средств коммуникации в различных ситуациях. Особенности общения между юношами и девушками. Стрессы, в т.ч. обусловленные отсутствием или глубоким нарушением зрения, душевные кризисы, в т.ч.

обусловленные неадекватным отношением к нарушению. Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.

**Транспорт.** Соблюдение безопасности на дорогах. Расчет времени стоимости и времени пути по заданному туристическому маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого этикета в транспорте. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.

**Торговля.** Самостоятельный наличный и безналичный расчет. Использование банкомата и терминала. Операции по карте, доступные через банкомат и терминал. Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Самостоятельное совершение финансовых операций с использованием различных технических средств. Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Выбор, самостоятельный заказ и получение товаров в интернет-магазинах.

**Основы медицинских знаний.** Медицинская помощь. Помощь больному до приезда врача. Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств.

**Средства связи и коммуникации.** Основные виды средств связи. Мобильные устройства и их специальные возможности. Программы увеличения изображения на экране мобильного устройства. Электронные подписи и графические ключи. Мессенджеры. Использование программа определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и др. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их адаптации к зрительным возможностям слабовидящих, «Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон, планшетный компьютер и диктофон для записи необходимой информации.

**Выбор профессии и трудоустройство.** Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии. Деловой этикет. Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. Трудоустройство в условиях открытого рынка труда на общих основаниях. Документы, необходимые для трудоустройства. Подбор возможных вариантов работы. Государственные и частные предприятия. Выбор возможных вакансий (сайты с вариантами вакансий, подходящих для слабовидящих). Составление резюме. Основные принципы взаимодействия в профессиональном коллективе. Особенности общения с работодателем. Деловая игра «Собеседование при трудоустройстве».

**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 сохраненные 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.

### 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 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.
<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
<b>Диагностика</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
Личная гигиена, здоровый образ жизни	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	- <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> - единая коллекция ЦОР, - <a href="http://festival.1september.ru">http://festival.1september.ru</a> - <a href="https://infourok.ru/?ysclid=16d4huwst6300966161">https://infourok.ru/?ysclid=16d4huwst6300966161</a>
Одежда, обувь	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	
Питание	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
Жилище	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
Семья	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
Коммуникативная культура	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
Транспорт	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
Торговля	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>1+1(экс)</b>	
Основы медицинских знаний: медицинская помощь	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
Средства связи и коммуникации	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
Выбор профессии и трудоустройство.	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
Диагностика				
<b>Всего</b>	<b>68</b>	<b>32</b>	<b>36</b>	

### Календарно - тематический план 9 класс

№ урока	Дата	Наименования раздела, тема урока	Всего часов
1		<b>Вводный урок. Техника безопасности в кабинете. ИОТ-016-03.</b>	<b>1</b>
2		<b>Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало учебного года.</b>	1(Пр)
		<b>Личная гигиена и здоровый образ жизни</b>	<b>9</b>
3		Молодежные ежедневные прически.	1
4		Прически. Плетение кос.	1

5		Плетение кос. Встреча с мастером.	1(Пр.)
6		Легкий дневной макияж.	1
7		Вечерний макияж. Основы нанесения.	1(Пр.)
8		Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка. Хранение косметических средств.	1
9		Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами.	1
10		Парфюмерия и туалетные принадлежности для юношей и девушек.	1
11		Личная гигиена и здоровье семьи.	1
		<b>Одежда и обувь</b>	<b>13</b>
12		Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование.	1
13		Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.	1
14		Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа.	1(Пр.)
15		Ремонт одежды.	1
16		Штопка.	1(Пр.)
17		Приемы глажения одежды из различных материалов.	1(Пр.)
18		Технология глажения блузы.	1(Пр.)
19		Глажение одежды с использованием проутюжильной ткани.	1(Пр.)
20		Глажение брюк через проутюжильную ткань.	1(Пр.)
21		Пользование вертикальным отпаривателем.	1(Пр.)
22		Повседневный уход за одеждой и обувью.	1
23		Чистка обуви из нубука.	1(Пр.)
24		Средства для ухода за кожаной обувью.	1
		<b>Питание.</b>	<b>10</b>
25		Культура питания.	1
26		Составление меню на неделю с учетом рекомендаций по здоровому питанию и материальной доступности продуктов.	1(Пр.)
27		Приготовление первого блюда (щи, борщ, лапша, суп с фрикадельками и т.д.).	1(Пр.)
28		Приготовление второго блюда (котлеты с гарниром).	1(Пр.)
29		Приготовление второго блюда из рыбы.	1(Пр.)
30		Кулинарные традиции других народов. Приготовление национального блюда.	1(Пр.)
31		Оформление готовых блюд.	1

