ГКОУ «Республиканская специальная (коррекционная) школа- интернат»

Адаптированная образовательная программа по предмету

«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

ученика домашнего обучения Жиркова Сулустана

 учитель: Руфова Майя Николаевна

Якутск -2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*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 логическим продолжением коррекционного курса начальной школы. В ходе его реализации происходит совершенствование и универсализацию умений и навыков, сформированных при изучении в начальной школе.

Коррекционный курс «Социально-бытовая ориентировка» в основной школе реализуется за счет часов внеурочной деятельности. На его изучение рекомендуется отводить от 1 до 2 часов в неделю в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся и общего уровня социально- бытовой адаптации класса.

Содержание коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» на каждом году обучения представлено основными разделами, которые ежегодно расширяются и дополняются по концентрическому принципу с учетом возраста, интересов и социального опыта обучающихся. Педагог самостоятельно определяет количество часов, отводимых на изучение каждого раздела. Продолжительность изучения раздела определяется с учетом уровня социальной адаптации обучающихся.

Наиболее распространенной формой реализации коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» являются групповые и подгрупповые коррекционные занятия теоретической и практической направленности. При организации групповых занятий для слабовидящих обучающихся рекомендуемая численность группы составляет 5 человек на одного педагога. В некоторых случаях численный состав группы может быть сокращен в соответствии с индивидуальными учебными планами обучающихся. При делении на подгруппы следует учитывать индивидуальные особенности обучающихся.

Реализация коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» строится на основе органичного сочетания наглядного, словесного 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 применяются 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 - 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.

# ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНОБЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

**Цель 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.

Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:

* совершенствование и расширение навыков самообслуживания;
* 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 средствах 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 социальнобытовую и социально-коммуникативную деятельность, развитие самостоятельности, воспитание волевых качеств и уверенности в собственных возможностях;
* обучение пользованию тифлотехническими средствами и

устройствами бытового назначения;

* 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.

# **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО-**

**БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

Распределение содержания по годам обучения является примерным.

# КЛАСС

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

**Личная гигиена и здоровый образ жизни.** Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный периоды. Уход за зубами, волосами, глазами. Уход за телом. Навыки ухода за телом. Средства личной гигиены для мальчиков и девочек. Особенности ухода за ногтями для мальчиков и девочек. Уход за ногами. Формирование женственности и мужественности посредством создания внешнего образа. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний. Хранение и использование средств личной гигиены. Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек.

**Одежда и обувь.** Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Повседневный уход за одеждой и обувью. Хранение и сортировка одежды и обуви. Чистка одежды сухой щеткой. Сезонность одежды. Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц и молний без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Определение необходимости ремонта одежды. Мытье обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).

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

**Жилище.** Сухая уборка квартиры пылесосом. Вытирание пыли. Уход за комнатными растениями. Застилание постели. Смена постельного белья.

**Семья.** Члены семьи. Распределение домашних обязанностей. Посильная помощь близким. Профессиональная и учебная деятельность членов семьи. Уход за домашними животными. Досуг семьи. Семейные новогодние традиции.

**Коммуникативная культура**. Преодоление навязчивых движений. Общение. Вежливость и культура диалога. Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста. Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому. Уход за младшими членами семьи. Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.

**Транспорт.** Виды транспорта. Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого этикета в транспорте. Профессии людей в транспортных предприятиях.

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

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

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.

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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Настоящие планируемые предметные результаты освоения слабовидящими обучающимися коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» являются примерными. Они могут рассматриваться в качестве целевых ориентиров преподавания данного курса, а также результативности и успешности освоения его содержания слабовидящими обучающимися на уровне основного общего образования.

*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
* 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, глаженье), виды труда по уходу за обувью (мытье, 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 мытье 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, 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 спальной, 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 непорядок; 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 слабовидением;
* 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 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;
* 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
* 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 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 слабовидения;
* 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.