32		Приготовление сладкого блюда (десерт, пирожное, торт и т.д.).	1(Пр.)
33		Пользование блендером и миксером.	1(Пр.)
34		Приготовление блюда в мультиварке.	1(Пр.)
		<b>Жилище</b>	<b>6</b>
35		Поддержание порядка в собственном жилище. Создание уюта.	1
36		Замена постельного белья. Застилание кровати.	1(Пр.)
37		Сервировка стола к празднику.	1(Пр.)
38		Загрузка посудомоечной машины.	1(Пр.)
39		Вредные насекомые в быту и способы борьбы с ними.	1
40		Религиозные традиции разных народов Украшение жилища к различным праздникам.	1
		<b>Семья.</b>	<b>4</b>
41		Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Общение в семье. Умение владеть собой.	1
42		Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Моделирование семейных расходов и доходов.	1
43		Уход за новорожденным ребенком.	1
44		Психология межличностных отношений. Семейные конфликты и их разрешение. Встреча с психологом школы.	1(Пр.)
		<b>Коммуникативная культура.</b>	<b>4</b>
45		Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии.	1
46		Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования. Совершенствование навыков использования невербальных средств коммуникации в различных ситуациях. Особенности общения между юношами и девушками.	1
47		Стрессы, в т.ч. обусловленные отсутствием или глубоким нарушением зрения, душевные кризисы, в т.ч. обусловленные неадекватным отношением к нарушению.	1
48		Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.	1(Пр.)
		<b>Транспорт</b>	<b>4</b>

49		Соблюдение безопасности на дорогах.	1
50		Расчет времени и стоимости пути по заданному туристическому маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.	1(Пр.)
51		Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля.	1(Пр.)
52		Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого этикета в транспорте	1
		<b>Торговля.</b>	<b>5</b>
53		Самостоятельный наличный и безналичный расчет.	1
54		Использование банкомата и терминала. Операции по карте, доступные через банкомат и терминал.	1
55		Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Самостоятельное совершение финансовых операций с использованием различных технических средств.	1
56		Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Экскурсия в сетевой гипермаркет.	1(Экск.)
57		Выбор, самостоятельный заказ и получение товаров в интернет-магазинах.	1(Пр.)
		<b>Основы медицинских знаний.</b>	<b>3</b>
58		Медицинская помощь. Помощь больному до приезда врача. Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Встреча с медицинской сестрой школы.	1(Пр.)
59		Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога.	1
60		Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств.	1(Пр.)
		<b>Средства связи и коммуникации.</b>	<b>4</b>

61		Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Мессенджеры. Программы увеличения изображения на экране мобильного устройства	1
62		Электронные подписи и графические ключи. Использование программа определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и др.	1(Пр.)
63		Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования при слабовидении.	1(Пр.)
64		«Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон, планшетный компьютери диктофон для записи необходимой информации.	1(Пр.)
		<b>Выбор профессии и трудоустройство</b>	<b>4</b>
65		Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии.	1
66		Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. Трудоустройство в условиях открытого рынка труда на общих основаниях. Документы, необходимые для трудоустройства.	1(Пр)
67		Подбор возможных вариантов работы. Государственные и частные предприятия. Выбор возможных вакансий (сайты с вариантами вакансий, подходящих для слабовидящих). Составление резюме.	1(Пр)
68		Основные принципы взаимодействия в профессиональном коллективе. Особенности общения с работодателем. Деловая игра «Собеседование при трудоустройстве». <b>Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на завершение учебного года.</b>	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. ЗамашнюкЕ.В.Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных)образовательных учреждениях III-IV вида, учебное пособие Санкт- Петербург,2012
4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IVвида,- 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 и глиняные носки; «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 не визуального экранного доступа: TalkBack, VoiceAssistant, VoiceOver), 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» 9(доп) класс  
Лист индивидуальных предметных достижений.**

Планируемые результаты	Уровень усвоения на начало уч.года	Уровень усвоения на начало уч.года
<b>Личная гигиена и здоровый образ жизни.</b>		
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.		
<b>Одежда и обувь.</b>		
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);		
знать способы мелкого ремонта одежды, пришивать пуговицы, петельки, вешалки;		
зашивание распоровшейся по шву одежды;		
подшивание подогнутого края одежды		
выполнять мелкий ремонт одежды: пришивать пуговицы;		
пришивать вешалки,		
обметывать петли для пуговиц,		
зашивать одежду по распоровшемуся шву		
подшивать подогнутый край одежды.		
<b>Жилище.</b>		
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.		
<b>Питание.</b>		
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.		
<b>Семья.</b>		
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.		
<b>Коммуникативная культура.</b>		
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.		
<b>Транспорт.</b>		
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.		
<b>Основы медицинских знаний. Медицинская помощь.</b>		
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.		
<b>Торговля.</b>		
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.		
<b>Средства связи и коммуникации.</b>		
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.		
<b>Выбор профессии и трудоустройство.</b>		
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.		