 **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

**«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

При реализации коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка» рекомендуются следующие тифлотехнические средства, приборы и устройства:

дозаторы зубной пасты, шампуня и крема; мыльные дозаторы; специальные иглы и нитковдеватели; «Говорящий» определитель цвета; «Говорящая» рулетка; озвученный индикатор уровня жидкости; кухонные дозаторы масла, сыпучих, жидких и других продуктов; «Говорящая мультиварка»; «Говорящие» кухонные и напольные весы; «Говорящий «термометр; «Говорящий» тонометр»; Глюкометр с рельефной индикацией; сенсорные мобильные устройства, оснащенные специальным программным обеспечением (программы невизуального экранного доступа: TalkBack, Voice Assistant, VoiceOver), программами определения купюр, отслеживания транспорта и т.д.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Тема урока** | 68ч |  |
| Раздел 1: Личная гигиена | Основы здорового образа жизни и факторы | 2 |  |
|  | Уход за зубами, волосами и глазами | 1 |  |
|  | Уход за телом | 1 |  |
|  | Средства личной гигиены для мальчиков и девочек | 1 |  |
|  | Особенности ухода за ногтями для мальчиков и девочек. Уход за ногами | 1 |  |
|  | Санитарно- гигиенические процедуры. | 2 |  |
|  | Профилактика потливости | 1 |  |
|  | Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний. | 2 |  |
| Раздел 2: Одежда и обувь | Виды одежды. Назначение одежды | 2 |  |
|  | Назначение одежды и ее соответствие сезону. Фасон и цвет одежды | 1 |  |
|  | Повседневный уход за одеждой и обувью | 1 |  |
|  | хранение и сортировка одежды и обуви. | 1 |  |
|  | приемы застегивания пуговиц и молний без визуального контроля. | 1 |  |
|  | Выполнение теста | 1 |  |
|  | Средства для ухода за обувью. Чист ка обуви. Ремонт одежды | 2 |  |
|  | Мытье обуви. Мелкий ремонт одежды | 2 |  |
| Раздел 3: Питание | Основные продукты питания: названия, отличия по внешнему виду, вкусу и запаху | 2 |  |
|  | Группы продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные. | 2 |  |
|  | Признаки свежих и испорченных продуктов. Условия хранения продуктов. | 2 |  |
|  | Правила обработки овощей, фруктов, ягод. | 1 |  |
| Раздел 4: Жилище | Использование разных видов медицинской помощи | 2 |  |
|  | Названия предметов посуды и их назначение. | 2 |  |
|  | Сухая уборка квартиры пылесосом. Вытирание пыли. | 1 |  |
|  | Уход за комнатными растениями | 2 |  |
|  | Застилание постели. Смена постельного белья. | 1 |  |
|  | Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений) | 1 |  |
|  | Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки детской комнаты. | 1 |  |
|  | Уход за домашними животными. | 2 |  |
| Раздел 5: Семья | Члены семьи. Распределение домашних обязанностей. | 1 |  |
|  | Профессиональная и учебная деятельность членов семьи. | 2 |  |
|  | Досуг семьи. Семейные традиции | 2 |  |
|  | Семейные новогодние традиции. | 2 |  |
|  | просмотр учебных фильмов о вреде наркотиков и токсических веществ | 2 |  |
|  | Проект "Моя семья- мое богатство" | 2 |  |
|  | Общение. | 2 |  |
| Раздел 6: Коммуникативная культура | Вежливость и культура диалога. | 2 |  |
|  | Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста. | 2 |  |
| Раздел 7: Транспорт | Правила поведения в общественных местах, при посещении кинотеатра, музея | 2 |  |
|  | Виды транспорта. | 2 |  |
|  | Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. | 2 |  |
| Раздел 8: Торговля | Основные виды денежных расчетов. Специализированные магазины. | 2 |  |
|  | Размещение товаров в магазине. Оплата наличными и безналичными деньгами. | 2 |  |
|  | Итого: | 68 |  |
|  |  |  |